UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

**Fatores de ativação mental e emocional no comportamento
e desempenho de tenistas juvenis sob a perspectiva
do discurso do sujeito coletivo**

João Ricardo Lebert Cozac

São Paulo
2016

João Ricardo Lebert Cozac

**Fatores de ativação mental e emocional no comportamento
e desempenho de tenistas juvenis sob a perspectiva
do discurso do sujeito coletivo**

Tese apresentada à Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo, como requisito parcial para a obtenção do título de Doutor em Educação Física

Área de Concentração: Pedagogia do Movimento Humano

Orientador: Prof. Dr. Antônio Carlos Simões

São Paulo

2016

Cozac, João Ricardo Lebert

Fatores de ativação mental e emocional no comportamento e desempenho de tenistas juvenis sob a perspectiva do discurso do sujeito coletivo /João Ricardo Lebert Cozac - São Paulo, SP, 2016.
132 pp.

Orientador: Antônio Carlos Simões
Tese (Doutorado) - Escola de Educação Física da Universidade de São Paulo, Área de Concentração: Pedagogia do Movimento Humano.

1. Ativação. 2. Regulação. 3. Adolescência. 4. Tênis. 5. Psicologia do esporte. 6. Ansiedade. 7. Concentração. 8. Discurso do sujeito coletivo. I. Simões, Antônio Carlos. II. Universidade de São Paulo. III. Título.

Cozac, João Ricardo Lebert

Fatores de ativação mental e emocional no comportamento
e desempenho de tenistas juvenis sob a perspectiva
do discurso do sujeito coletivo

Tese apresentada à Escola de Educação
Física e Esporte da Universidade de São
Paulo, como requisito parcial para a
obtenção do título de Doutor em Educação
Física

São Paulo, de maio de 2016.

Banca Examinadora:

Prof. Dr.: _____

Instituição: _____ Julgamento: _____

Prof. Dr.: _____

Instituição: _____ Julgamento: _____

Prof. Dr.: _____

Instituição: _____ Julgamento: _____

Prof. Dr.: _____

Instituição: _____ Julgamento: _____

Prof. Dr.: _____

Instituição: _____ Julgamento: _____

*“Um sonho que se sonha só é só um sonho que se sonha só,
mas sonho que se sonha junto é realidade”.*

(Raul Seixas)

AGRADECIMENTOS

Ao programa de Pós-graduação da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo, por me ofertar uma formação de qualidade.

Ao meu orientador Antonio Carlos Simões, um dos grandes ícones da Psicologia do Esporte brasileira, pela liberdade de produção, sempre com proximidade e apoio, muito obrigado pela confiança. Agradeço pela sua orientação, seus ensinamentos, sugestões e valiosas indicações nesses quatro anos que compartilhamos a construção desse trabalho.

Aos queridos amigos e colegas de área, Marco Ferreira e Paulo Ribeiro, de Curitiba e Rio de Janeiro, respectivamente, por conduzirem com tanto amor e propriedade, em seus centros, as aulas do curso de formação em Psicologia do Esporte iniciado por mim em São Paulo em 1994.

À colega e amiga Elizabeth Leite Bettencourt, pelo importante apoio na compreensão e elaboração dos dados coletados na pesquisa.

Aos meus pais, que sempre me proporcionaram as melhores fontes de estudos, e à minha amada mulher, Josiane Cozac, que sempre me estimulou e ajudou, com muito amor e muita força, a acreditar que este momento poderia ser possível.

A George Huzkaralá, pelo permanente apoio no processo de coleta de dados e elaboração dos relatórios de pesquisa.

A todos os meus alunos nesses 20 anos de jornada lecionando no curso de Psicologia Esportiva da clínica CEPPE (Consultoria, Estudo e Pesquisa da Psicologia do Esporte) e na Associação Paulista da Psicologia do Esporte. A arte de lecionar significa, necessariamente, aprender.

RESUMO

Cozac, João Ricardo Lebert. **Fatores de ativação mental e emocional no comportamento e desempenho de tenistas juvenis sob a perspectiva do discurso do sujeito coletivo**. 2016. 132 f. Tese (Doutorado em Pedagogia do Movimento Humano) - Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo. 2016.

O tênis é uma das modalidades esportivas que mobiliza um conjunto de fatores alinhados com os estados psicológicos (mentais e emocionais). O presente estudo tem, como foco principal, investigar no âmbito do tênis de competição, o discurso do sujeito coletivo relacionado com fatores de ativação e regulação interna e suas relações com as tendências de comportamento de competências competitivas de tenistas juvenis em categorias de base.

Uma abordagem mais aprofundada envolvendo a psicologia do esporte foi desenvolvida visando aclarar a presença dos fatores de regulação de ativação no comportamento e no desempenho de tenistas juvenis. Isto porque durante o período de desenvolvimento do sistema nervoso central se torna fundamental para a realização de análises amplas e adequadas acerca dos estímulos ambientais influenciando no desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo-social.

A partir daí, foi utilizado o Método denominado “Discurso do Sujeito Coletivo – DSC”, visando qualificar os discursos dos sujeitos através de quatro questões relacionadas com respostas a respeito dos estados de ansiedade e concentração no desempenho de 12 tenistas juvenis pertencentes a um clube – da cidade de São Paulo, que mantém equipes de tênis filiadas à federação e a confederação dessa modalidade no Brasil.

Palavras-chave: ativação, regulação, adolescência, tênis, psicologia do esporte, ansiedade, concentração, discurso do sujeito coletivo.

ABSTRACT

Cozac, João Ricardo Lebert **Mental and emotional activation factors of behavior and performance of young tennis players from the perspective of the collective subject discourse.** 2016. 132 f. Thesis (Doctorate in Pedagogy of Human Movement) - School of Physical Education and Sports, University of Sao Paulo, Sao Paulo. 2016.

Tennis is one of the sports that mobilizes a set of factors aligned with the psychological states (mental and emotional). This study has as its focus to investigate under competition tennis, the collective subject discourse related to activation and internal regulation factors and its relations with the competitive skills of behavioral tendencies of young tennis players in youth academies.

A further approach involving sports psychology was developed to clarify the presence of activation regulatory factors in the behavior and performance of young tennis players. This is because in the central nervous system development period becomes essential for carrying out comprehensive and proper analysis regarding the environmental stimuli influencing motor, cognitive and affective-social development.

From there, we used the method denominated "Collective Subject Discourse - DSC", aiming to qualify the discourse of the subjects through four issues with answers regarding the anxiety and concentration states in the performance of 12 youth tennis players belonging to a club - in the city of São Paulo, which keeps tennis teams affiliated to the federation and confederation of this modality in Brazil.

Keywords: activation, regulation, adolescence, tennis, sports psychology, anxiety, concentration, collective subject discourse.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	12
1.1 Objetivos	18
1.1.1 Geral	18
1.1.2 Específicos	18
1.2 Justificativa do estudo	19
1.3 Delimitação do estudo	20
1.4 Revisão da literatura	21
1.4.1 A associação entre esporte e a psicologia	21
1.4.2 Fundamentos da psicologia na adolescência	23
1.4.3 O Adolescente atleta	28
1.4.4 A adolescência e a formação social da mente na visão de Lev Vygotsky	33
1.4.5 As influências da Teoria da Representação Social de Moscovici	34
1.4.6 A fala social do sujeito: um enfoque qualiquantitativo	37
1.4.7 O psicólogo do esporte enquanto um interlocutor dos discursos	38
1.4.8 O método do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC)	40
1.5 Hipóteses descritivas	44
1.5.1 Hipótese central	44
1.5.2 Hipóteses complementares	44
2. MATERIAL E MÉTODOS	46
2.1 Casuística	46
2.2 Coleta de dados	46
2.3 Instrumentos de pesquisa	47
2.4 Procedimentos do estudo	49
2.4.1 Primeira fase	49

2.4.2	Segunda fase	49
2.4.3	Terceira fase	50
3.	APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	51
3.1	Questão 1 - Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nos treinamentos? De que forma?	52
3.1.1	Descrição, interpretação e evolução dos discursos	57
3.2	Questão 2 - Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nas competições? De que forma?	62
3.2.1	Descrição, interpretação e evolução dos discursos	66
3.3	Questão 3 - Em quais momentos dos jogos você percebe que perde sua concentração?	75
3.3.1	Descrição, interpretação e evolução dos discursos	80
3.4	Questão 4 - Como você percebe que está ansioso em treinos e jogos? .	83
3.4.1	Descrição, interpretação e evolução dos discursos	89
4.	CONCLUSÕES	94
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	97
	APÊNDICE A: Discursos dos Sujeitos na íntegra	103
	ANEXO A: Ficha do aluno	114
	ANEXO B: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	117
	ANEXO C: Carta de solicitação de autorização para coleta de dados na instituição esportiva	123
	ANEXO D: Carta de autorização da instituição esportiva para realização da coleta de dados	124
	Anexo E: Documento de aprovação do Comitê de Ética da Plataforma Brasil.....	125

LISTA DE TABELAS

TABELA 1: Percentuais dos níveis de ansiedade nos treinamentos	56
TABELA 2: Percentuais dos níveis de ansiedade nas competições	66
TABELA 3: Percentuais das causas da perda da concentração durante os jogos	79
TABELA 4: Percentuais das causas da manifestação da ansiedade em treinos e jogos	89

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1: Expressões-chave, ideias centrais e ancoragens	53
QUADRO 1.1: Categorização de ideias centrais e expressões-chave	54
QUADRO 1.2: Categorização das ancoragens	56
QUADRO 1.3: Discurso do sujeito coletivo	56
QUADRO 2: Expressões-chave, ideias centrais e ancoragens	62
QUADRO 2.1: Categorização de ideias centrais e expressões-chave	64
QUADRO 2.2: Categorização das ancoragens	65
QUADRO 2.3: Discurso do sujeito coletivo	65
QUADRO 3: Expressões-chave, ideias centrais e ancoragens	75
QUADRO 3.1: Categorização de ideias centrais e expressões-chave	77
QUADRO 3.2: Categorização das ancoragens	78
QUADRO 3.3: Discurso do sujeito coletivo	79
QUADRO 4: Expressões-chave, ideias centrais e ancoragens	83
QUADRO 4.1: Categorização de ideias centrais e expressões-chave	85
QUADRO 4.2: Categorização das ancoragens	87
QUADRO 4.3: Discurso do sujeito coletivo	88

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1: Gráfico ilustrativo referente à teoria do “U-invertido”	72
FIGURA 2: Modelo associativo entre a adaptação na ação esportiva e a elevação dos níveis de ativação	72

1. INTRODUÇÃO

As manifestações socioculturais que envolvem o mundo dos esportes se perdem no contexto da humanidade, de forma sincrônica com a evolução dos esportes individuais, coletivos, de combate, entre outros. Assim é que, nos diversos tipos de movimentos e manifestações que os indivíduos podem executar, encontramos o tênis, que envolve atitudes e condutas que não dependem apenas das competências físicas e atléticas (técnicas, táticas) dos atletas.

É ponto pacífico no campo dos esportes de competição, que um conjunto interativo de fatores socioculturais, biológicos e psicológicos esteja essencialmente ligado às competências dos atletas em apreço. Para GALLWEY (1996) os aspectos psicológicos, sociais e emocionais são fundamentais no processo de formação de jogadores capacitados para lidar com situações sociais e esportivas competitivas adversas, tão comuns nas partidas e torneios.

Os profissionais das áreas das ciências psicológicas, comportamentais e dos esportes têm publicado numerosos estudos e concludentes trabalhos sobre atitudes e condutas costumeiras dos atletas diante dos desafios competitivos. Consta dos estudos psicológicos e sociológicos que as principais queixas apresentadas por atletas estão relacionadas aos estados de ansiedade, falta de motivação, dificuldades na manutenção da concentração por longos períodos, excesso de cobrança interna, pressão dos pais, baixa autoconfiança, pensamentos negativos e distorcidos, tensão, raiva e medo do adversário (FRANCO, 2000).

Nesta perspectiva, a Psicologia do Esporte se refere a um amplo campo de temáticas aplicadas das ciências psicológicas e comportamentais, entre os quais encontramos os processos de entradas de informações (atenção, percepção etc.) o manejo das informações (aprendizagem, memória, concentração na execução de tarefas etc.) assim como a saída das informações processadas (tempo de resposta, nível de autoeficiência e eficácia etc.), entre os mais importantes.

Nesse contexto, a Psicologia do Esporte é uma subárea das ciências psicológicas e comportamentais que oferece distintas possibilidades de se investigar, analisar e explicar uma série de fatores psicossociais. Por exemplo, a falta de atenção-concentração, controle emocional, visualização, entre outras variáveis, são marcadores envolvidos com a vida social e esportiva competitiva dos atletas, especialmente os que praticam o tênis profissionalmente.

Notadamente, quando as qualidades físicas e atléticas se igualam nos esportes de competição, surgem os estados de tensão-emoções, que podem trazer, como consequência mais imediata, a perda de concentração dos atletas. Isto determinaria que, na realidade competitiva do tênis, a produção de bons desempenhos depende do uso de métodos e técnicas mentais para que os atletas consigam produzir resultados positivos. Importa-nos salientar, contudo, e nisso estamos convictos de não errar, a multiplicidade de exigências que são solicitadas dos tenistas, impecável coordenação de esforços físicos e mentais dos mais minuciosos no caminho da excelência esportiva.

Os tenistas costumeiramente relatam que treinam arduamente, mas que se descontrolam em muitas situações decisivas, tanto no jogo defensivo como no ofensivo, conseqüentemente não conseguindo apresentar aquele desempenho desejado. É comum, também, haver perda de atenção-concentração e, por consequência, perder o controle de nervos e músculos, empenhados ao extremo.

SAMULSKI (2012) asseverou que inúmeros tenistas relatam que encontram dificuldades relacionadas à ansiedade pré-competitiva, à concentração e à falta de motivação e, ainda, vivenciando sintomas depressivos desencadeados por lesões. Esses sintomas, em particular, reforçam o relevante papel na atitude e conduta dos tenistas em termos de estarem atentos ao placar momentâneo da partida e, dessa forma, desencadear pensamentos ligados aos fracassos anteriores durante a partida. Não raro, também, nota-se a busca pelo contato visual dos tenistas com seus familiares que estão assistindo ao jogo depois da realização de boas jogadas com a intenção de encontrar olhares de apoio e aprovação.

A aquisição de tais atitudes é essencial para desempenhos satisfatórios em todas as jogadas que realizam. A manutenção do foco de atenção-concentração relacionado aos estímulos irrelevantes é comum para vários tenistas, sendo que a grande dificuldade para eles está ligada com a percepção de que está focado em algo que não é adequado para o momento que está vivenciando, e voltar a se concentrar naquilo que realmente é importante para ele no transcorrer de um jogo de tênis.

Entre os inúmeros exemplos que poderíamos tirar das ações e reações dos tenistas, optamos pela situação competitiva em que dois jogadores com potenciais físicos e atléticos semelhantes se enfrentam, por julgá-lo mais apropriado à exposição de nossos pontos de vista. Isto porque os resultados das partidas de tênis são frequentemente determinados pela competência emocional apropriada a essa modalidade esportiva.

Para FRANCO (2000) as variáveis mais importantes e recorrentes para a obtenção de resultado positivo numa partida - ou ação esportiva de alto rendimento - se acham ligadas à autoconfiança, força de vontade, concentração, controle de ansiedade, foco e determinação. E, desde então, boa parte dos tenistas não consegue explicar as razões do fracasso ou até do sucesso em algumas partidas.

É o que invariavelmente acontece aos tenistas que atuam em alto nível que, quando verificam um erro, tendem a agir imediatamente no sentido de impedir que se vá formando um condicionamento psicológico indesejável. Isto porque a repetição de um comportamento desajustado em determinadas ações competitivas tende a torná-lo habitual. Ante o que acabamos de expor, torna-se fácil compreender que os tenistas experienciam uma série de sensações e emoções possíveis de serem percebidas por conta do envolvimento profundo com a ação esportiva do momento.

Estudos realizados sobre os comportamentos de competência competitiva no esporte revelam que o aspecto emotivo nas atitudes dos atletas representa papel fundamental no rendimento e resultado da ação esportiva. O que um atleta está sentindo, em qualquer situação social e esportiva competitiva, forçosamente

concorre para o que eles pensam em fazer. Mente e corpo atuam simultaneamente na medida em que os atletas obedecem a um conjunto interativo de forças que os estimulam a agir competitivamente.

Não há dúvidas: medo de errar, inseguranças ou desvios de foco são sempre fortemente influenciados pela modalidade afetiva relacional que o atleta tem com o esporte que pratica. A Psicologia do Esporte reconhece esse momento do atleta como “*estado flow*”, ou seja, a fluência no desempenho e a oportunidade de reproduzir, nos jogos, os aprendizados e aprimoramentos de golpes e posturas técnicas e psicológicas aprendidas e fortalecidas através dos treinamentos (SAMULSKI, 2007).

A esse respeito, o estado de ansiedade e de tensão/emoção costuma aparecer antes mesmo do início das partidas de tênis (entre outros esportes), especialmente quando um tenista toma conhecimento do adversário que vai enfrentar. Tal constatação nos leva a dar atenção especial aos “hábitos emocionais” que se enquadram na maneira dos tenistas sentirem e reagirem predominadas pelo domínio da emocionalidade. Nas grandes competições nacionais e internacionais de tênis é possível observar que os atletas ocupam seu tempo pré-competitivo com pensamentos recorrentes em relação aos oponentes.

O mais interessante reside em quase sempre os atletas que venceram suas partidas anteriores, sentirem-se obrigados a vencer novamente, e acabam adentrando na quadra de jogo carregando uma grande cobrança interna. Não é nada raro, por exemplo, quando um atleta que já enfrentou e perdeu do adversário sentir-se inseguro e com medo, alimentando-se de pensamentos negativos antes da partida contra esse oponente. Por outro lado, quando desconhece seu adversário, procuram, por meio de elucubrações, encontrar, via pensamento imaginário, seus pontos fortes e fracos.

Muitos acabam fortalecendo a ocorrência de pensamentos intrusos e angustiantes. Consequentemente, a chance de ser surpreendido é grande, sendo que a instabilidade psicológica pode aparecer já no início da partida ou até na fase

de aquecimento pré-jogo. Fica claro, então, que o equilíbrio emocional é um componente fundamental na prevalência de atitudes e condutas mais consistentes, técnica e taticamente.

Graças ao equilíbrio emocional podemos exaltar espetaculares façanhas de atletas registradas nas grandes competições nacionais e internacionais. Esse equilíbrio, por conseguinte, tem influência direta na capacidade de atenção-concentração de um atleta durante um jogo. Para BARRETO (2003), a manutenção da ativação interna e o fluxo de pensamentos positivos diferenciam os atletas que apresentam parâmetros físicos e atléticos semelhantes.

É muito oportuno lembrar que o excesso de treinamentos e a expectativa gerada pelo esforço físico e pela doação dos atletas podem gerar alteração dos níveis de ativação e estabilidade psicológica e emocional. O atleta entra em quadra e, no primeiro erro, sente que nada mais vai dar certo. Ou seja, o principal agravante desse sentimento é a dificuldade de lidar com a cobrança e não reagir positivamente diante dos erros. Os fatores físicos, técnicos e táticos, quando acompanhados por equilíbrio emocional, são fundamentais para a formação de grandes tenistas.

Todos esses fatores, somados ao potencial e talento natural dos atletas, é que determinam a diferença de comportamento de competência competitiva dos agentes internos e externos ao rendimento esportivo. Isto porque o tênis costuma representar, para o jogador, um desafio mental contra o adversário e, muitas vezes, contra ele mesmo.

Em ações competitivas, cujos resultados são medidos com precisão, através de dados estatísticos, há bastante facilidade de se compreender a influência das atitudes psicológicas. Isso determina que o estado psicológico de um atleta tenha grande influência no seu comportamento em busca de excelência esportiva. MEYER, (2004) citando Marat Safin, ex-tenista russo, se referiu ao tênis como “um jogo mental: dois cérebros lutando entre si”. Algumas manifestações psicológicas, por exemplo, devem ser consideradas e aprimoradas para que o rendimento possa ser mais estável e equilibrado.

A ansiedade-estado, por exemplo, é um marcador a ser considerado no comportamento dos tenistas de categorias de base. Esse marcador é descrito como um sentimento subjetivo - percebido conscientemente como inadequado - assim como um estado de tensão acompanhado por um aumento da ativação (*arousal*) no sistema nervoso autônomo. HARRIS (1984) asseverou que os níveis de ansiedade-estado estão positivamente relacionados com a intensidade da ativação interna em determinados momentos (treinos, jogos e/ou competições). O fato é que a disposição psicológica pode, até certo ponto, compensar eventuais desvantagens de corpulência e musculatura entre os atletas.

A intersecção com a Psicologia do Desenvolvimento deve ser lembrada, uma vez que envolve elementos relacionados com o mundo interno do crescimento (dúvidas, angústias, anseios etc.), apresentando relações diretas com o campo psicológico esportivo em jovens atletas. Isto determinaria que os atletas - tenistas - devem aprender a lidar tanto com as pressões internas (autocobrança, aumento da ansiedade, medos, dificuldades no gerenciamento da concentração etc.) quanto com as pressões externas (família, treinadores, clubes etc.).

Nesse contextual, o atleta deve aprender técnicas de autocontrole com o objetivo de regular seu nível de ansiedade e estresse durante o jogo e manter um equilíbrio emocional adequado às exigências das partidas, especialmente nos momentos mais decisivos (MORAES, 1998).

Calma, modéstia, ausência de poder de superioridade, lúcida ação das próprias possibilidades e também das dificuldades de vencer constituem as características psicológicas de atuação de um bom tenista. Decorre daí a importância da atenção-concentração dos tenistas que precisam trabalhar esses aspectos visando melhorar suas capacidades de produzir bons desempenhos.

As habilidades relacionadas com as tomadas de decisões acompanhadas de foco de atenção-concentração são fundamentais, conforme SAMULSKI (2012), para o controle dos pensamentos e fortalecimento da postura e do comportamento consistente e equilibrado.

Em síntese, o tênis significa competição que se efetiva através de determinadas regras e normas de condutas e de conformidade com as tendências de comportamento competitivo que deve reger as ações dos atletas no desempenho de suas atividades defensiva e ofensivas. Desse modo, e por essas razões, torna-se fundamental investigar, mediante o uso Método do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), os discursos de tenistas de categorias de base, quanto à interferência dos fatores ativação, regulação interna e níveis de ansiedade enquanto marcadores que delineiam as tendências comportamentais no caminho da excelência competitiva.

1.1 Objetivos

1.1.1 Geral

- Implementar no cenário do tênis de alto rendimento um protocolo de avaliação a respeito dos fatores de ativação e regulação interna mediante discursos apresentados por atletas juvenis de tênis de categorias de base quanto à interferência desses fatores em seus desempenhos.

1.1.2 Específicos

- Caracterizar que o método de pesquisa denominado Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) que tem por base uma proposta de organização e tabulação de dados qualitativos de natureza verbal, obtidos de depoimentos de pessoas, pode se constituir num protocolo de pesquisa válido para descrever as crenças que os tenistas juvenis têm quanto aos fatores de ativação e regulação interna nos seus desempenhos esportivos;

- Verificar se os discursos de atletas tenistas juvenis são efetivamente instrumentos de poder para descrever as características psicossociais/psicológicas fundamentais que influenciam o comportamento de tenistas juvenis de alto rendimento;
- Caracterizar se as figuras metodológicas - expressões-chave, ideias centrais e ancoragens - efetivamente avaliam os vários discursos-sínteses dos tenistas juvenis quanto às possíveis correlações entre os fatores de ativação e regulação e os níveis de estados de ansiedade nos momentos que antecedem os treinamentos e as partidas de tênis de campo.

1.2 Justificativa do estudo

A evolução técnica e científica desempenha um papel preponderante no mundo moderno. As pesquisas não poderiam permanecer indiferentes aos fenômenos sociais e psicológicos que as ciências psicológicas e comportamentais acreditam estar associados às atitudes e condutas dos indivíduos-atletas nos esportes de alto rendimento.

No contexto dos esportes individuais, a maioria das pesquisas enfatiza aspectos socioculturais e psicológicos, deixando a desejar quanto aos fatores biopsíquicos, psicofisiológicos, psicossociais e intrapessoais, que atuam no comportamento dos atletas no caminho da excelência competitiva. Desse modo, e por essa razão, o pesquisador entendeu por desenvolver um estudo que pudesse contribuir para que os profissionais das áreas dos esportes e da psicologia dos esportes pudessem compreender com maior facilidade um conjunto de variáveis sociopsicológicas que norteiam a vida social e esportiva competitiva de tenistas juvenis de categorias de base.

Como profissional das áreas de ciências psicológicas e comportamentais, e atuando como psicólogo do esporte e prestando consultorias psicológicas a inúmeros

atletas, posso constatar que a maioria dos problemas psicológicos se acha intimamente associados a um conjunto interativo de fatores, dentre os quais os níveis de ansiedade e concentração. Desta forma, fatores de ativação e de regulação interna representam marcadores que atuam no comportamento dos atletas de diversas modalidades esportivas, especialmente, no tênis de campo.

Conhecer o comportamento da referida população poderia trazer muitas respostas às diversas forças sociais e psicológicas que atuam no comportamento e no desempenho dos atletas dessa modalidade e categoria, já que não existe, no Brasil, nenhum trabalho prático que tenha utilizado o método de pesquisa denominado “Discurso do Sujeito Coletivo” (DSC), voltado para investigar, analisar e explicar o que acontece com o comportamento e o desempenho desses atletas quando influenciados por fatores de ativação, regulação interna e graus diferenciados de ansiedade.

Ante essa sumária exposição, o pesquisador pensa em contribuir para que os profissionais que atuam nos esportes de alto rendimento, sociólogos, psicólogos, assistentes sociais etc., possam conhecer o que acontece com o comportamento e o desempenho de tenistas juvenis sob os efeitos dos marcadores supracitados.

1.3 Delimitação do estudo

O presente estudo restringiu-se a pesquisar os discursos de atletas pertencentes a equipes de categorias de base de tênis de campo, através do método de pesquisa denominado “Discurso do Sujeito Coletivo” (DSC). Os dados foram coletados durante a temporada de 2013/14, junto a equipes de tênis de campo pertencentes a um clube que mantém e participa de competições organizadas tanto por Federações Estaduais como por Confederações de Tênis. Foram pesquisadas opiniões de tenistas juvenis do sexo masculino, com idade cronológica entre 12 a 17 anos, quanto à influência dos fatores ativação interna, concentração e níveis de ansiedade no desempenho esportivo.

Nas entrevistas (pesquisa de campo) foram utilizadas perguntas objetivas e bastante flexíveis, com o intuito de facilitar a compreensão dos pesquisados. O critério usado para a escolha dos atletas tenistas ficou limitado ao fato dos mesmos estarem fazendo parte das equipes no período das coletas de informações.

Não foram considerados no estudo diferenças de estruturas orgânicas e funcionais das equipes, cujos atletas eram os sujeitos dessa pesquisa. Devido à disponibilidade e diferença de recursos econômicos e condições materiais, é bem possível que esses fatores também possam exercer influências no comportamento e nos desempenhos dos atletas.

Na aplicação do método DSC, obedeceu-se a todos os critérios estabelecidos pelas normas que configuram o método em termos de expressões-chave, ideia central e ancoragem.

1.4 Revisão da literatura

Em vista das temáticas e dos conceitos desencadeados no contexto da literatura, quanto à influência de fatores de ativação mental e emocional no comportamento de atletas de alto rendimento, houve-se por bem organizar a revisão de literatura desta tese por tópicos, a saber:

1. 4. 1 A associação entre esporte e a psicologia

A associação entre esporte e as ciências psicológicas e comportamentais, ainda que muitas vezes não assumidas por muitos profissionais que atuam no campo dos esportes de competição, está presente na maioria das conversas mantidas em todos os segmentos dos vários tipos de sociedades.

É comum ouvir atletas e treinadores, entre outros profissionais, expressões como: “estamos preparados psicologicamente”, “a equipe está mentalmente preparada para a competição” ou até mesmo “perdemos por conta da ansiedade”.

Na leitura do senso comum, por exemplo, encontramos um consenso que enxerga o esporte enquanto um modelo de realidade social aberto para aceitar todos aqueles que pretendem praticar atividades esportivas e atividades envolvidas com os esportes de alto rendimento. Atualmente, todos os que trabalham com os esportes individuais, coletivos, de combate, radicais e outros reconhecem que os fatores psicológicos são tão importantes quanto os fatores sociológicos, fisiológicos, anatômicos e biomecânicos.

O estado atlético, o nível de treinamento e, particularmente, a função do esporte, antes visto apenas dentro da perspectiva do desempenho físico, atualmente é visto também no que diz respeito às atitudes mentais, sob um ponto de preparação psicológica para a ação (HANIN, 1997). Na visão do autor, o esporte definitivamente deixou de ser uma prática baseada no senso comum, no instinto, na tradição, em crenças e meias verdades, para ser reconhecido enquanto um espaço de desenvolvimento para as ciências psicológicas e comportamentais.

Nesse contextual, o relacionamento entre o tênis de campo e o comportamento dos tenistas juvenis não segue um único caminho e, neste momento, temos a necessidade de abordar o tênis de campo enquanto movimento, enquanto atividade que provoca sensações e sentimentos corporais, estados de tensões, emoções, estresse e até de esgotamento físico e mental.

O tênis é um esporte individual que exige ações defensivas e ofensivas eficientes e eficazes - envolve ações e movimentos por um processo *continuum* de atenção-concentração num tempo histórico determinado. Isto determina que o tênis de campo exija um processo psicopedagógico de preparação física, atlética e mental na forma de sentir, de pensar e de agir dos atletas. Tanto em termos mentais, quanto somáticos, exemplifica de forma clara e inequívoca essa relação, onde cada caráter psicológico corresponde uma organização corporal.

Nesse sentido, torna-se fundamental a compreensão das teorias, conceitos, preceitos e princípios que norteiam o comportamento dos atletas no período da adolescência com o intuito de trazer à luz, os fenômenos biopsicossociais que poderão interferir no alto rendimento esportivo.

1. 4. 2 Fundamentos da psicologia na adolescência

Ante o acima exposto, temos que considerar que o indivíduo, no processo de se tornar um atleta, vivencia e se depara, especialmente na adolescência, com um conjunto interativo de forças que atua sobre seu comportamento, envolvido por demandas psicossociais alinhadas com as pressões sociais, familiares e, mais estreitamente, com as lideranças adultas (treinadores, supervisores, patrocinadores etc.) que, costumeiramente, cobram a produção de resultados nas competições nacionais e internacionais.

O ingressar no período da adolescência se define como um processo pelo qual o indivíduo aprende e se adapta às maneiras de se comportar, de aceitar ideias, crenças, valores e normas de condutas impostas pelo mundo dos adultos. Isto determinaria que o objeto desejado pelo adolescente simbolizasse um desejo de autodesenvolvimento através da aprendizagem social. Para CALLIGARIS (2009), as mudanças que ocorrem no campo psicológico durante essa fase do desenvolvimento humano levam os adolescentes a uma nova relação com os pais e com o mundo.

Neste período, alterna entre uma profunda dependência e uma independência extrema, e só a maturidade lhe permitirá, futuramente, aceitar ser independente dentro de um limite de necessária dependência. É, sem dúvida, um período de contradições, ambivalente, confuso, permeado por dores e angústias, caracterizado por fricções com o meio familiar e social. Tanto as modificações físicas incontroláveis, bem como os imperativos do mundo externo, que exigem do adolescente novos modelos de convivência, são vividos, no início, como uma espécie de invasão. Isto o leva a reter diversas de suas conquistas infantis, mesmo

admitindo a ânsia e o intenso desejo em alcançar um novo status (ABERASTURY & KNOBEL, 2000).

Fundamentalmente, a problemática do período da adolescência inicia-se com as mudanças corporais, com a definição do seu papel na procriação e segue seu curso junto às mudanças psicossociais. Além da renúncia de sua condição infantil, deve também renunciar o tratamento recebido, até então, como se ainda fosse uma criança (SANTROCK, 2013). O sofrimento, a contradição, a confusão e os possíveis transtornos são, assim, inevitáveis; podem assumir um caráter de transitoriedade, podem ser passíveis de elaboração, mas, fundamentalmente, deve-se questionar se sua dor não poderia ser suavizada com a mudança das estruturas familiares, afetivas e sociais (CLOUTIER & DRAPEAU, 2012).

A inserção no mundo social do adulto, com suas modificações internas e seu plano de reformas, é o que possibilitará a definição de sua personalidade e ideologia, visto que o novo plano e momento de vida exigem uma reestruturação dos valores éticos, intelectuais e afetivos, resultando no nascimento de novos ideais e a aquisição da força e perseverança para adquiri-los (CALLIGARIS, 2009).

ABERASTURY & KNOBEL (2000) referem-se às mudanças físicas, sociais, afetivas, psicológicas (...) ocorridas nesse período através da denominação “síndrome normal da adolescência”. Os autores descrevem a seguinte sintomatologia que integraria essa síndrome: busca de si mesmo e da identidade; tendência grupal; necessidade de intelectualizar e fantasiar; crises religiosas que podem variar desde o mais convicto ateísmo até o misticismo mais fervoroso; deslocalização temporal, onde o pensamento adquire as características de pensamento primário; evolução sexual manifesta, que vai do autoerotismo até a heterossexualidade genital adulta; atitude social reivindicatória com tendências antissociais ou associais de diversas intensidades; contradições sucessivas em todas as manifestações de conduta dominada pela ação e que constitui a forma de expressão conceitual mais típica desse período da vida; uma separação contínua e progressiva dos pais e constantes flutuações do humor e do estado de ânimo.

A adolescência representa uma das formações culturais mais contundentes do homem contemporâneo. Eles estudam, jogam, brincam, sofrem, trabalham e se transformam a todo instante. Lidam com as dificuldades do crescimento no retrato atual da família moderna e devem, ainda, aprender a lidar com o próprio período da adolescência: uma entidade enigmática e sustentada pela imaginação da maioria (TIBA, 1985).

O final da infância e início da pré-adolescência, por exemplo, é caracterizado por uma mudança fisiológica produzida pela puberdade, uma transformação dos atributos e funções do copo jovem para o adulto. A puberdade é compreendida como um conjunto de modificações físicas, um fenômeno universal, que transforma o corpo infantil num corpo adulto, capacitado para a reprodução. Já a adolescência é, sobretudo, um período psicossociológico, não necessariamente universal, que se prolonga por alguns anos e que caracteriza a transição da infância para a maturidade adulta. Entre os anos 1990 e 2000, adolescentes e jovens começaram a sair de certa obscuridade culposa e obediente à qual os discursos médicos e morais os haviam relegado, para se transformarem numa faixa da população privilegiada pela indústria cultural (SANTROCK, 2013).

O conceito de adolescência, que se estende, em certos países, até o final da juventude, tem uma origem e história que coincidem com a modernidade e a industrialização, onde se tornaram importantes a capacitação, a formação e o estudo. Ao conceito de adolescência também é atribuída a falta de plena aquisição de capacidades físicas do adulto (ABERASTURY & KNOBEL, 2000) - força, destreza, habilidade, coordenação etc. - e a falta de maturidade intelectual e emocional, necessária para o ingresso no mercado do trabalho.

O longo e progressivo período de formação escolar, a alta competitividade do mercado de trabalho nos países capitalistas e, atualmente, a escassez de empregos obrigam o jovem adulto a viver cada vez mais tempo na condição de adolescente, dependente da família, das decisões e responsabilidades da vida pública, muitas vezes incapaz de decidir seu próprio destino. Diante destes fatos, a adolescência

não poderia deixar de ser uma fase crítica e de mudanças relevantes no desenvolvimento humano.

O comportamento dos adolescentes está diretamente relacionado às práticas parentais (GALLATIN, 1986). No modelo hierárquico, a autoridade é inquestionável, arbitrária e os lugares são previamente demarcados através de normas sociais, tradições e experiências passadas. O pacto realizado pelo binômio “pai-adolescente” é a ordem e a obediência, respectivamente. Para o adolescente contemporâneo, que vive numa sociedade marcada pela falta de limites e da noção de alteridade, este modelo é injusto e suas regras não tem sentido. Ele, não raro, se sente excluído do lugar de desejos e direitos.

O adolescente se olha no espelho e, frequentemente, tem uma experiência de estranhamento com a própria imagem (ABERASTURY & KNOBEL, 2000). Constata que perdeu aquela graça infantil que, na nossa cultura, parece ser um elemento essencial para garantir o afeto e a presença dos pais. Percebe-se que não é mais nada: nem criança amada, nem adulto reconhecido e legitimado.

Entre a criança que se foi e o adulto que ainda não chegou, o espelho do adolescente é frequentemente vazio de sentido e significado real. Portanto, esse período de maturação pode catalisar o surgimento de patologias emocionais, psicológicas e sociais. Certamente, os elementos socioculturais atuam num modelo de determinismo específico nas manifestações da adolescência, mas também é preciso considerar que, antes das manifestações e consequências desses elementos socioculturais, existe um pensamento psicobiológico que lhe atribui características universais (SANTROCK, 2013).

A adolescência se caracteriza, fundamentalmente, por ser um período de transição entre a puberdade e o estado adulto do desenvolvimento. Em diferentes sociedades e culturas este período pode variar, assim como o reconhecimento da condição adulta atribuída ao indivíduo. Esse período do desenvolvimento humano não deve, a priori, ser entendido apenas como uma espécie de preparação para a maturidade. Por outro lado, torna-se necessário o enfoque dentro de um critério do

momento atual do desenvolvimento e do que significa o ser humano nessa etapa da vida (TIBA, 1985).

Na visão de Erik Erikson (ERIKSON, 2013), dois ingredientes centrais na teoria do desenvolvimento da identidade são a personalidade e a experimentação de papéis. O autor enfatiza que os adolescentes enfrentam um número esmagador de escolhas e, em algum momento durante a juventude, entram num período de “moratória psicológica”. Durante essa moratória e antes de alcançarem um *self* mais estável, experimentam diferentes papéis, formas e manifestações de personalidades.

As visões contemporâneas do desenvolvimento da identidade sugerem que este é um processo longo e, na maioria dos casos, mais gradual e menos cataclísmico do que implica o termo “crise” na teoria de ERICKSON (2013). Atualmente, há uma forte tendência dos teóricos e pesquisadores a respeito da adolescência sugerindo que esta fase não se inicia nem termina na adolescência em si. Ela começaria, segundo eles, na primeira infância com a aparição do apego, do desenvolvimento de uma noção de *self*, e da emergência da independência baseada no reconhecimento dos desejos e na limitação de suas realizações (VALLE & MATTOS, 2011).

A rapidez das mudanças faz os adolescentes questionarem o saber acumulado, o qual lhe havia sido imposto pelo modelo hierárquico. Assim, a tradição como acervo de experiências e valores dos antepassados é desqualificada e a autoridade perde sua força. Os saberes instituídos não são mais suficientes (CAMPOS, 1987). O reverso dessa moeda, caracterizada pela cultura do narcisismo, enaltece o individualismo e a competitividade, produzindo indivíduos solitários, com ideais de vida presos a um eterno presente de realizações imediatas e com pouca disposição para renúncias. Os adolescentes ficam sem parâmetros para pensar o futuro: o mundo adulto onde nenhum adulto quer viver (ABERASTURY & KNOBEL, 2000).

1. 4. 3 O Adolescente atleta

A origem do termo “adolescência” surgiu através da palavra latina *adolescere*, que, segundo NETTO (1979), significa tornar-se jovem e se desenvolver.

Os dicionários registram que adolescência é o período da vida humana entre a puberdade e a virilidade e que adolescer quer dizer crescer durante o período da adolescência. Embora não seja possível fixar limites universais e exatos para sua duração, os doze e os vinte anos, aproximadamente, são em geral admitidos como as idades iniciais e finais desta etapa do desenvolvimento humano (NETTO, 1979, p. 01).

FAIGENBAUM & WESTCOTT (2001) asseveraram que os anos que dão origem ao período da adolescência podem ser traumáticos a meninos e meninas que vivenciaram o processo da maturação física. Este período, conhecido por “puberdade”, pode oferecer dificuldades emocionais e psicológicas a jovens que não tiveram os desenvolvimentos físico, sexual, social e afetivo esperados para essa fase. Embora a genética controle claramente os processos de crescimento, os adolescentes que praticam exercícios de força apresentam determinadas vantagens no desenvolvimento sobre aqueles que optam por outras atividades ou até mesmo vivem de forma sedentária.

MITRA & MOGOS (1982) asseveraram que o período entre 14 e 19 anos é considerado como a “idade de maturação”. De maneira oposta a outras concepções, esta idade não deverá ser olhada como uma etapa de crise. Pelo contrário, nesta idade boa parte dos indícios físicos está em crescimento e, do ponto de vista motor, o aluno atinge ótimas formas de capacidade física e possibilidades de desenvolvimento esportivo. Nessa etapa, realiza-se uma consolidação e até mesmo uma finalização do desenvolvimento de algumas qualidades e habilidades motoras. A força e a resistência, por exemplo, podem ser intensamente desenvolvidas.

Já segundo COLE & COLE (2003), a palavra “adolescência” vem do idioma latim “*adelesco*”, que significa “crescer”. O filósofo grego Aristóteles descreveu os

adolescentes no século IV como “apaixonados, irascíveis e capazes de serem levados por seus impulsos (JACOBBER, 2011). Eles se consideram oniscientes e são positivos em suas asserções; essa é, na verdade, a razão por levarem tudo tão longe”. No campo da Biologia moderna, os principais cientistas, cujas ideias influenciaram a pesquisa contemporânea sobre a adolescência, foram Arnold Gesell e Sigmund Freud.

GESELL, AMES & FRANCES (1978) postularam que as “características humanas mais elevadas”, como o pensamento abstrato, a imaginação e o autocontrole aparecem tardiamente no desenvolvimento do indivíduo, já que foram também tardiamente adquiridos através da história e evolução da espécie. Os autores admitem que o ambiente poderia exercer uma influência mais poderosa durante a adolescência do que em fases anteriores. Postularam, também, que as condições ambientais não alteravam o padrão básico do desenvolvimento de nenhuma maneira fundamental.

Já FREUD (1975), compreendia a adolescência como um estágio distinto do desenvolvimento, durante o qual os seres humanos podiam, finalmente, realizar o imperativo biológico de se reproduzirem, cultivando assim a preservação da espécie. Na teoria freudiana, o auge do tumulto e da desorganização emocional associado à adolescência se dá através da luta psicológica entre as três instâncias mentais, a saber: o *id*, o *ego* e o *superego*.

Na opinião de Freud, o súbito surgimento da excitação sexual que acompanha a puberdade desperta instintos primitivos, aumenta o poder do *id* e perturba o equilíbrio psicológico. Embora a teoria de Freud esteja enraizada na biologia, ela não ignora o mundo social. O superego é, acima de tudo, a representação interna das normas e limites sociais e o ego realiza, por um lado, a intermediação entre o mundo social, real e concreto, incorporado no superego e, por outro, as demandas emocionais do *id* (FREUD, 1975).

VALLE & MATTOS (2011) compreendem a adolescência como uma fase complexa e dinâmica do ponto de vista físico e emocional na vida do ser humano. É

neste período que ocorrem as várias mudanças no corpo que repercutem diretamente na evolução da personalidade e na atuação pessoal na convivência social e afetiva. Diversos fatores relacionados com a adolescência são resultados das interferências de aspectos particulares da cultura, momento histórico e social da população pesquisada.

A Organização Mundial de Saúde (OMS), no plano internacional, define adolescência através do referencial cronológico, como um período da vida que vai dos 10 aos 19 anos, envolvendo, assim, a puberdade, que é um fenômeno universal e tem um ritmo que varia de indivíduo para indivíduo, mas previsível de acordo com os parâmetros próprios da espécie (VALLE & MATTOS, 2011).

As demandas para o ingresso no mundo social do adulto representam um aspecto essencial e decisivo na adolescência diante da formação e estruturação da personalidade e comportamento de um jovem. Um novo plano e uma nova visão de vida se constroem através de insatisfações, contestações ou rebeldias declaradas ou silenciosas, quando o adolescente se vê obrigado a enfrentar os valores intelectuais, sociais e afetivos à sua volta. Estes valores estão ligados à forma de organização dinâmica da família e da sociedade e determinam a qualidade e possibilidades das relações que se estabelecerão.

Segundo VALLE & MATTOS (2011), nesta fase o jovem também inicia sua carreira de estruturação e ideação do universo de possibilidades no campo profissional e necessitará de suporte para tomar decisões sobre ocupações que se alterem a cada dia em arranjos interdisciplinares. Cria-se, portanto, para o jovem, uma série de dilemas de grandes dimensões permeados por incertezas e ambiguidades numa sociedade em contínua mutação.

Na adolescência, ocorrem muitas mudanças biológicas, que resultam na perda do corpo infantil que, na linguagem psicanalítica, representa uma fase de luto, sofrimento. As mudanças sociais também estabelecem novos papéis em relação à autonomia e às responsabilidades que nem sempre correspondem, na prática, às mudanças físicas, em um descompasso entre o corpo e a mente. Do ponto de vista psicológico, é uma fase de intensos conflitos entre os impulsos de experimentação cognitivos e biológicos na

construção de uma nova identidade. As críticas, as crises e os conflitos desse período não atingem apenas os adolescentes, mas também os pais, os professores e toda a sociedade que precisa lidar com essa fase instável e complexa. (VALLE & MATTOS, 2011, p.19).

No campo dos esportes, FRANCO (2000) discorre sobre a importância de sua prática aos jovens, postulando que, para atingir um objetivo maior, é necessário desenvolver habilidades como disciplina, paciência, respeito ao próprio corpo e ao ritmo individual. Outro ganho inquestionável da prática esportiva no período da adolescência, na visão da mesma autora, é a possibilidade de afastar o ócio que, atualmente, tem conduzido uma porcentagem significativa de crianças e adolescentes ao envolvimento com drogas ou outras atividades nocivas à saúde.

DE ROSE JUNIOR (2002) asseverou sobre a importância da Educação Física como atividade curricular em escolas, tendo, como estratégia central, o desenvolvimento de capacidades físicas e habilidades motoras dos praticantes. Somente nos Estados Unidos, segundo WEINBERG & GOULD (2001), estimava-se que 45 milhões de jovens com menos de 18 anos estariam envolvidas em programas de atividade físicas escolares e extracurriculares. Segundo os mesmos autores, o esporte é uma das principais atividades que gera benefícios significativos, em diversas áreas do desenvolvimento, para os jovens, seus amigos, famílias e comunidades. Para KORSAKAS (2002), o processo de sociabilização é um marcador que depende da comunicação, autoconhecimento e interação do jovem com o grupo ou, no caso de esporte individual, com o técnico.

A iniciação esportiva tem, como objetivo primordial, a formação norteada pelos princípios socioeducativos, preparando seus praticantes para o exercício da cidadania e do lazer. Dessa forma, é importante que os profissionais que atuam com adolescentes no esporte (treinadores, preparadores físicos, médicos, psicólogos, nutricionistas e todos os envolvidos na prática esportiva) tenham uma boa formação acadêmica e experiência prática com essa população (SINGER, 1997).

O profissional que trabalha ou que pretende trabalhar com adolescentes deve ter a clareza e o conhecimento das demandas e características do grupo com o qual

atua. Deve saber que, além do desenvolvimento esportivo, está participando ativamente na formação de indivíduos e no desenvolvimento global do adolescente (WEINBERG & GOULD, 2011). Nesse desenvolvimento global incluem-se as esferas social (relações interpessoais), cognitiva (assimilações e aprendizados sobre as características centrais da prática da modalidade esportiva), motora (habilidades específicas da prática), e a psicológica (que considera as possíveis repercussões de uma prática inadequada e os sucessos e fracassos diante da realização de determinada tarefa) (FEIJÓ, 1998).

Segundo WEINBERG & GOULD (2011), as taxas de abandono (*burnout*) para programas esportivos são, em média, de 35% em qualquer idade. De cada 10 adolescentes, três a quatro terão desistido no início de uma nova temporada. As principais razões pelas quais desistem são: ter outras coisas para fazer, mudanças de interesses, quebra de expectativas diante de uma determinada prática esportiva, não ter sido divertido o suficiente, querer praticar outro esporte, não gostar da pressão, ser entediante, o treino ser muito duro e não gostar do técnico.

Estas razões são consideradas respostas superficiais, não tão profundas, como alguns psicólogos do esporte têm buscado, já que adolescentes que desistem precocemente apresentam baixa percepção de competência, pouco foco em metas de resultados e experimentam considerável estresse. DE ROSE JUNIOR (2002) postulou que adolescentes com baixas percepções de suas capacidades esportivas desistem ou não praticam esportes, enquanto outros, com altas percepções de competência, participam e persistem.

Do mesmo modo, o adolescente deve ter liberdade e opções para a escolha do esporte, incentivo e acompanhamento dos pais. Esportes competitivos podem promover alterações nas emoções e na personalidade do jovem praticante, o que pode gerar o estresse, baixo rendimento motor, abandono e, conseqüentemente, o sedentarismo.

1. 4. 4 A adolescência e a formação social da mente na visão de Lev Vygotsky

A Psicologia sócio-histórica (ou histórico-cultural), inaugurada por Vygotsky em meados da década de 1920, define, de forma contundente, a nova constituição da dinâmica mental do ser humano. Erickson partiu de fundamentos marxistas do pensamento dialético e apresentou novas posturas que mudaram o contexto da teoria do desenvolvimento humano, até então fundamentada nos conceitos psicanalíticos e biológicos adaptativos.

Vygotsky engloba os conceitos de filogênese (evolução da espécie humana) com ontogênese (evolução dos indivíduos) e considera que as origens das funções mentais (psiquismo) humanas nascem através das condições sociais de vida historicamente formadas. Ele fundamenta sua teoria da formação da mente partindo da relação dialética entre realidade social e fenômenos tipicamente humanos, tais como a consciência e linguagem. Assim sendo, o desenvolvimento do psiquismo se processa mediado pelas relações com o outro - pessoas do mesmo grupo cultural - ou não. Essa mediação delimita os significados que são estruturados pela humanidade e apropriados simbolicamente pelos indivíduos. Na visão de Vygotsky, as mudanças iniciadas no período da infância serão estendidas até a adolescência (RIEBER & ROBINSON, 2004).

VYGOTSKY (2000) postulou que, na fase da adolescência, são desenvolvidas as Funções Psicológicas Superiores (FPS), tais como, atenção voluntária, memória lógica e capacidade de abstração, entre outras funções responsáveis pela formação de conceitos. O autor considera que tais funções representam os pilares principais no desenvolvimento da personalidade e são geradas no contexto da coletividade e também a partir da apropriação conceitual pelos indivíduos.

Nessa fase, de acordo com o mesmo autor, a construção do pensamento adolescente ocorre através de uma nova síntese entre elementos concretos e

abstratos e diante da atribuição de significados coerentes com suas percepções do ambiente.

VYGOTSKY (2000) postulou, ainda, que o desenvolvimento do pensamento não está associado exclusivamente aos conteúdos de operações intelectuais, mas sim atreladas à experiência exterior do indivíduo. Defende, portanto, a ideia de que todas as funções psicológicas superiores se desenvolvem na coletividade, primeiro como função interpsicológica, para depois se tornar intrapsicológica (individual).

A conduta humana não pode ser considerada apenas produto da evolução biológica - fundamental para a formação do indivíduo e de todas suas funções psicofisiológicas necessárias e inerentes (GALLATIN, 1986). O comportamento é, também, produto do desenvolvimento histórico e social (TOMIO & FACCI, 2009), da mesma forma que a aquisição da linguagem estimula um ganho expressivo no desenvolvimento intelectual (LEONTIEV, 1978).

Para VYGOTSKY (2000), o emprego da palavra como meio de formação de conceitos é a principal causa psicológica imediata da transformação intelectual. O autor fundamenta a importância da escola na formação da mente do adolescente ao concluir que a escolarização ocupa um lugar de destaque, promovendo o surgimento de pensamentos críticos ao estabelecer relações de conhecimento mediadas pelas relações com companheiros e pessoas adultas. Através desse ponto de vista, as características dos jovens dependem das condições e necessidades históricas de cada momento. Olhar, estudar e conceber o adolescente sem analisar os contextos histórico e social inseridos no plano da pesquisa significa, através da visão de Vygotsky, a negação de sua relação com a natureza, bem como a importância do outro e da coletividade na construção da consciência humana.

1. 4. 5 As influências da Teoria da Representação Social de Moscovici

As temáticas que abordam as teorias das representações sociais trazem à tona, como objetivo principal, toda uma fundamentação teórico-descritiva a respeito

de um resgate do imaginário social sobre determinadas situações envolvendo o papel e representação dos indivíduos no contexto das sociedades.

Esse imaginário, associado aos métodos e técnicas que envolvem os discursos das pessoas, adquire uma forma de um painel de discursos - que reflete o que se pode pensar, acreditar e expressar uma dada formação sociocultural, num dado grupo ou numa dada coletividade acerca de um assunto específico.

Quando a via de acesso a esse imaginário se traduz diretamente através do depoimento de pessoas obtido por meio de entrevistas individuais, um maior número de entrevistados aumenta, a princípio, a chance de se aprofundar no conhecimento da expressão do imaginário coletivo através da soma e da análise dos discursos individuais (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2010).

Ciência e representações sociais são tão diferentes entre si e ao mesmo tempo tão complementares, que se torna necessária a reflexão simultânea de ambas as esferas conceituais. O filósofo francês Bachelard observou que o mundo em que vivemos e o mundo do pensamento não são o mesmo mundo (BACHELARD, 2009). De fato, não é possível desejar um mundo singular e idêntico e lutar por consegui-lo. A ciência era, antes, baseada no senso comum e tornou o senso comum ainda mais comum. Atualmente, o senso comum é o representante do processo de banalização dos conceitos científicos da sociedade (MOSCOVICI, 1976).

As representações sociais são entidades quase tangíveis. Elas circulam, se entrecruzam e se cristalizam continuamente através de uma palavra, um gesto, uma reunião, e em nosso mundo cotidiano. Elas povoam a maioria de nossas relações estabelecidas, os objetos que produzimos ou consumimos e as comunicações que são construídas em diversas áreas do campo social. Afinal, o conhecimento emerge do mundo onde as pessoas se encontram e interagem, do mundo onde os interesses humanos, necessidade e desejos encontram expressão, satisfação ou frustração (MOSCOVICI, 2003).

MOSCOVICI (1976) postulou que o conhecimento surge das paixões humanas e, como tal, nunca é desinteressado; ao contrário, ele é sempre produto de um grupo

específico de pessoas que se encontram em circunstâncias específicas, nas quais estão engajadas em projetos definidos. Por outro lado, se a realidade das representações apresenta facilidade no acesso de sua compreensão, o conceito não é assim tão simples. O ponto de partida fundamental para essa jornada intelectual, contudo, foi a insistência de Moscovici no reconhecimento da existência de representações sociais como uma forma característica de conhecimento em nossa era, ou uma insistência em considerar “como um fenômeno, o que era antes considerado um conceito”.

Moscovici introduziu o conceito de “representação social” em seus estudos pioneiros sobre os processos que fizeram a psicanálise penetrar no pensamento popular da França. As representações são sempre um produto da interação e comunicação, e elas tomam sua forma e configuração a qualquer momento, como uma consequência do equilíbrio específico desses processos de influência social.

Há uma relação sutil entre representações e influências comunicativas identificadas por Moscovici quando define o conceito de “representação social”: “um sistema de valores”, ideias e práticas, com uma dupla função: primeiro, estabelecer uma ordem que possibilitará às pessoas orientarem-se em seu mundo material e social e controlá-lo; e, em seguida, possibilitar que a comunicação seja possível entre os membros de uma comunidade, fornecendo-lhes um código para nomear e classificar, sem ambiguidade, os vários aspectos de seu mundo e da sua história individual e social (MOSCOVICI, 1976).

A teoria das representações sociais assume o ponto de partida através da diversidade dos indivíduos, atitudes e fenômenos, em toda sua estranheza e imprevisibilidade. Os objetivos centrais dessa formulação teórica estão centrados na construção de um mundo estável e, até certo ponto, previsível (JODELET, 2009).

Para Moscovici, o processo de representação significa, num todo, trazer presentes as coisas ausentes e apresentá-las de tal modo que satisfaçam as condições de uma coerência argumentativa e de uma racionalidade de integridade normativa do grupo. É, portanto, muito importante que o processo ocorra de uma

forma comunicativa e difusiva, pois não há outros meios, com exceção do discurso e dos sentidos que ele contém, pelos quais as pessoas e os grupos sejam capazes de se orientar e se adaptar diante das demandas que habitam seus universos sociais, afetivos, familiares e psicológicos (MOSCOVICI, 2003).

A motivação principal que moveu o sociólogo na elaboração de uma teoria sobre as representações sociais não é a procura por um acordo entre nossas ideias e a realidade de uma ordem introduzida no caos do fenômeno ou, para simplificar, um mundo complexo, mas a tentativa de construir uma ponte entre o estranho (aquilo que não se sabe, não se conhece e que se faz necessário no cotidiano) e o familiar (aquilo com que se atribui sentido e significado). A teoria das representações sociais une, portanto, a psicologia humana com as questões sociais e contemporâneas.

1. 4. 6 A fala social do sujeito: um enfoque qualiquantitativo

A fala social do sujeito pode refletir o que pensam e postulam as coletividades sobre todo tipo de problemas e demandas que lhe afetam e, simultaneamente, aferir o grau de compartilhamento de cada uma das opiniões circulantes. Desta forma, será possível compreender como tais pensamentos se distribuem entre diversas idades, níveis econômicos, classes sociais, gêneros etc. As análises e descrições de pesquisas de opinião devem seguir o modelo qualiquantitativo, já que opiniões e discursos de coletividades, simultaneamente, sugerem uma dimensão qualitativa e outra, quantitativa (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2005b).

A opinião (descrita nos discursos) é uma qualidade e deve sempre ser concebida, a priori, como uma incógnita, ou seja, algo que não conhecemos antes da elaboração da pesquisa. Assim, as opiniões devem ser qualificadas e descritas. Somente após a descrição das qualidades será viável quantificá-las. Por outro lado, como se trata de pesquisas de opinião, de gerar opiniões coletivas, é preciso que tais opiniões tenham, na dimensão coletiva, sua substância qualitativa (ou seja, sua natureza de discurso e de depoimento) preservada.

O método do DSC incorpora as características qualitativas e quantitativas dessa nova pesquisa de opinião. Dessa forma, a opinião que emerge do DSC apresenta uma dupla pertinência: qualitativa e quantitativa. Qualitativa porque no DSC cada opinião coletiva distinta é apresentada sob a forma de um discurso - e não, por exemplo, no formato de escolha de alternativas previamente determinadas de respostas, nem sob a forma de meras categorias que recuperam os distintos conteúdos e argumentos que conformam a dada opinião na escala social ou coletiva. O caráter quantitativo é estruturado visto que tais discursos constituem uma expressão numérica, considerando-se que as sociedades são coletividades de indivíduos que compartilham ideias e opiniões socialmente disponíveis (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2005a).

1. 4. 7 O psicólogo do esporte enquanto um interlocutor dos discursos

As relações instituídas são o contexto de uma intersubjetividade em que as representações – articuladas às diferentes posições ocupadas e exercidas através do discurso dos sujeitos – complementam-se, contradizem-se, conflitam-se e identificam-se (MOSCOVICI, 2003).

Para iniciar um trabalho e estabelecer um planejamento, o psicólogo do esporte deve escutar o que a instituição esportiva tem a dizer ouvindo seus dirigentes, comissão técnica e atletas que fazem parte dessa organização e com um objetivo comum: o crescimento da instituição atrelado à evolução de seus profissionais - além da ampliação da análise e compreensão do comportamento de todos os participantes dos programas esportivos da mesma instituição (SINGER, 1977).

O envolvimento direto dos dirigentes nas questões de formação e evolução de seus representantes demonstra não apenas comprometimento como objetivo da instituição, mas respeito pelos seus colaboradores. Essa prática promove, também, o deslocamento da ênfase da individualização dos problemas para práticas educativas, coletivas e colaborativas. É um pensar “juntos”.

O psicólogo do esporte responsável pelo trabalho numa dada instituição deve analisar cada discurso, pois, muitas vezes, a demanda é mais imediata e exige atendimento individualizado. Para formular o mapeamento das necessidades psicológicas, emocionais, sociais e esportivas, torna-se necessário o aprofundamento nos estudos do discurso dos sujeitos envolvidos na pesquisa com o objetivo central de contextualizar, histórica e socialmente, a dimensão e o conteúdo de suas vivências na relação com o histórico e cultura da instituição esportiva que frequenta.

A não investigação dos elementos institucionais no desempenho esportivo gera uma lacuna nas possibilidades de análise e compreensão comportamental dos discursos dos atletas pelo psicólogo do esporte e demais profissionais da área de saúde que lá atuam. A identidade coletiva é a única possibilidade de associação dos indivíduos numa coletividade, um convite para que deixem a posição de alienação (MOSCOVICI, 2003). Essa identidade está relacionada ao reconhecimento da instituição esportiva, de seus valores, suas características e seus constructos sociais, além dos elementos históricos e culturais.

Ao psicólogo do esporte também cabe a função de auxiliar e melhorar os vínculos sociais, a vida em sociedade. É buscar um acordo sobre sua proposta e a demanda da instituição que o contrata. É ter objetivos claros, um trabalho organizado em etapas coerentes com os objetivos. Pensar “com o grupo” e não “para o grupo” de forma a construir, coletivamente, estratégias de ação e de transformação. É preciso promover o trabalho em equipe, com a criação de um grupo multidisciplinar, onde exista um diálogo maior entre os saberes (SINGER, 1977).

Deve-se, portanto, analisar caso a caso, atleta por atleta, conjuntamente, verificando e alavancando necessidades singulares, de forma que o investimento seja em sua evolução. O atleta e a instituição esportiva crescem, e todos ganham. Isto determina que o psicólogo do esporte deva ir além de sua formação básica - análise comportamental, desenvolvimento da capacidade emocional e psicológica e do desempenho esportivo - apontando também para as relações que causam sofrimento e injustiça, destacando a importância da manutenção de relações

psicossociais que respeitem as diferenças e preservem a vida humana, possibilitando a construção de uma sociedade mais justa.

Ante o exposto acima, temos que considerar um conjunto de fatores psicossociais, sociodinâmicos e institucionais que atuam como vertentes na formação da personalidade esportiva dos adolescentes. Isto determinaria que o ponto crucial no desenvolvimento de um estudo abarcando discursos de atletas envolveria a escolha de um método de pesquisa que pudesse dar suporte às indagações do pesquisador. Para tanto, o método utilizado foi o Discurso do Sujeito Coletivo (DSC).

1. 4. 8 O método do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC)

O Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) é um método de pesquisa científica desenvolvido por Lefèvre e Lefèvre na segunda metade da década de 90. O DSC está fundamentado na teoria das Representações Sociais, elaborada pelo sociólogo francês Sèrge Moscovici. Os estudos preliminares ocorreram no Hospital das Clínicas de São Paulo, bem como na Faculdade de Medicina e Saúde Pública (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2005b).

Posteriormente, pesquisadores de outras áreas do conhecimento, tais como as Ciências Humanas e Sociais, aprofundaram o método através de pesquisas de campo e publicação de artigos científicos. O DSC é um discurso-síntese elaborado com partes de discursos de sentido semelhante, por meio de procedimentos sistemáticos e padronizados (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2005a).

Ele representa uma mudança nas pesquisas qualitativas porque permite que se conheça os pensamentos, representações, crenças e valores de uma coletividade sobre um determinado tema utilizando-se de métodos científicos. Há, ainda, poucas referências acadêmicas que se utilizaram desse método no estudo do esporte, da adolescência e da Psicologia.

A seguir, serão descritas algumas pesquisas que validaram o caráter empírico do DSC nas mesmas áreas. AUGUSTO (2010) utilizou o DSC no estudo sobre a resistência psicológica de atletas maratonistas durante as provas. O estudo restringiu-se a pesquisar opiniões de sete atletas, quatro do sexo masculino e três do feminino, que participavam de provas de maratonas promovidas pelas organizações que representam a modalidade no Brasil.

BRANDÃO & CARCHAN (2010) avaliaram a percepção que atletas de voleibol têm sobre o comportamento de seu treinador e sua relação com a atuação em jogos. Para tanto, foram avaliados 12 jogadores de uma equipe masculina de voleibol de alto rendimento brasileira, com média de idade de 20.6 anos, através de uma única questão geradora. As respostas foram analisadas através do DSC.

Já em GOMES, TELLES & ROBALLO (2009), o estudo teve como objetivo a discussão do emprego do Grupo Focal (GF), para coleta, e do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), para análise de dados, em investigações no campo da Enfermagem. A pesquisa buscou compreender as implicações das representações de gênero na promoção de saúde de adolescentes do ensino médio, de uma escola pública da cidade do Rio Grande, RS. O DSC possibilitou a compreensão das implicações de tais representações nos processos de prevenção e promoção de saúde do grupo pesquisado.

COSTA & MASSA (2006) elaboraram uma comparação do processo de detecção e seleção de talento descrito na teoria, com o processo realizado na prática. Foi realizada uma pesquisa qualitativa composta de quatro perguntas abertas atribuídas a quatro treinadores de handebol escolhidos de forma aleatória. Os dados foram analisados a partir do DSC. Os discursos obtidos indicaram que as aplicações práticas do processo de detecção e seleção de talentos no handebol são pouco semelhantes ao proposto pela teoria, que valorizam avaliações físicas e avaliações psicológicas.

CONTI, BERTOLIN & PERES (2008) verificaram a percepção do jovem na relação entre a mídia, especialmente o acesso à televisão e revistas, e o corpo do

adolescente. O estudo foi realizado de forma transversal e contou com a participação de 121 adolescentes de uma instituição particular de ensino do ABC paulista. Foi aplicada uma entrevista individual semiestruturada gravada em fita magnética. Os discursos foram avaliados através do DSC e embasados no conceito das representações sociais. O estudo possibilitou concluir que os jovens pesquisados apresentaram estreito conhecimento acerca da intensa interferência da mídia em relação ao sentido atribuído ao corpo.

DIAS *et al.* (2007) realizaram um estudo sobre a percepção da influência da atividade física na vida de mulheres acima de 60 anos, envolvidas em um programa de atividade física regular. Para tanto, utilizou-se a análise e a categorização do DSC, que visa à organização do material verbal das representações existentes sob a forma de discursos-síntese. Utilizou-se, para a análise de dados, o software “QualiQuantiSoft®” (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2006). A pesquisa revelou que, na percepção da população estudada, a prática regular de atividade física favoreceu e/ou proporcionou a ocorrência de mudanças benéficas em suas vidas.

MASSA, UEZU & BOHME (2010) elaboraram uma pesquisa acerca dos fatores de apoio psicossocial presentes no desenvolvimento de judocas brasileiros talentosos do sexo masculino. Seis judocas pertencentes à Seleção Brasileira que disputou os Jogos Olímpicos de Atenas de 2004 foram entrevistados. A pesquisa foi constituída através de um delineamento qualitativo, que utilizou como instrumento uma entrevista composta por três perguntas abertas. Para a análise dos resultados foi utilizado o DSC.

SILVA *et al.* (2012) elaboraram um estudo que visou compreender os significados e valores de família para adolescentes escolares. Trata-se de um estudo de caráter qualitativo, utilizando-se da técnica do DSC para análise dos dados e estruturação das categorias dos discursos. Participaram da pesquisa 14 adolescentes de uma instituição pública de ensino da cidade de São Luís, MA. Para a coleta dos dados foram realizadas entrevistas semiestruturadas. Apresentam-se cinco discursos: a família como valor; papéis da família para os adolescentes;

estrutura familiar; a família na vida do adolescente; sentimentos desvelados na família.

A complexidade dos fatores envolvidos com o comportamento e o desempenho de atletas-adolescentes representa todo um esquema conceitual, referencial e operacional relacionado com múltiplos questionamentos, a saber:

- Será que o método denominado Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) se insere no esporte de alto rendimento como um método eficiente e eficaz para identificar, avaliar e categorizar discursos proferidos por esportistas quanto à influência dos fatores de ativação, autorregulação mental e níveis de ansiedade nos comportamentos de atletas juvenis de tênis de campo?
- Será que o aumento da ansiedade é sempre danoso para o rendimento esportivo de tenistas juvenis?
- Será que há tenistas juvenis que necessitam de maiores níveis de ativação do que outros, nas situações de treinamentos?
- Será que a ativação mental apresenta relação direta com os mecanismos fisiológicos dos tenistas juvenis?
- Será que o aumento ou a redução da ativação mental está relacionado com as tendências comportamentais de tenistas juvenis?
- Será que o nível competitivo de tenistas juvenis está associado a melhores competências ao nível da confiança e motivação, à ausência de preocupações e a uma menor ansiedade total e cognitiva (preocupação e perturbação da concentração)?

Esses questionamentos poderiam ser mais bem analisados se formulássemos algumas hipóteses descritivas para se estabelecer as relações entre esses fatores com os comportamentos e o desempenho de tenistas juvenis de categorias de base mediante os discursos por eles proferidos.

1.5 Hipóteses descritivas

1. 5. 1 Hipótese central

Os conteúdos discursivos dos atletas juvenis de tênis de campo de categorias de base se expressam na medida em que as figuras metodológicas que compõem o DSC se alicerçam em pressupostos que se distinguem mediante manifestações de representações explícitas usadas pelos atletas para “enquadrar” uma situação social e esportiva competitiva específica.

1. 5. 2 Hipóteses complementares

Os fatores de ativação mental e emocional oscilam no comportamento dos atletas tenistas juvenis quando os discursos proferidos são comparados entre si;

Os fatores de ativação mental e emocional no comportamento dos atletas tenistas juvenis, quando relacionados com os fatores concentração e ansiedade, delimitam perfis de comportamentos psicológicos específicos;

Os fatores de ativação psicossocial e emocional no comportamento dos atletas tenistas juvenis oscilam entre os discursos proferidos quando relacionados com os fatores ligados com a autorregulação dos estados de ansiedade e de concentração;

Os fatores de ativação psicossocial e emocional no comportamento dos atletas tenistas juvenis oscilam entre os discursos proferidos quando relacionados com as manifestações psicofisiológicas;

Os fatores de ativação psicossocial e emocional no comportamento dos atletas tenistas juvenis oscilam entre os discursos proferidos quando relacionados com os estímulos ambientais;

Os fatores de ativação psicossocial e emocional no comportamento dos atletas tenistas juvenis oscilam entre os discursos proferidos quando relacionados à complexidade dos jogos e habilidades técnicas dos adversários.

2. MATERIAL E MÉTODO

O Método empregado no presente estudo se caracteriza por um delineamento não experimental do tipo de pesquisa descritivo-exploratória, visando aclarar e explicar a interferência dos fatores ativação, regulação interna e níveis de ansiedade no comportamento e no desempenho de tenistas juvenis de categorias de base.

2.1 Casuística

Fizeram parte do presente estudo 12 atletas juvenis de uma equipe de tênis de campo, de uma instituição/clube que mantém modalidades esportivas em competições do mais alto nível técnico do país, do sexo masculino, oriundos de diversas classes sociais, com idade cronológica entre 12 a 17 anos e com a média de 14.5 anos.

2.2 Coleta de dados

Os dados foram coletados nas dependências de uma instituição/clube na cidade de São Paulo com tenistas juvenis, mediante o uso do método de pesquisa denominado Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) criado e desenvolvido por LEFÈVRE & LEFÈVRE (2005b), visando obter informações através de entrevistas moldadas por questões abertas referentes aos fatores ativação, regulação interna, níveis de ansiedade e concentração, no comportamento dos sujeitos pesquisados.

2.3 Instrumento de pesquisa

O Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) é um método de pesquisa apropriado para determinar objetivamente e de maneira confiável o sentido dos discursos dos sujeitos, como os fatores ativação, regulação interna, níveis de ansiedade e de concentração que atuam no comportamento e no desempenho de tenistas de categoria juvenil. O referido método propõe a organização e tabulação de dados qualitativos de natureza verbal, obtidos através de depoimentos de sujeitos, artigos de jornais, matérias de revistas semanais, cartas e revistas especializadas, entre outros elementos.

O DSC é um método - uma síntese - elaborado mediante trechos de discursos de sentidos semelhantes reunidos num só discurso (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2010). A expressão do “Sujeito Coletivo” caracteriza-se pelos discursos que são emitidos na “primeira pessoa (coletiva) do singular”. Trata-se de um “Eu sintático que, simultaneamente, sinaliza a presença de um sujeito individual do discurso e expressa uma referência coletiva na medida em que este “eu” fala pela ou em nome de uma coletividade”.

É através da análise do discurso coletivo que se torna viável a compreensão da fala do Sujeito Coletivo (aquele que representa uma determinada coletividade). Quando se afirma que “uma pessoa ou uma coletividade tem um pensamento sobre um dado tema”, está se dizendo que ela professa, adota ou usa um ou vários discursos sobre o mesmo tema (LEFÈVRE, 2003).

A análise dos discursos obtidos através do DSC é uma das formas pelas quais o pesquisador pode lançar mão de informações qualitativas para a estruturação de categorias de análises com o objetivo de construir um universo de representações sociais existentes no campo pesquisado. Isto determina que, para se construir e interpretar qualitativa e quantitativamente os discursos professados, é preciso envolver os pensamentos, sentimentos, crenças, atitudes, valores, representações sociais expressadas por intermédio de discursos verbais.

Segue que os discursos são apresentados na forma de resultados de pesquisas qualitativas em relação a vários discursos-sínteses escrito na primeira pessoa do singular e que expressam o pensamento de uma coletividade. Ressaltamos que as interpretações dadas pelo pesquisador foram analisadas, interpretadas e explicadas a partir dos discursos dos sujeitos e através de um esquema referencial teórico e metodológico (expressões-chave, ideia central e ancoragem) orientado para a construção das categorias dos discursos.

Vale ressaltar que as expressões-chave representam trechos ou transcrições literais do discurso, passíveis de revelar a essência do depoimento ou conteúdo discursivo, representando uma espécie de prova discursivo-empírica da verdade das ideias centrais. A ideia central diz respeito à expressão linguística que revela o sentido do discurso de cada um dos sujeitos da pesquisa e podem ser resgatadas mediante as descrições diretas do sentido do depoimento (conteúdo direto do discurso) ou pelas descrições indiretas, revelando apenas o teor do depoimento temático do sujeito. Por fim, a ancoragem representa a manifestação linguística explícita de uma dada teoria, crença ou ideologia, relacionada com o sujeito do discurso (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2005b).

Para efeito de desenvolvimento e análise dos discursos dos sujeitos pesquisados, o pesquisador elaborou quatro questões abertas, a saber:

- Questão 1. - Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nos treinamentos? De que forma?
- Questão 2. - Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nas competições? De que forma?
- Questão 3. - Em quais momentos dos jogos você percebe que perde sua concentração?
- Questão 4. - Como você percebe que está ansioso em treinos e jogos?

2. 4 Procedimentos do estudo

O estudo foi desenvolvido mediante as seguintes fases:

2. 4. 1 Primeira fase

Com duração de 45 dias, esta fase foi marcada pelos convites feitos aos atletas juvenis de categorias de base de um grande clube da cidade de São Paulo que participam de competições promovidas pela Federação Paulista de Tênis e pela Confederação Brasileira de Tênis. Foi realizado o contato com o diretor de esportes e com o representante do setor de tênis do mesmo clube para a apresentação da pesquisa e solicitação de permissão para o desenvolvimento das entrevistas com os tenistas. Em seguida, foi realizado o agendamento das entrevistas com o supervisor responsável pelos treinamentos. Foram reservados vinte minutos para cada encontro.

2. 4. 2 Segunda fase

Esta fase, com duração de três meses, foi marcada pelas entrevistas estruturadas a respeito dos fatores de ativação psicossocial e emocional que possivelmente influenciam no comportamento e desempenhos dos atletas. Todas as entrevistas foram transcritas, analisadas e tabuladas de acordo com os princípios do DSC. Em seguida, foi realizada a interpretação dos dados coletados com a teoria das Representações Sociais e os conceitos de ansiedade, ativação e concentração abordados pela Psicologia do Esporte.

2. 4. 3 Terceira fase

Esta fase, com duração de quatro meses, foi delineada pela digitação dos dados dos discursos dos sujeitos investigados, que foram relacionados às categorias criadas pelo pesquisador mediante os conceitos e normas estabelecidas pelo DSC.

3. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os dados foram coletados em um clube de grande magnitude social e esportiva da cidade de São Paulo. No que concerne aos procedimentos de ordem ética, todos os sujeitos foram informados corretamente sobre os objetivos do estudo, o seu anonimato, da neutralidade de juízos de valor, e dos seus envolvimento na pesquisa e na devolução dos resultados.

As análises e interpretações dos dados, dos discursos dos sujeitos pesquisados, foram desenvolvidas visando descrevê-los e categorizá-los, confrontando-os entre si e com o quadro teórico de referência estabelecido pelo método DSC com o apoio do software “QualiQuantSoft®”, oferecendo à pesquisa, agilidade e versatilidade, além de viabilizar metodologicamente a construção e análise do Discurso Coletivo dos Sujeitos entrevistados (LEFÈVRE & LEFÈVRE, 2006).

Inicialmente foram registrados, no programa, os discursos individuais e as falas dos entrevistados, separadas de acordo com as questões que orientaram o grupo focal. De cada segmento significativo de discursos individuais extraímos as Expressões-Chave (E-Ch), a Ideia Central (IC) e a Ancoragem (AC).

LESSARD-HEBERT, GOYETE & BOUTIN (1994) asseveraram que um dos objetivos do relatório das investigações qualitativas - na nossa tese, qualiquantitativa - é fazer com que os leitores também possam analisar e refletir sobre a pesquisa. Nesse sentido, encontramos na literatura uma multiplicidade de teorias e postulados básicos dos mais influentes princípios na compreensão e predição do comportamento de tenistas juvenis.

O trabalho inclui, ainda, ideias e observações críticas sobre algumas considerações comparativas de notável relevância no estudo e na predição do comportamento do ser humano. Isto possibilitou que criássemos e analisássemos algumas hipóteses descritivas (central e complementares) acerca das influências de

fatores psicológicos e emocionais (ansiedade, gerenciamento de concentração, equilíbrio de ativação etc.) que poderiam ser investigados, mensurados e caracterizados como elementos vinculados aos comportamentos de tenistas juvenis, no caminho da excelência esportiva.

Foram feitas análises cujos resultados e discussões são apresentados abaixo, mediante a uma organização de categorias que foram construídas através dos discursos dos sujeitos (tenistas juvenis) pesquisados.

Os discursos dos sujeitos pesquisados remeteram-nos às categorias de comportamentos que apontam para fatores psicológicos e emocionais cujos impactos podem afetar consideravelmente esses agentes no caminho da excelência esportiva. Os discursos obtidos mostram, ainda, que o DSC se tornou um método eficiente e capaz de enfatizar a construção do pensamento coletivo e a presença do sujeito-que-fala a partir das representações sociais.

SANCOVSCHI (2007) considerou que as representações sociais se constroem durante o processo da comunicação, viabilizando, ao mesmo tempo, a ocorrência dessa comunicação. O atleta de alto rendimento, por exemplo, é um agente social que pode usar a linguagem e, por isso, pode pensar e expressar de forma verbal suas experiências pessoais no ambiente do esporte de alto rendimento.

Desse modo, e por essa razão, as expressões-chaves, as ideias centrais e as ancoragens, que dão sustentação à construção das categorias, são apresentadas obedecendo às questões formuladas pelo pesquisador, a saber:

3.1 Questão 1 - Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nos treinamentos? De que forma?

Os discursos coletados de tenistas juvenis, incluindo as ideias centrais, expressões-chave e ancoragens estão apresentados no quadro abaixo (S= sujeito).

QUADRO 1: Expressões-chave, ideias centrais e ancoragens

Expressões-chave (ECH)	Ideias centrais (IC)	Ancoragem (ANC)
S1. <i>Nos treinos eu não sinto nada de ansiedade, só treino e tento fazer o meu melhor, geralmente, mas eu não sinto nada de ansiedade quando eu vou treinar, nada do tipo.</i>	“Não sinto nada de ansiedade quando eu vou treinar”.	
S2. <i>Eu acho que atrapalha um pouco sim porque acaba que eu tenho torneio no fim de semana, então eu acabo tentando <u>fazer o meu melhor</u> e às vezes, quando eu não consigo fazer o meu melhor, eu sempre quero consertar o erro. Às vezes eu treino pra tentar consertar o que eu fiz de errado e às vezes não dá certo então eu fico ansioso achando que vai dar tudo errado na hora do torneio. Eu acho que é assim que atrapalha.</i>	“Eu fico ansioso achando que vai dar tudo errado na hora do treino”	“Fazer o meu melhor”.
S3. <i>Eu acho que a ansiedade consegue atrapalhar nos treinos, não sei explicar. Quando você, por exemplo, está num dia ruim, começa a errar bola e você tem um torneio, por exemplo, nesse mesmo fim de semana, aí você fica ansioso para conseguir acertar, nisso você vai errando, errando, até que você chega no ponto que você vai jogar e joga bem mal.</i>	“a ansiedade consegue atrapalhar nos treinos.”	
S4. <i>Bom, nos treinamentos eu acho que ela não atrapalha muito. Acho que é mais nos jogos mesmo. No treino me sinto bem solto, não tenho nenhuma responsabilidade, sabe? Então eu não sinto nenhuma pressão e nenhuma ansiedade.</i>	“nos treinamentos eu acho que ela (ansiedade) não atrapalha”.	
S5. <i>Às vezes, quando eu to numa semana ruim, eu to jogando mal, eu sempre fico “ah! Eu queria jogar melhor, eu queria treinar melhor”, aí venho pro treino já meio que para baixo, e acabo treinando pior. Às vezes quando eu passo um tempão sem treinar por causa de prova dou uma desencanada. Às vezes, jogo melhor. Você meio que desencana, e, normalmente, nos treinos normais, eu não tenho muita ansiedade.</i>	“normalmente, nos treinos normais, eu não tenho muita ansiedade.”	
S6. <i>Eu acho que a ansiedade não atrapalha, pois lá <u>é a hora de você tentar fazer o seu melhor pra poder melhorar, então não é hora de ficar se comparando, ficar bravo, então a ansiedade não me afeta nos treinos.</u></i>	“a ansiedade não atrapalha”.	“é hora de você tentar fazer o seu melhor...”
S7. <i>Treino é tranquilo. Só no treino quando é jogo e você tá jogando contra gente que você considera que joga há menos tempo ou gente nova, aí a ansiedade atrapalha principalmente na hora do saque.</i>	“Treino é tranquilo... quando é jogo a ansiedade atrapalha”.	

S8. <i>Como assim, ansiedade de jogar? Não, muito... às vezes eu to jogando pouco mal, errando muito, daí atrapalha...</i> porque aí eu começo, não a ficar bravo, só começo a ficar chateado porque não acerto aí atrapalha um pouco porque erra mais, <i>mas às vezes eu consigo recuperar a cabeça e aí volta ao normal.</i>	“ansiedade de jogar? Não, muito...”	
S9. <i>Ah, nos treinamentos, em grande parte, assim, não sinto muito ansiedade não. É só mesmo em torneio que a gente fica bem ansioso porque sei lá, vai ganhar troféu, pode pegar um melhor ranking, não sei, durante o treino não sinto ansiedade não, só se for num dia antes do campeonato às vezes a gente fica meio ansioso</i> porque a gente quer ver se a gente está jogando bem para ir bem nos campeonatos.	“Só mesmo em torneio que a gente fica bem ansioso.”	
S10. “Quando eu paro de treinar... eu acabo ficando um pouco, tipo, mais bravo, porque eu sei que eu posso jogar melhor... Em treinos normais, não me atrapalha nada. Não sinto nada de ansiedade. Eu chego no treino como eu chego em casa ou em qualquer lugar”.	“Em treinos normais... não sinto nada de ansiedade.”	
S11. <i>Não, no treino eu não sinto ansiedade, é.. no jogo eu fico um pouco nervoso, mas não atrapalha.. às vezes ajuda para ficar no clima do jogo.</i> Ah, no treino não tenho ansiedade e no jogo um pouco, mas normal, assim, não atrapalha.	“No treino eu não sinto ansiedade”. No jogo eu fico um pouco nervoso, mas não atrapalha.	
S12. <i>Ah, acho que sim, porque tipo quando você tá afobado em acertar a bola você acaba errando, e se você, tipo, errar uma bola e começar a reclamar você vai errar quanto mais bolas forem.</i>	“Sim (há ansiedade), porque quando você tá afobado em acertar a bola você acaba errando”.	

QUADRO 1.1: Categorização de ideias centrais e expressões-chave

Categoria	Ideia central	Expressões-chave
A. Ansiedade não atrapalha e até ajuda. (7)	Entrevistado 01: “não sinto nada de ansiedade quando eu vou treinar”. Entrevistado 04: “nos treinamentos eu acho que ela (ansiedade) não atrapalha”. Entrevistado 05: “normalmente, nos treinos normais, eu não tenho muita ansiedade”. Entrevistado 06: “a ansiedade não atrapalha”. Entrevistado 08: “ansiedade de	S1. “Nos treinos eu não sinto nada de ansiedade, só treino e tento fazer o meu melhor...” S4. “Bom, nos treinamentos eu acho que ela não atrapalha muito. Acho que é mais nos jogos mesmo...” S5. “Às vezes quando eu to numa semana ruim, eu to jogando mal... Às vezes quando eu passo um tempão sem treinar... Às vezes, jogo melhor. Você meio que desencana, e, normalmente, nos treinos

	<p>jogar? Não, muito...".</p> <p>Entrevistado 10: "Em treinos normais... não sinto nada de ansiedade".</p> <p>Entrevistado 11: "No treino eu não sinto ansiedade... No jogo eu fico um pouco nervoso, mas não atrapalha".</p>	<p>normais, eu não tenho muita ansiedade."</p> <p>S6. "Eu acho que a ansiedade não atrapalha, pois lá é a hora de você tentar fazer o seu melhor pra poder melhorar, então não é hora de ficar se comparando, ficar bravo, então a ansiedade não me afeta nos treinos."</p> <p>S8. "Como assim, ansiedade de jogar? Não, muito... às vezes eu to jogando pouco mal, errando muito, daí atrapalha... mas às vezes eu consigo recuperar a cabeça e aí volta ao normal."</p> <p>S10. "Quando eu paro de treinar... eu acabo ficando um pouco, tipo, mais bravo – porque eu sei que eu posso jogar melhor... Em treinos normais, não me atrapalha nada. Não sinto nada de ansiedade. Eu chego no treino como eu chego em casa ou em qualquer lugar".</p> <p>S11. "Não, no treino eu não sinto ansiedade, é.. no jogo eu fico um pouco nervoso, mas não atrapalha.. às vezes ajuda para ficar no clima do jogo."</p>
B. Ansiedade atrapalha. (5)	<p>Entrevistado 02: "eu fico ansioso achando que vai dar tudo errado na hora do treino".</p> <p>Entrevistado 03: "a ansiedade consegue atrapalhar nos treinos".</p> <p>Entrevistado 07: "Treino é tranquilo... quando é jogo a ansiedade atrapalha".</p> <p>Entrevistado 09: "só mesmo em torneio que a gente fica bem ansioso".</p> <p>Entrevistado 12: "sim (há ansiedade), porque quando você tá afobado em acertar a bola você acaba errando".</p>	<p>S2. "Às vezes eu treino pra tentar consertar o que eu fiz de errado e às vezes não dá certo então eu fico ansioso achando que vai dar tudo errado na hora do torneio."</p> <p>S3. "Eu acho que a ansiedade consegue atrapalhar nos treinos".</p> <p>S7. "Quando é jogo e você tá jogando contra gente que você considera que joga há menos tempo ou gente nova, aí a ansiedade atrapalha."</p> <p>S9. "nos treinamentos, em grande parte, assim, não sinto muito ansiedade não... É só mesmo em torneio que a gente fica bem ansioso durante o treino não sinto ansiedade não, só se for num dia antes do campeonato às vezes a gente fica meio ansioso".</p> <p>S12. "Quando você tá afobado em acertar a bola você acaba errando, e se você, tipo, errar uma bola e começar a reclamar você vai errar quanto mais bolas forem."</p>

QUADRO 1.2: Categorização das ancoragens

Entrevistado 02	“Fazer o meu melhor...”.
Entrevistado 06	“É hora de você tentar fazer o seu melhor...”.

QUADRO 1.3: discurso do sujeito coletivo

Categoria	Discurso do Sujeito Coletivo
A	<p>“Nos treinos eu não sinto nada de ansiedade, só treino e tento fazer o meu melhor. Bom, nos treinamentos eu acho que ela não atrapalha muito. Acho que é mais nos jogos mesmo. Às vezes, quando eu estou numa semana ruim, eu jogo mal. Às vezes quando eu passo um tempão sem treinar, jogo melhor. Você meio que desencana, e, normalmente, nos treinos normais, eu não tenho muita ansiedade. Mas, eu acho que a ansiedade não atrapalha, pois lá é hora de você tentar fazer seu melhor pra poder melhorar, então não é hora de ficar se comparando, ficar bravo etc. Então a ansiedade não me afeta nos treinos. Ansiedade de jogar? Não, muito. Às vezes eu estou jogando pouco mal, errando muito, daí atrapalha... mas, às vezes eu consigo recuperar a cabeça e aí volta ao normal. Quando eu paro de treinar... eu acabo ficando um pouco, tipo, mais bravo - porque eu sei que eu posso jogar melhor... Em treinos normais não me atrapalha nada. Não sinto nada de ansiedade. Eu chego no treino como eu chego em casa ou em qualquer lugar. Enfim, não, no treino eu não sinto ansiedade. No jogo eu fico um pouco nervoso, mas não atrapalha. Às vezes, ajuda para ficar no clima do jogo”.</p>
B	<p>“Às vezes eu treino pra tentar consertar o que eu fiz de errado e, às vezes não dá certo. Então eu fico ansioso achando que vai dar tudo errado na hora do torneio. Eu acho que a ansiedade consegue atrapalhar nos treinos. Quando é jogo e você tá jogando contra gente que você considera que joga menos tempo, ou gente nova, aí a ansiedade atrapalha. Mas nos treinamentos, em grande parte, não sinto muito ansiedade, não. É só mesmo em torneio que a gente fica bem ansioso, durante o treino não sinto ansiedade não. Só se for num dia antes do campeonato. Às vezes a gente fica ansioso. Quando você está afobado em acertar a bola, você acaba errando, e se você errar uma bola e começar a reclamar você vai errar quanto mais bolas forem”.</p>

TABELA 1: Percentuais dos níveis de ansiedade nos treinamentos

%	Categoria
A = 58,3%	A Ansiedade não atrapalha e, até, ajuda.
B = 41,6%	A ansiedade atrapalha.

3. 1. 1 Descrição, interpretação e evolução dos discursos

Como postularam LEFÈVRE & LEFÈVRE (2005b), uma forma (não por certo a única) de conceber as representações sociais, consiste em entendê-las como a expressão do que pensa ou acha determinada população (no caso, tenistas juvenis) sobre determinado assunto (aqui, se a ansiedade atrapalha no rendimento dos atletas nos treinamentos? De que forma?). Nessa direção, os discursos coletados junto aos tenistas juvenis, no sentido se os estados de ansiedade atrapalham seus desempenhos nos treinamentos, apontaram que 58,3% dos atletas consideraram que o estado de ansiedade não atrapalha e, até ajuda. Por outro lado, 41,6% dos tenistas juvenis consideraram que os estados de ansiedade atrapalham seus desempenhos no transcorrer dos treinamentos.

O período de treinamento, até o início das competições, é um tempo de maior concentração, reflexão, autoavaliação, comparações, pré-julgamentos com relação aos obstáculos e problemas a serem superados e os objetivos planejados. No referido período, é comum o surgimento de estados emocionais relacionados com a ansiedade que antecedem os principais torneios. Por outro lado, há um perfil psicoemocional de atletas que favorece a compreensão dos desafios esportivos como oportunidades de elevar e aprimorar o desempenho. Nesses casos, os atletas costumam não experienciar estados ansiosos nem a falta de concentração (WEINBERG, 2008).

Diante dos 41,6% dos tenistas juvenis que relataram a perda de rendimento nos treinamentos devido ao aumento da ansiedade, diversos pesquisadores do comportamento humano no esporte postularam que a manifestação da ansiedade no transcorrer dos treinamentos está intimamente relacionada com o que passou a ser designada por “APC” (Ansiedade Pré-Competitiva), aquela que ocorre em treinamentos orientados para períodos de competição.

Exemplo prático desse processo está relatado num trecho do DSC de um atleta tenista que foi descrito pela categoria “B” (“a ansiedade atrapalha”), situado no

Quadro 1.3: “É só mesmo em torneio que a gente fica bem ansioso; durante o treino não sinto ansiedade não. Só se for num dia antes do campeonato”. A especificidade do discurso (“só se for num dia antes do campeonato”) frisa que a APC é, muitas vezes, o grande obstáculo para a geração de qualidade no alto rendimento dos tenistas juvenis. Do mesmo modo, a descrição dos sintomas comportamentais dos desconfortos gerados pela APC pode ser detectada no mesmo discurso: “Às vezes, a gente fica ansioso. Quando você está afobado em acertar a bola, você acaba errando e, se você errar uma bola e começar a reclamar, você vai errar quanto mais bolas forem”.

Muitos são os fatores que corroboram para a elevação da APC em tenistas de categorias de base. Medo do sucesso, fracasso, inseguranças, angústias, expectativas sociais e familiares e baixa autoconfiança são apenas os mais recorrentes (SAMULSKI, 2012).

Pesquisas têm demonstrado que o comportamento dos pais e a expectativa de vitória projetada nos filhos são fatores causadores da elevação dos níveis de ansiedade antes das competições em adolescentes (SCANLAN & LEWTHWAITE, 1988). Tal comportamento pode ser um dos principais responsáveis pelo surgimento e manifestação de estados emocionais danosos ao rendimento esportivo (MESQUITA & TODT, 2000), levando à queda da autoestima, confiança e, em alguns casos, até ideias de abandono total das atividades (DE ROSE JUNIOR & VASCONCELLOS, 1997).

O processo da autoexigência elevada e da aceitação (familiaridade) com a possibilidade do erro pode ser compreendido quando se estuda e analisa questões que direcionam a uma possibilidade de o adolescente estar ou não pronto para competir. É necessário considerar, também, o fator de prontidão (emocional, cognitiva, física e atlética), que está relacionada com os pré-requisitos necessários para o envolvimento de adolescentes em novas experiências (COZAC & COUTINHO, 2013).

Experiências esportivas negativas podem ocorrer mais frequentemente em crianças e adolescentes que evidenciam níveis baixos de autoestima (WALLHEAD &

NTOUMANIS, 2004), os quais tendem a sentir maior ansiedade pré-competitiva e, conseqüentemente, carência de prazer e realização pessoal na competição (SCANLAN, 1986).

A APC é a resultante do desequilíbrio entre a percepção de nossas capacidades e as demandas ambientais de nosso esporte. Quando estas demandas são equilibradas com as capacidades, frequentemente esta experiência de excitação ótima refere-se ao '*Flow State*'. Neste estado, tudo parece fluir naturalmente, suavemente, quase sem esforço (BERTUOL & VALENTINI, 2006).

Quando os níveis de APC manifestam-se de forma elevada, os jovens atletas tendem a perder qualidade de rendimento nos treinamentos, além de promover pensamentos internos negativos sobre as futuras atuações nas competições (ANSHEL, 1994).

Atletas juvenis tendem a se punir quando não atingem o padrão de qualidade nos treinamentos. Em alguns casos, a exigência interna é tão elevada que o surgimento da APC é apenas um sinalizador da falta de equilíbrio emocional para a realização das tarefas esportivas cotidianas, como no caso das rotinas de treinamentos (MARTENS, 1990). O modo pelo qual cada tenista concebe a situação de treinamento é decisivo para compreendê-la como um momento desafiador ou ameaçador.

O formato cognitivo na interpretação de uma situação de treinamento é quase sempre determinante e definitiva para o sucesso ou fracasso esportivo. Ou seja, dependendo da forma como o atleta interpreta as situações de treinos (como ameaçadoras ou não), poderão ocorrer alguns efeitos negativos no seu desempenho.

Um desses efeitos é a APC (FRISCHKNECHT, 1990), concebida como uma expressão da personalidade de um indivíduo em interação com uma dada situação específica. A extensão na qual a ansiedade é manifesta numa situação particular deve ser considerada em relação à pressão imposta, ao nível de habilidade do atleta e à natureza da atividade.

Por outro lado, 58,3% dos atletas apresentaram discursos que revelam a possibilidade da ansiedade representar um fator que auxilia no rendimento esportivo. O DSC que representa a categoria “A” (“a ansiedade não atrapalha e até ajuda”) elucida a possibilidade de a ansiedade ser uma aliada para a prontidão competitiva: “Em treinos normais, não me atrapalha nada. Não sinto nada de ansiedade. Eu chego no treino como eu chego em casa ou em qualquer lugar. Enfim, não, no treino eu não sinto ansiedade. No jogo eu fico um pouco nervoso, mas não atrapalha. Às vezes, ajuda para ficar no clima do jogo”.

O senso comum reforça que a ansiedade é sempre danosa ao rendimento esportivo. No entanto, modernas e recentes pesquisas científicas demonstram que certos níveis de ativação mental são necessários para a manutenção do foco, reação, atenção, tomada de iniciativa e reação durante a ação esportiva.

Estudos preliminares apontam para possibilidade de a ansiedade exercer um papel fundamental enquanto um combustível de ativação que auxilia o atleta a permanecer no estado ótimo de rendimento e em prontidão competitiva (COUTINHO, 2013).

Ressalta-se que poucos desses estudos foram realizados com atletas nos períodos de treinamentos. O foco central da maioria das pesquisas que associa a ansiedade ao rendimento está direcionado ao momento da competição.

FRISCHKNECHT (1990) asseverou que a parte principal do controle da APC consiste na modificação da maneira de pensar. No entanto, algumas vezes, um atleta pode apresentar um quadro de ansiedade pelo simples fato de entender que não se encontra bem treinado para a competição. Por meio de uma melhor preparação e de um treino mais eficiente, a ansiedade seria, provavelmente, remediada ou transformada numa energia positiva de ativação.

As estratégias pré-competitivas utilizadas pelos atletas nos períodos de treinamento são de extrema importância para uma administração efetiva das emoções. São importantes para regular os estados emocionais e, conseqüentemente, controlar o estado do atleta no sentido de conseguir colocar-se

no seu melhor estado para competir. Dessa forma, os treinamentos auxiliam também na regulação dos estados internos de ativação (SINGER, 1997).

Visando um melhor rendimento nos treinamentos e o controle e adequação da APC no alto rendimento, a literatura tem apontado diversas estratégias, como por exemplo, as técnicas de relaxamento e visualização, que são amplamente utilizadas no esporte para auxiliar no equilíbrio da ativação interna (RAGLIN, 1992).

Para que tais técnicas ofereçam os benefícios esperados, os atletas devem aprender a conhecer a gerenciar suas competências psicológicas, denominadas na Psicologia do Esporte moderna como “subdomínios psicológicos” (foco, concentração, atenção, tomada de decisão etc.), com o intuito de responder positivamente às exigências dos treinamentos pré-competitivos (SAMULSKI, 2007).

A construção social do conceito que a ansiedade pré-competitiva pode ser uma aliada dos tenistas nos treinamentos reforça a ideia que diversos fatores pessoais e ambientais relacionados à prática esportiva devem ser estudados e analisados para que treinamentos mentais sejam estruturados de acordo com as demandas psicoemocionais dos atletas.

A manifestação da ansiedade no período de treinamentos elucidou os principais parâmetros comportamentais esportivos nos discursos dos tenistas-atletas pesquisados.

As principais hipóteses e teorias que associam a ansiedade ao rendimento esportivo foram elaboradas em situações competitivas. Para que o estudo da ação da ansiedade no comportamento de tenistas juvenis alcance maior amplitude de conhecimento, torna-se necessária a compreensão dos seus efeitos também durante as competições.

3.2 Questão 2 - Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nas competições? De que forma?

Os discursos coletados de tenistas juvenis, incluindo as ideias centrais, expressões-chave e ancoragens estão apresentados no quadro abaixo (S= sujeito).

QUADRO 2: Expressões-chave, ideias centrais e ancoragens

Expressões-chave (ECH)	Ideias centrais (IC)	Ancoragem (ANC)
S1. <i>Difícilmente eu fico ansioso durante as competições. Raramente eu sinto alguma ansiedade antes dos jogos ou treinamentos.</i>	“Raramente eu sinto ansiedade”	
S2. Sim, acho que atrapalha porque às vezes um dia antes ou até horas antes do jogo você fica pensando sempre no pior que pode acontecer e não no positivo da situação, então você acaba pensando que vai dar tudo errado, daí você começa a ficar ansioso e chega na hora do jogo, se você vê que algum golpe seu não tá entrando, você fica mais ansioso ainda, aí começa a bater umas bolas que você não deveria bater, começa a fazer as escolhas erradas daí você tem que saber administrar, senão pode ir tudo por água abaixo.	“Você acaba pensando que vai dar tudo errado, daí você começa a ficar ansioso”.	“Você tem que saber administrar, senão pode ir tudo por água abaixo.”
S3. <i>Ela atrapalha quando você está prestes a ganhar. Quando você tá quase ganhando, bate aquele nervosismo e a bola começa a sair. Isso atrapalha bastante, mas aí é <u>só se controlar</u> que começa a entrar.</i>	“Ela (ansiedade) atrapalha quando você está prestes a ganhar”.	“Só se controlar.”
S4. <i>Atrapalha um pouco, sim. Às vezes, quando o jogo tá ficando muito fácil para o meu lado eu começo a desligar, fico ansioso porque to perdendo. Por exemplo, eu to na frente do placar, depois eu vejo que o cara tá encostando aí eu fico “nossa, o que eu faço agora, entendeu?”.</i>	“Atrapalha um pouco (ansiedade)”.	
S5. <i>Eu tenho muita ansiedade nas competições porque todo mundo tem vontade de ganhar. Toda vez que faço um game eu penso “ufa, não perdi de zero” (6x0). Eu sempre penso assim, e a ansiedade às vezes atrapalha sim porque eu fico muito nervoso na hora, aí meu saque sai fraco, prendo o braço, mas aí depois do segundo game eu me sinto mais solto, jogo melhor e também a ansiedade atrapalha nos pontos principais, tipo quando o menino vai fechar um game, essas coisas, porque aí eu fico “ai meu Deus, ele vai fechar, ele vai fechar” e aí eu fico com medo de errar para ele não</i>	“Tenho muita ansiedade nas competições porque todo mundo tem vontade de ganhar”.	

fechar e aí eu acabo me prejudicando.		
S6. <i>Vamos supor, você está no meio de um jogo e aí vem aquela ansiedade de você querer logo matar o ponto, tipo, você erra a bola, displicente, assim gasta toda a sua energia no começo do jogo também. Eu acho que no jogo ela atrapalha bem.</i>	No jogo ela atrapalha bem.	
S7. <i>Olha, no jogo eu sou muito cabeça fria, não me atrapalha nem um pouco, eu acho que eu tenho mais ansiedade no treino do que no jogo, entendeu? No jogo eu acabo me focando mais. É lógico que antes do jogo a ansiedade, quando você vai jogar contra cabeça de chave, a ansiedade é muita, mas na hora que entro na quadra vira outro mundo, parece que de um mundo de trevas, vai para um mundo de arco-íris. Vai super de boa. Por exemplo, a parte que eu tenho mais ansiedade no jogo é para fechar set. Fechar set é o que tenho mais ansiedade. Principalmente quando to sacando. Dessa forma me atrapalha. Me atrapalha mesmo.</i>	“No jogo eu sou cabeça fria, não me atrapalha”.	
S8. <i>Quando eu entro no jogo, eu ficava muito nervoso aí atrapalhava bastante no começo, mas depois ia passando, eu ficava tranquilo, mas no começo atrapalhava bastante, então atrapalhava o jogo inteiro quando o menino começava com vantagem, esse ano já entro na quadra como se fosse entrar no treino.</i>	“Atrapalhava bastante no começo”.	
S9. <i>Sim, eu acho que atrapalha bastante porque quando a gente está bastante ansioso, não consegue fazer o que quer, tipo a gente treina bastante pra fazer do jeito certo só que, às vezes quando você tá muito ansioso você não consegue fazer do jeito que você quer. Só que às vezes eu consigo controlar, tem vezes que sim, tem vezes que não, mas atrapalha sim.</i>	“Quando você tá muito ansioso você não consegue fazer do jeito que você quer”.	
S10. <i>No começo é sempre pior quando começa, no primeiro jogo, eu não quero nem pegar na minha raquete. Aí depois você vai acostumando, mas sempre tem aquele friozinho na barriga que todo mundo fala. Ela atrapalha um pouco assim se você tiver muito nervoso antes porque você não consegue jogar o que você sabe. Por exemplo, eu parei de jogar ano passado e vou começar a voltar agora porque eu tinha machucado. Eu vou entrar, lógico, pior na quadra porque faz tempo que eu não jogo, então vai atrapalhar um pouco mas é normal, vai atrapalhar só um pouco, mas é normal.</i>	“(Ansiedade) vai atrapalhar só um pouco, mas é normal”.	
S11. <i>Não acho que atrapalha, acho que te ajuda porque ficando ansioso, você diferencia o treino do jogo, você joga de um jeito diferente, mais concentrado, com mais vontade. A ansiedade pode ser até boa se for um pouquinho, para você se concentrar, se focar, não muito, um pouco.</i>	“A ansiedade pode ser até boa se for um pouquinho, para você se concentrar.”	

S12. <i>Eu acho que no jogo é mais ainda porque no jogo você tem que tomar decisões se você quer uma bola curta, uma bola longa, se você quer dar um winner, se você quer controlar a bola, e às vezes você quer uma coisa mas não é a bola que você tem que dar no momento, então, se você ficar muito afobado para dar um winner, provavelmente você vai errar, aí você fica ansioso para ganhar o ponto logo.</i>	“Você fica ansioso para ganhar.”	
--	----------------------------------	--

QUADRO 2.1: Categorização das ideias centrais e expressões-chave

Categoria	Ideia central	Expressões-chave
A. Um pouco de ansiedade pode ajudar. (3)	Entrevistado 01: “Raramente eu sinto ansiedade”. Entrevistado 07: “No jogo eu sou cabeça fria, não me atrapalha”. Entrevistado 11: “A ansiedade pode ser até boa se for um pouquinho, para você se concentrar”.	S1. Dificilmente eu fico ansioso durante as competições. Raramente eu sinto alguma ansiedade antes dos jogos ou treinamentos. S7. “No jogo eu sou muito cabeça fria, não me atrapalha nem um pouco, eu acho que eu tenho mais ansiedade no treino do que no jogo, entendeu? No jogo eu acabo me focando mais. É lógico que antes do jogo, a ansiedade, quando você vai jogar contra cabeça de chave, a ansiedade é muita...”. S11. “Não acho que atrapalha, acho que te ajuda porque ficando ansioso você diferencia o treino do jogo, você joga de um jeito diferente, mais concentrado, com mais vontade. A ansiedade pode ser até boa se for um pouquinho, para você se concentrar, se focar, não muito, um pouco
B. Existe ansiedade para ganhar. (3)	Entrevistado 03: “Ela (ansiedade) atrapalha quando você está prestes a ganhar”. Entrevistado 05: “Tenho muita ansiedade nas competições porque todo mundo tem vontade de ganhar”. Entrevistado 12: “Você fica ansioso para ganhar”.	S3. Ela atrapalha quando você está prestes a ganhar. Quando você tá quase ganhando, bate aquele nervosismo e a bola começa a sair. Isso atrapalha bastante, mas aí é só se controlar que começa a entrar. S4. Atrapalha um pouco, sim. Às vezes quando o jogo tá ficando muito fácil para o meu lado eu começo a desligar, fico ansioso porque to perdendo. S5. “Eu tenho muita ansiedade nas competições porque todo mundo tem vontade de ganhar. a ansiedade às vezes atrapalha sim. Eu fico com medo de errar.” S12. Eu acho que no jogo é mais ainda porque no jogo você tem que tomar decisões... você fica ansioso para ganhar.

<p>C.</p> <p>Ansiedade atrapalha, principalmente no início da competição.</p> <p>(6)</p>	<p>Entrevistado 02: “Você acaba pensando que vai dar tudo errado, daí você começa a ficar ansioso”.</p> <p>Entrevistado 04: “Atrapalha um pouco”.</p> <p>Entrevistado 06: “No jogo (a ansiedade) atrapalha bem”.</p> <p>Entrevistado 08: “Atrapalhava bastante no começo (a ansiedade)”.</p> <p>Entrevistado 09: “Quando você tá muito ansioso você não consegue fazer do jeito que você quer”.</p> <p>Entrevistado 10: “(Ansiedade) vai atrapalhar só um pouco, mas é normal”.</p>	<p>S2. “Antes do jogo você fica pensando sempre no pior que pode acontecer e não no positivo da situação, então você acaba pensando que vai dar tudo errado, daí você começa a ficar ansioso.”</p> <p>S6. Você está no meio de um jogo e aí vem aquela ansiedade de você querer logo matar o ponto, tipo, você erra a bola, displicente, assim gasta toda a sua energia no começo do jogo também. Eu acho que no jogo ela atrapalha bem.</p> <p>S8. “Quando eu entro no jogo, eu ficava muito nervoso aí atrapalhava bastante no começo, mas depois ia passando, eu ficava tranquilo, mas no começo atrapalhava bastante.”</p> <p>S9: “Quando você tá muito ansioso você não consegue fazer do jeito que você quer. Só que às vezes eu consigo controlar, tem vezes que sim, tem vezes que não, mas atrapalha sim”.</p> <p>S10: “Você vai acostumando, mas sempre tem aquele friozinho na barriga que todo mundo fala. Ela atrapalha um pouco assim se você tiver muito nervoso antes porque você não consegue jogar o que você sabe”.</p>
--	---	--

QUADRO 2.2: Categorização das ancoragens

Entrevistado 02	“Você tem que saber administrar senão pode ir tudo por água abaixo.”
Entrevistado 03	“Só se controlar.”

QUADRO 2.3: Discurso do sujeito coletivo

Categoria	Discurso do Sujeito Coletivo
A	<p>“Difícilmente eu fico ansioso durante as competições. Raramente eu sinto alguma ansiedade antes dos jogos ou treinamentos. No jogo, eu sou muito cabeça fria, não me atrapalha nem um pouco. Eu acho que eu tenho mais ansiedade no treino do que no jogo, entendeu? No jogo, eu acabo me focando mais. É lógico que antes do jogo, quando você vai jogar contra cabeça de chave, a ansiedade é muita... Mas não acho que atrapalha, acho que te ajuda porque ficando ansioso, você diferencia o treino do jogo. Você joga de um jeito diferente, mais concentrado, com mais vontade. A ansiedade pode ser até boa se for um pouquinho, para você se concentrar, se focar, não muito, um pouco.”</p>

B	“Eu tenho muita ansiedade nas competições porque todo mundo tem vontade de ganhar... a ansiedade, às vezes, atrapalha sim... eu fico com medo de errar. Eu acho que no jogo é mais ainda porque no jogo você tem que tomar decisões... você fica ansioso para ganhar. Ela atrapalha quando você está prestes a ganhar. Atrapalha um pouco, sim. Às vezes quando o jogo tá ficando muito fácil para o meu lado eu começo a desligar, fico ansioso porque estou perdendo. Quando você tá quase ganhando, bate aquele nervosismo e a bola começa a sair. Isso atrapalha bastante, mas aí é só se controlar que começa a entrar.”
C	“Antes do jogo você fica pensando sempre no pior que pode acontecer e não no positivo da situação, então você acaba pensando que vai dar tudo errado, daí você começa a ficar ansioso. Ou, você está no meio de um jogo e aí vem aquela ansiedade de você querer logo matar o ponto. Tipo, você erra a bola, displicente, assim gasta toda a sua energia no começo do jogo também. Eu acho que no jogo ela (ansiedade) atrapalha bem. Outras vezes, quando eu entro no jogo, eu fico muito nervoso aí atrapalha bastante no começo. Depois vai passando, eu fico tranquilo. Mas no começo atrapalhava bastante. Quando você tá muito ansioso você não consegue fazer do jeito que você quer. Às vezes eu consigo controlar. Tem vezes que sim. Tem vezes que não, mas atrapalha sim. Você vai acostumando, mas sempre tem aquele friozinho na barriga que todo mundo fala. Ela atrapalha um pouco. Assim, se você tiver muito nervoso antes, porque você não consegue jogar o que você sabe”.

TABELA 2: Percentuais dos níveis de ansiedade nas competições

%	Categoria
A = 25%	Um pouco de ansiedade pode ajudar.
B = 25%	Existe ansiedade para ganhar.
C = 50%	Ansiedade atrapalha, principalmente no início da competição.

3. 2. 1 Descrição, interpretação e evolução dos discursos

Como postularam LEFÈVRE & LEFÈVRE (2005b), uma forma (não por certo a única) de conceber as representações sociais, consiste em entendê-las como a expressão do que pensa ou acha determinada população (no caso, tenistas juvenis) sobre determinado assunto (aqui, se a ansiedade atrapalha no rendimento dos atletas nas competições? De que forma?). Nesse caminho, os discursos coletados junto aos sujeitos, no sentido se os estados de ansiedade atrapalham seus

desempenhos nas competições, apontaram que 25% dos atletas consideraram que um pouco de ansiedade pode ajudar no momento dos torneios. Outros 25% apontaram que existe ansiedade para ganhar. Por outro lado, 50% dos tenistas juvenis consideraram que os estados de ansiedade atrapalham seus desempenhos no transcorrer das competições.

Nos primórdios do estudo do comportamento humano no esporte, artigos e pesquisas descreveram a ansiedade como um dos fatores psicológicos mais prejudiciais para o rendimento esportivo nas competições.

O foco primordial, diante da manifestação da ansiedade competitiva na intervenção com os atletas, era a determinação das melhores técnicas, estratégias e desenvolvimento de programas psicológicos com o objetivo de reduzir a ansiedade cognitiva (pensamento) e somática (corpo), visando à preservação do rendimento individual e coletivo nas competições (FELTZ, 1992).

Atualmente, através do avanço do aprofundamento do conceito de ser humano e da prática esportiva, já se possui evidências e relatos de atletas que interpretam a ansiedade, muitas vezes, como facilitador no seu rendimento: uma espécie de combustível necessário para manutenção do bom rendimento físico, tático, técnico e mental (SANCHES & DIAS, 2008).

Exemplo disso pode ser representado pelo DSC na construção da Categoria “A” da questão 2, em que 25% dos tenistas juvenis relataram que “... não acho que atrapalha, acho que te ajuda porque, ficando ansioso, você diferencia o treino do jogo. Você joga de um jeito diferente, mais concentrado, com mais vontade. A ansiedade pode ser até boa se for um pouquinho, para você se concentrar, se focar, não muito, um pouco.”.

Determinadas modalidades esportivas exigem níveis diferenciados de ativação interna durante as competições, para que a qualidade do rendimento não sofra prejuízos (DIAS, 2005). Já SAMULSKI (2012) postulou que tenistas necessitam de quantidades de energia mental suficientes para que a concentração, foco, atenção, tomada de decisão e reflexo sejam mantidos na situação competitiva.

O psicólogo do esporte Graham Jones e colaboradores (JONES, 1993 *apud* WEINBERG & GOULD, 2011) demonstraram que a interpretação que o indivíduo faz dos sintomas de ansiedade é fundamental para entender a relação ansiedade-desempenho. Os atletas podem interpretar os sintomas de ansiedade tanto como facilitadores como prejudiciais para o desempenho. Para entender, de fato, a relação entre ansiedade e desempenho é preciso examinar tanto a intensidade da ansiedade da pessoa quanto sua direção (interpretação daquela ansiedade como sendo facilitadora ou prejudicial ao desempenho).

MAHONEY & MEYERS (1989) desenvolveram um modelo que visa compreender como surgem a ansiedade facilitadora e a ansiedade debilitante durante as competições. Segundo esse modelo, o nível de estresse que um atleta experimentará depende de fatores individuais, tais como sua ansiedade-traço, autoconfiança, autoimagem e autoestima. É importante também perceber se a ansiedade-estado resultante é percebida como facilitadora ou debilitante, e isso vai depender de quanto controle o atleta identifica apresentar em seu rendimento.

Se um atleta se sente, cognitivamente, no controle da situação competitiva, apesar da manifestação da ansiedade, então o resultado será uma ansiedade facilitadora. Porém, se compreender e acreditar que não conseguirá manter um padrão de qualidade no rendimento e que não poderá lidar com a pressão, isso resultará em uma ansiedade debilitante (COZAC, 2005).

Tenistas que conseguem administrar a energia mental e física de ativação tendem a manter, positivamente, a qualidade do foco de atenção e concentração nas competições. Os fatores psicoemocionais e sociais relacionados com o comportamento de competência competitiva de um tenista são indicadores relevantes sobre a forma que a ansiedade será gerenciada e até aproveitada para a manutenção dos demais subdomínios psicológicos (confiança, segurança interna, tomada de decisão etc.) (SAMULSKI, 2012).

Já a “ansiedade para ganhar”, presente em 25% dos discursos pesquisados, ocorre de forma comum no campo competitivo juvenil. Estudos demonstram que

diversos fatores externos podem influenciar no aumento da ansiedade competitiva pela vitória, promovendo alterações psicofisiológicas no atleta em diversos momentos da competição.

A ansiedade é uma das demandas centrais em atletas competidores de alto rendimento. Quando não cuidada e bem administrada, pode afetar diretamente o desempenho competitivo, causar estresses e prejudicar a concentração. FIGUEIREDO (2007) asseverou que, no campo da Psicologia do Esporte, a ansiedade, atrelada às necessidades pessoais de vitória, é considerada uma das principais variáveis que interferem no desempenho dos atletas, promovendo um desequilíbrio fisiológico, psicológico e emocional nos competidores.

A exposição às experiências esportivas, que muitas vezes geram mudanças psicofisiológicas (estreitamento da atenção, aumento do consumo de energia liberação da adrenalina), pode estar amplamente associada com a ansiedade pela vitória - e com potencial de interferir negativamente no desempenho global do atleta caso não exista uma consciência plena dos significados e possibilidades de autocontrole do atleta no momento da ação esportiva de caráter competitivo (STEFANELLO, 2007).

O caráter da competitividade esportiva desperta determinados estados psicológicos e emocionais em seus praticantes. A comparação entre desempenhos, por exemplo, não raro catalisa emoções de complexo gerenciamento, podendo gerar danos individuais na performance esportiva - quase sempre promovidos pela elevação da ansiedade competitiva (DE ROSE JÚNIOR & VASCONCELLOS, 1997).

Algumas pesquisas acerca dos estados de ansiedade em atletas realizadas por MURRAY (1965) concluíram que os níveis de medo oscilam diante da proximidade ou ocorrência de eventos estressores. A perspectiva de um evento gerador de tensão (no caso, a competição) e o comportamento provocado pela ansiedade, tais como os pensamentos intrusos e disfuncionais podem exercer influência na dinâmica da personalidade do indivíduo, ao passo que o contato real é menos fantasioso com o

momento da competição pode auxiliar na redução da ansiedade competitiva (HANIN, 1997).

SAMULSKI (2007) asseverou que o diálogo interior é fundamental para que o equilíbrio interno das emoções, no momento da competição, possa auxiliar o desempenho de jovens tenistas. O mesmo autor aponta que indicadores de autoestima elevados auxiliam na manutenção do foco e da energia mental, necessários para a regularidade e qualidade nos jogos. Portanto, a confiança interna favorece o surgimento de pensamentos positivos que afastam a ansiedade pela vitória.

Um tenista de sucesso exige uma combinação harmoniosa dos fatores técnico-tático, físico e psicológico, associados ao seu talento natural. De modo análogo ao desenvolvimento dos outros fatores, a capacidade de assimilar e aprender habilidades mentais em forma de estruturas cognitivas positivas e de sucesso varia entre os tenistas (GALLWEY, 1996).

A história de vida associada ao estudo das inteligências múltiplas (emocional, social, psicológica, neuroendócrina, genética etc.) favorece a compreensão sobre como os tenistas de categorias de base compreendem e manejam a tensão nas competições. Alguns demonstram ansiedade pela vitória. Já, outros, apresentam sintomas comportamentais associados ao medo do fracasso. Tudo depende de como cada atleta sintetiza e elabora internamente o momento de tensão promovido pela competição.

Há atletas que sentem ansiedade de forma intensa no início das competições. No presente estudo, 50% dos tenistas entrevistados relataram dificuldades relacionadas com os momentos iniciais das partidas, como indica trecho do DSC relacionado com a Categoria “C” da segunda questão: “... eu acho que no jogo ela (ansiedade) atrapalha bem. Outras vezes, quando eu entro no jogo, eu fico muito nervoso aí atrapalha bastante no começo. Depois vai passando, eu fico tranquilo. Mas no começo atrapalhava bastante. Quando você tá muito ansioso você não consegue fazer do jeito que você quer”.

A literatura relacionada com a Psicologia do Esporte oferece ampla visão sobre a relação entre a ansiedade e o rendimento esportivo de atletas durante as competições. Há atletas que necessitam de uma quantidade específica de energia de ativação para iniciar uma competição, manter-se em alto rendimento durante a ação esportiva e evitar, ao máximo, a queda de rendimento físico, técnico e mental nas partidas, especialmente em eventos esportivos de competição de longa duração (SAMULSKI, 2012).

Por muito tempo, e com o objetivo central de compreender a ação da ansiedade no rendimento esportivo, psicólogos do esporte trabalharam com a Teoria do Instinto (SPENCE & SPENCE, 1966), que associa o aumento dos níveis de ansiedade competitiva (cognitiva e somática) com a qualidade do rendimento do atleta.

Duas décadas após a formulação da Teoria do Instinto, novas pesquisas sobre o comportamento competitivo asseveraram que os níveis de ansiedade dos atletas devem ser analisados de acordo com os fatores relacionados com a personalidade, modalidade esportiva e inteligência emocional, entre outros.

Em 1998, foi elaborada a hipótese do “U invertido” (Figura 1) para explicar a correlação entre estados de ativação e rendimento (LANDERS & BOUTCHER, 1998). Essa hipótese sustenta que níveis muito baixos de ativação mental podem ser danosos ao desempenho do atleta, o que poderá gerar estados de dispersão e passividade (ausência de ação e reação competitiva).

À medida que a ativação é elevada, o rendimento tende a melhorar até um ponto ideal - que deve ser analisado de forma individualizada - em que o atleta estará no melhor de seu rendimento físico, técnico, tático e mental, conforme demonstrado pela Figura 1.

FIGURA 1: Gráfico ilustrativo referente à teoria do “U-invertido”

Fonte: LANDERS & BOUTCHER, 1998

No entanto, elevações adicionais na ativação, provenientes do aumento da ansiedade cognitiva e/ou somática, podem gerar um evidente declínio no desempenho e na adaptação na ação esportiva do atleta, conforme demonstrado na Figura 2.

FIGURA 2: Modelo associativo entre a adaptação na ação esportiva e a elevação dos níveis de ativação

Fonte: WEINBERG & GOULD, 2011

Diante dessas possíveis alterações de rendimento esportivo, algumas formulações e hipóteses foram elaboradas visando possibilitar a compreensão dos fatores de comportamento competitivo associados à manifestação da ansiedade.

Em continuidade à hipótese do “U invertido”, Yuri Hanin, um famoso psicólogo do esporte russo, formulou um modelo teórico intitulado “IZOF” (*Individualized Zones of Optimal Functioning*), traduzido por “zonas individualizadas de desempenho ideal” (HANIN, 1997).

A visão de Hanin difere-se da hipótese do “U invertido” em dois pontos fundamentais. Inicialmente, o psicólogo postulou que o desempenho ideal de um atleta nem sempre ocorre no ponto médio da parábola do “U invertido”, mas, antes, varia de um indivíduo para outro e de uma modalidade para outra. Ela pode se manifestar na extremidade inferior, no meio ou na extremidade superior do *continuum* de estado de ansiedade. Segundo, o nível da ansiedade-estado é também variável e cabe aos professores e técnicos, com o auxílio de um psicólogo do esporte, identificar as zonas individuais ideais de ansiedade dos praticantes de exercício físico e esporte em caráter competitivo ou apenas de recreação (WEINBERG & GOULD, 2011).

No entanto, a hipótese da IZOF, de Hanin, não foi capaz de concluir se os componentes relacionados com a ansiedade somática e cognitiva alteram significativamente o comportamento competitivo dos atletas. Até porque, as alterações na ativação promovidas pelo aumento ansiedade somática podem ser diferentes daquelas provenientes da elevação da ansiedade cognitiva (WEINBERG & GOULD, 2011).

Com o intuito de analisar as consequências comportamentais geradas pelo aumento da ansiedade somática e cognitiva, foi elaborada a Teoria da Ansiedade Multidimensional, a qual prediz que a ansiedade cognitiva está negativamente relacionada com o desempenho, promovendo a queda do rendimento esportivo (GOULD, GREENLEAF & KRANE, 1996).

A mesma teoria assevera que o aumento da ansiedade somática (manifestações fisiológicas), na hipótese do “U invertido”, pode levar os atletas ao ponto ótimo (nível ideal) de rendimento com maior rapidez, após o qual o desempenho tende a reduzir com a permanente ação da ansiedade adicional, podendo promover a queda brusca do rendimento esportivo, apresentado através do “Modelo da Catástrofe do rendimento esportivo”, em que atletas demonstram perda abrupta de qualidade no rendimento por conta da significativa elevação da energia de ativação.

A manifestação da ansiedade competitiva no início de uma partida de tênis - ainda que seja desconfortável ao atleta, como apontaram alguns discursos - pode ser de grande utilidade para que o atleta atinja, com mais rapidez, o estado de prontidão competitiva para iniciar seu alto rendimento. Ela deve ser estudada, analisada e compreendida, antes de ser reduzida através de exercícios de relaxamento e técnicas respiratórias (SAMULSKI, 2007).

Prontidão competitiva é descrita como a condição interior de domínio e aprimoramento do repertório de respostas às demandas da prova de rendimento no ato da competição. Trata-se de uma condição psicoemocional em que capacidades cognitivas e emocionais são acionadas para produzir respostas positivas na ação esportiva (COZAC & COUTINHO, 2013).

Por mais talentoso e bem preparado que esteja o atleta, ele obterá sucesso numa partida apenas se estiver dentro do padrão comportamental de prontidão competitiva. Dessa forma, será possível iniciar uma ação esportiva de caráter competitivo com as funções de concentração, reflexo, tomada de iniciativa e confiança no grau e na qualidade que se espera de cada atleta.

Entretanto, alguns atletas não apresentam capacidades para o correto manejo dos estados de ansiedade. Nesses casos, as fadigas física, mental e emocional podem ocorrer de maneira precoce num evento de caráter competitivo.

Esse é apenas um dos fatores que realçam a importância do trabalho psicológico com os tenistas. A preparação psicológica consiste no treinamento de

habilidades cognitivas e emocionais envolvidas nas demandas competitivas. Ela inclui, entre outros, a identificação e o desenvolvimento dos tipos de resposta a cada demanda esportiva; a identificação de atitudes e comportamentos desejados para o bom rendimento nas competições; e a preparação para o evento competitivo em si, ou seja, a construção das condições ótimas para a prontidão competitiva, o que inclui, sobretudo, a identificação dos níveis de ativação interna para um início de rendimento apropriado e consistente (COZAC & COUTINHO, 2013).

A ação da ansiedade nas competições pode promover alterações significativas no gerenciamento da concentração (WEINBERG & GOULD, 2011). Dessa forma, torna-se necessária a ampla investigação dos discursos dos sujeitos acerca do manejo da concentração durante os jogos.

3.3 Questão 3 - Em quais momentos dos jogos você percebe que perde sua concentração?

Os depoimentos obtidos referentes à questão três (03) levantam indícios concretos sobre a visão que os atletas possuem acerca dos momentos dos jogos em que percebem a perda da qualidade da concentração competitiva. Os trechos selecionados nos diferentes discursos estão apresentados no quadro 3 (S= sujeito).

QUADRO 3: Expressões-chave, ideias centrais e ancoragens

Expressões-chave (ECH)	Ideias centrais (IC)	Ancoragem (ANC)
S1. <i>Ah eu perco mais a concentração quando fico mais irritado, começo a errar muito saio mais da minha zona de conforto e começo a perder a cabeça e fico muito descontrolado e não consigo. Às vezes não dá para voltar para o jogo, às vezes é bem difícil quando acontece isso.</i>	“Perco mais a concentração quando fico mais irritado”.	
S2. <i>Geralmente quando você tá perdendo, fez muitas coisas erradas que você não deveria ter feito, aí você vê que pode ser porque você perdeu a sua concentração.</i>	“Quando você está perdendo... pode ser porque você	

	perdeu a concentração”.	
S3. Quando você perde a concentração? Quando você... quando você começa a errar muita bola. Se você errar três bolas seguidas você já desaba e já perde o game e pode perder o set nesse game perdido. Aí você perde a concentração com certeza.	“Quando você começa a errar... você perde a concentração”.	
S4. Sempre quando tá muito fácil você perde a concentração, pra mim. Quando tá muito fácil eu fico pensando em outras coisas – não me ligo muito no jogo, é mais assim. Se o jogo tá pegado, muito difícil assim, eu fico muito focado no jogo. Do contrário, às vezes eu desligo.	“Quando tá muito fácil eu fico pensando em outras coisas”.	
S5. Ah, tipo fico pensando em muitas coisas que não tem a ver com o jogo e aí, tipo, quando percebo já perdi um ponto que, tipo, eu poderia ganhar na boa, bem fácil. Normalmente eu fico ansioso demais e paro de pensar o jogo como tinha treinado e como deveria.	“Fico pensando em muitas coisas que não tem a ver com o jogo.”	
S6. Normalmente quando você erra uma bola fácil, você fica bravo, perde sua concentração, e na hora que vou sacar de novo esquece o ponto passado, vamos para o novo.	“Quando você erra... perde sua concentração”.	
S7. Quando o pai do cara é muito chato ou quando o cara é muito chato mesmo. Na verdade, quando o cara é muito chato, não que eu perca a concentração, eu fico de boa. Eu perco a concentração quando o cara rouba que aí eu... quando eu acho que o cara rouba eu falo, “pode marcar, mas foi boa?” – isso aí me faz perder a concentração, mas nem tanto. O que me faz perder a concentração mesmo é quando o pai do cara é muito chato e fica dando dica pra ele que eu olho e paro de fazer o que eu to fazendo e fico olhando para ele feio, assim, entendeu, tipo “você não vai ficar fazendo isso aqui na minha frente”, mas tipo, quase nada no jogo, assim, sou muito focado assim, eu acho, parece que, assim, de vez em quando, quando to na quadra, na virada do jogo, eu to meio brisando, eu sou uma pessoa brisada, não tenho nada para esconder, só que na hora do jogo parece que eu to em outro mundo mas na verdade eu to me concentrando no que eu vou fazer, entendeu? Como é que eu vou jogar o próximo ponto, tentando achar os pontos fracos do adversário, entendeu? Isso quando o jogo tá difícil, principalmente.	“Eu perco a concentração quando o cara rouba”.	
S8. Assim, tem alguns jogos que, geralmente quando eu ou o menino fecha o set. às vezes eu começo a desconcentrar um pouco daí eu falo “preciso voltar”, assim, às vezes volta, às vezes não volta como tava antes, mas volta um pouco.	“Quando eu ou o menino fecha o set. às vezes eu começo a desconcentrar”.	
S9. Às vezes é meio difícil perder a concentração, mas, quando eu perco bastante um game de lavada, tá 4 a 0 pro	“Eu me sinto mal porque eu sei que	“Fazer o melhor”.

<i>menino, e eu percebi meio que esses quatro games eu entreguei pra ele e aí eu me sinto mal porque eu sei que eu consigo fazer melhor que isso às vezes atrapalha também.</i>	eu consigo fazer melhor”.	
S10. <i>Eu fico muito bravo, não tenho muita cabeça, quer dizer, eu tenho cabeça, mas eu perco a cabeça quando eu to errando muito ou quando eu erro uma bola que é muito fácil e eu podia fazer um ponto e era um ponto importante tipo 40 iguais ou 30 x 40 ou alguma coisa assim.</i>	“eu perco a cabeça quando eu to errando muito”.	
S11. <i>Quando eu faço coisa que não podia fazer, quando eu faço besteira na hora que não precisava, quando eu começo a arriscar a bola que não precisava arriscar e tento fazer coisa que eu não consigo fazer, assim, aí fico mais agitado. Quando eu começo a perder, assim, eu, tipo, quando começo a perder, 1, 2, 3 games seguidos eu penso: “alguma coisa tá errada”, aí eu sento ali na grade e foco de novo, penso pra esquecer o que eu errei e vou em frente pra fazer menos erros.</i>	“Tento fazer coisa que eu não consigo fazer, assim, aí fico mais agitado”.	
S12. <i>Quando o cara começa a acertar bastantes bolas e você não consegue acertar as mesmas bolas que ele, se for um interclubes, que tem a torcida do clube contra a do outro clube a pressão é maior de entrar na quadra.</i>	“Tem a torcida do clube contra a do outro clube a pressão é maior de entrar na quadra”.	

QUADRO 3.1: Categorização das ideias centrais e expressões-chave

Categorias	Ideias centrais	Expressões-chave
A. Perda de concentração por motivos externos. (4)	Entrevistado 04: “Quando tá muito fácil eu fico pensando em outras coisas (desconcentro)”. Entrevista 07: “Eu perco a concentração quando o cara rouba...”. Entrevistado 08: “Quando eu ou o menino fecha o set. às vezes eu começo a desconcentrar”. Entrevistado 12: “Tem a torcida do clube contra a do outro clube a pressão é maior de entrar na quadra”.	S.4. “Sempre quando tá muito fácil você perde a concentração, pra mim. Quando tá muito fácil eu fico pensando em outras coisas – não me ligo muito no jogo.” S7. Eu perco a concentração quando o cara rouba que aí eu... quando eu acho que o cara rouba eu falo, “pode marcar, mas foi boa?” – isso aí me faz perder a concentração. S8. “Tem alguns jogos que, geralmente quando eu ou o menino fecha o set, às vezes eu começo a desconcentrar um pouco”. S12. Quando o cara começa a acertar bastantes bolas e você não consegue acertar as mesmas bolas que ele, se for um interclubes, que tem a torcida do clube contra a do outro clube a pressão é maior de entrar na quadra.

<p>B. Perda de concentração por motivos internos. (8)</p>	<p>Entrevistado 01: “Perco mais a concentração quando fico mais irritado”.</p> <p>Entrevistado 02: “Quando você está perdendo... pode ser porque você perdeu a concentração”.</p> <p>Entrevistado 03: “Quando você começa a errar... você perde a concentração”.</p> <p>Entrevistado 05: “Fico pensando em muitas coisas que não tem a ver com o jogo”.</p> <p>Entrevista 06: “Quando você erra... perde sua concentração”.</p> <p>Entrevistado 09: “Eu me sinto mal porque eu sei que eu consigo fazer melhor”.</p> <p>Entrevistado 10: “eu perco a cabeça quando eu to errando muito”.</p> <p>Entrevistado 11: “Tento fazer coisa que eu não consigo fazer, assim, aí fico mais agitado”.</p>	<p>S.1 “Ah eu perco mais a concentração quando fico mais irritado, começo a errar muito saio mais da minha zona de conforto e começo a perder a cabeça”.</p> <p>S.2. “Geralmente quando você tá perdendo, fez muitas coisas erradas que você não deveria ter feito, aí você vê que pode ser porque você perdeu a sua concentração”.</p> <p>S.3. “Quando você perde a concentração? Quando você... quando você começa a errar muita bola”.</p> <p>S.5. “Ah. Fico pensando em muitas coisas que não tem a ver com o jogo e aí, tipo, quando percebo já perdi um ponto que, tipo, eu poderia ganhar na boa, bem fácil. Normalmente eu fico ansioso demais e paro de pensar o jogo como tinha treinado e como deveria.”</p> <p>S6. “Normalmente quando você erra uma bola fácil, você fica bravo, perde sua concentração, e na hora que vou sacar de novo esquece o ponto passado, vamos para o novo.”</p> <p>S9. “Eu me sinto mal porque eu sei que eu consigo fazer melhor que isso, às vezes atrapalha também”.</p> <p>S10. “Eu fico muito bravo, não tenho muita cabeça, quer dizer, eu tenho cabeça, mas eu perco a cabeça quando eu to errando muito”.</p> <p>S11. “Quando eu faço coisa que não podia fazer, quando eu faço besteira na hora que não precisava, quando eu começo a arriscar a bola que não precisava arriscar e tento fazer coisa que eu não consigo fazer, assim, aí fico mais agitado”.</p>
---	---	--

QUADRO 3.2: Categorização das ancoragens

Entrevistado 09	“Fazer o melhor.”
-----------------	-------------------

QUADRO 3.3: Discurso do sujeito coletivo

Categoria	Discurso do Sujeito Coletivo
A	<p>“Sempre quando está muito fácil você perde a concentração. Para mim, quando está muito fácil, eu fico pensando em outras coisas – não me ligo muito no jogo. Ou, eu perco a concentração quando o cara rouba... quando eu acho que o cara rouba, eu falo: ‘pode marcar, mas foi de boa?’ – isso aí me faz perder a concentração. Tem alguns jogos que, geralmente, quando se fecha o set, eu começo a desconcentrar um pouco. Ou, quando o cara do outro time começa a acertar bastantes bolas e você não consegue acertar as mesmas bolas que ele. Se for um interclubes, por exemplo, que tem uma torcida do clube contra a do outro, a pressão é maior de entrar na quadra”.</p>
B	<p>“Ah, eu perco mais a concentração quando fico mais irritado, começo a errar muito, saio mais da minha zona de conforto e começo a perder a cabeça. Ou, geralmente, quando você está perdendo. Fez muitas coisas erradas que você não deveria ter feito. Aí você vê que pode ser porque você perdeu a sua concentração”. Ou seja, quando você perde a concentração? Quando você começa a errar muita bola. Normalmente, quando você erra uma bola fácil, você fica bravo, perde sua concentração. Ah. Fico pensando em muitas coisas que não tem a ver com o jogo. Quando percebo já perdi um ponto que eu poderia ganhar na boa, bem fácil. Normalmente, eu fico ansioso demais e paro de pensar o jogo como tinha treinado e como deveria. Eu me sinto mal porque eu sei que eu consigo fazer melhor que isso. Eu fico muito bravo. Não tenho muita cabeça. Quer dizer, eu tenho cabeça, mas eu perco a cabeça, quando eu estou errando muito. Quando eu faço coisa que não podia fazer. Quando eu faço besteira na hora que não precisava. Quando eu começo a arriscar a bola que não precisava arriscar e tento fazer uma coisa que eu não consigo fazer. Assim, fico mais agitado”.</p>

TABELA 3: Percentuais das causas da perda da concentração durante os jogos

%	Categorias
A = 33,34%	Perda de concentração por motivos externos: quando o jogo está muito fácil, quando há roubo, quando se está perdendo, quando há pressão da torcida.
B = 66,66%	Perda de concentração por motivos internos: por irritação, por erros cometidos por falta de concentração.

3. 3. 1 Descrição, interpretação e evolução dos discursos

Como postularam LEFÈVRE & LEFÈVRE (2005b), uma forma (não por certo a única) de conceber as representações sociais, consiste em entendê-las como a expressão do que pensa ou acha determinada população (no caso, tenistas juvenis) sobre determinado assunto (aqui, em quais momentos dos jogos você percebe que perde sua concentração?).

Nesse percurso, os discursos coletados junto aos sujeitos, relacionados com as possíveis perdas da concentração nos jogos, apontaram que 33,3% dos atletas consideraram que a perda de concentração se dá através de motivos externos: quando o jogo está muito fácil, quando há roubo, quando se está perdendo, quando há pressão da torcida. Já 66,6% dos atletas consideraram que a perda de concentração ocorre através de motivos internos: por irritação, por erros cometidos por falta de concentração.

O DSC que configurou a categoria A da questão 3 (três): “Sempre quando está muito fácil você perde a concentração. Para mim, quando está muito fácil, eu fico pensando em outras coisas, não me ligo muito no jogo. Ou, eu perco a concentração quando o cara rouba... quando eu acho que o cara rouba, eu falo: ‘pode marcar, mas foi de boa?’ – isso aí me faz perder a concentração...”, elucida a ação corrosiva de fatores externos nos estados de concentração competitiva dos tenistas pesquisados.

De acordo SAMULSKI (2009), o termo atenção está associado, ao menos, com três processos cognitivos distintos: concentração ou consciência esforçada, seletividade de percepção e habilidade de coordenar duas ou mais ações ao mesmo tempo.

Atletas com baixos níveis de concentração competitiva devido à ação de eventos externos podem apresentar dificuldades de orientação aos sinais apropriados do ambiente. Ou seja, eles demonstram pouca efetividade no

reconhecimento dos estímulos que são importantes e, especialmente, relevantes ao rendimento esportivo (COZAC & COUTINHO, 2013).

Além disso, é importante que ele tenha a habilidade de deslocar sua atenção, rapidamente, de um estímulo para outro, de acordo com as exigências da situação.

Inúmeros fatores externos, geradores de distração, podem interferir na concentração de um tenista. Citam-se como exemplos, a torcida, sons diversos e presença de pessoas significativas (familiares, treinador, amigos etc.) (GALLWEY, 1996).

Desta maneira, é importante que o próprio atleta-tenista treine sua habilidade de concentração a fim de isolar esses estímulos, que promovem a quebra da concentração, e focalizar sua atenção nos estímulos relevantes.

O autocontrole diante dos fatores externos é fundamental para que as esferas mental e emocional dos atletas se mantenham equilibradas e, assim, sejam aliadas na manutenção da qualidade do alto rendimento (WEINBERG & GOULD, 2011).

Por outro lado, os erros não forçados nas partidas, comum na prática do tênis, costumam desestabilizar o estado de concentração justamente por conta de seus efeitos negativos no campo emocional (MEYER, 2004).

Os erros cometidos pelos tenistas pesquisados configuram, em sua maioria, os principais motivos internos relacionados com a perda da concentração competitiva nos tenistas juvenis do presente estudo somando 66,6% da população pesquisada.

De acordo com o DSC, que estruturou a formulação da categoria B na questão 3 (três): "...quando você perde a concentração? Quando você começa a errar muita bola. Normalmente, quando você erra uma bola fácil, você fica bravo, perde sua concentração. Ah. Fico pensando em muitas coisas que não tem a ver com o jogo. Quando percebo já perdi um ponto que eu poderia ganhar na boa, bem fácil. Normalmente, eu fico ansioso demais e paro de pensar o jogo como tinha treinado e como deveria", é possível constatar que os pensamentos dispersivos ocorrem com maior frequência quando o emocional do tenista está distante de um estado de equilíbrio esperado para o bom rendimento físico, mental, tático e técnico.

Tenistas mais emotivos tendem a apresentar dificuldades em reconhecer e aceitar os erros por eles cometidos nas competições. Nesses casos, torna-se necessária a realização de rotinas de preparação mental, com o intuito de desenvolver mecanismos internos de blindagem cognitiva, para que o atleta aprenda a manter o foco nos estímulos primários do ambiente independente dos resultados de seu rendimento (SAMULSKI, 2012). Criar estratégias competitivas e pré-competitivas pode ajudar o atleta na manutenção da atenção durante a competição, em especial nos momentos mais agudos e decisivos.

STEFANELLO (2007) asseverou que, para uma atuação competitiva eficaz, não basta apenas o atleta ter a consciência da importância da concentração, mas também que aprenda formas e métodos de se concentrar nas inúmeras exigências das situações esportivas.

Para isso, é fundamental o reconhecimento dos fatores ou condições que afetam a capacidade de concentração dos atletas e os efeitos desses fatores em suas condutas, pois o reconhecimento do atleta acerca do seu próprio padrão de comportamento poderá ajudá-lo a conseguir o autocontrole necessário para o bom rendimento esportivo.

A literatura moderna, que estuda e aborda as relações entre ansiedade e concentração no contexto esportivo, destaca a forte correlação que existe entre ambas. Pesquisas que compararam atletas bem-sucedidos e os menos bem-sucedidos constataram, de forma consistente, que o controle da atenção é um fator determinante no desempenho e rendimento esportivo (ZUCOLOTO, 2013).

Além disso, revelam que atletas bem-sucedidos apresentam chances menores de serem distraídos por estímulos irrelevantes; eles mantêm um foco de atenção mais orientado à tarefa, em oposição à preocupação ou ao foco apenas no resultado.

Na mesma perspectiva, é possível concluir que a ansiedade e a concentração certamente se relacionam com o desempenho que, por sua vez, poderá variar de acordo com fatores, tais como a modalidade esportiva, dificuldade e relevância da

tarefa, tipo de competição, expectativas do atleta sobre as implicações do desempenho em sua carreira e os traços de personalidade (MARTENS, 1990).

Portanto, o autoconhecimento e a capacidade de percepção e expressão das sensações e pensamentos configuram importantes vias para a compreensão do comportamento competitivo em treinos e jogos.

3.4 Questão 4 - Como você percebe que está ansioso em treinos e jogos?

Os depoimentos obtidos referentes à questão quatro (04) levantam indícios concretos sobre a visão que os atletas possuem acerca da manifestação da ansiedade em treinos e jogos. Os trechos selecionados nos diferentes discursos estão apresentados no quadro 4 (S= sujeito).

QUADRO 4: Expressões-chave, ideias centrais e ancoragens

Expressões-chave (EHC)	Ideias centrais (IC)	Ancoragem (ANC)
S1. <i>Eu fico mais ansioso antes dos treinos. Quando fico ansioso antes dos jogos é quando sei que os jogos são mais difíceis, mais complicados, que eu vou ter que trabalhar bem, então eu já fico mais tenso, um pouco tenso antes dos jogos.</i>	“Fico ansioso antes dos jogos é quando sei que os jogos são mais difíceis”.	
S2. <i>Eu acho que quando começa a vir muito pensamento que vai dar tudo errado, você não vai conseguir ganhar, acho que isso daí já é um pensamento da ansiedade, você começa a bater, começa a tentar a fazer mais, mais e mais e daí você começa a ficar um pouco nervoso e começa a ficar um pouco mais estressado e daí você sempre quer fazer mais porque você acaba não fazendo o correto, então você quer corrigir o seu erro fazendo de novo daí acaba que você erra novamente então às vezes acontece que você vai, treina daí você fala pô hoje eu não joguei direito, quero fazer de novo, só que aí você faz de novo errado, então, aí acaba que é em dobro o seu prejuízo.</i>	“Quando começa a vir muito pensamento que vai dar tudo errado... já é um pensamento da ansiedade.”	
S3. Quando você quer muito fazer uma coisa, botar uma bola no fundo, só que você não consegue de jeito nenhum. Aí você pensa: “calma, calma, vamos relaxar que você	“Você não consegue de jeito nenhum... você	

consegue uma hora”, mas aí é difícil e você percebe que tá ansioso. De vez em quando sinto isso por conta do cansaço físico às vezes você cansa bastante aí você pensa: “calma, calma, relaxa”. A ansiedade acaba desgastando mais o corpo.	percebe que tá ansioso”.	
S4. <i>Acho que começo a ficar meio nervoso, às vezes meio bravo, daí eu não consigo colocar meu jogo na quadra, eu não consigo jogar muito bem também.</i>	“Começo a ficar meio nervoso... daí eu não consigo colocar meu jogo na quadra...”.	
S5. <i>Eu fico nervoso, dá um frio na barriga, eu fico esperando muito pelo jogo, fico pensando “o que eu vou fazer?” Não vou fazer o que fiz da última vez. Fico pensando um monte de coisa, tipo do que fazer e, como vai ser e como não pode ser e aí eu começo a ficar muito nervoso, assim, com medo. Às vezes, depende de quem que eu vou enfrentar, ou às vezes quando eu não conheço o adversário também dá medo que eu não sei que perigo, entre aspas, eu vou “tá” enfrentando.</i>	“Quando eu não conheço o adversário também dá medo”.	
S6. <i>Como faz para perceber? É aquilo que te falo: tentar terminar o jogo o mais rápido possível, tentar matar o ponto logo, sinto uma coisa diferente, diferente de qualquer outra coisa, por isso que eu gosto do tênis, é um esporte muito momentâneo, uma hora você pode estar muito bem, outra hora você pode estar nervoso, outra você está ansioso, é isso.</i>	“Tentar terminar o jogo o mais rápido possível”.	
S7. <i>Eu tremo. Quando, por exemplo, eu tava ganhando de 6x2 – 5x2, sacando para o jogo, 40x0, bom, não me zoe por conta disso, o moleque fez 40 iguais, depois vantagem contra, eu tremi. Na hora que eu tremi o moleque fez 5x5. Aí o moleque fez 6x5, eu tive de devolver o saque dele e fiz 6x6 e aí ele ainda abriu 4 a 0 no tiê break. Eu tava tremendo. Eu não vou esconder: “eu tremo mesmo”. E outra coisa que eu penso quando eu to ansioso que eu falo “puxa eu to ansioso”, é o coração, fica “Tum-tum-tum”, mas aí eu zero fácil porque como eu gosto de prender a respiração, entendeu, você precisa ter alguma coisa assim para diminuir o batimento cardíaco, então é só você respirar fundo (demonstra a respiração) aí já vai entendeu, “Tum Tum” (mais lentamente a narração), você percebe até, diz “nossa, que sensação boa”, entendeu, você está numa aceleração no coração que fica “Tum Tum Tum Tum Tum”, você respira fundo faz “Tum Tum”, fica normal. Acho que é só isso. Nunca percebi mais coisa. Ah, outra coisa também é o suor, frio. Suor frio, essa é outra coisa que também me faz perceber que eu to ansioso. Você não tá cansado, não tá quente, mas você sua. É o nervosismo, entendeu? Isso aí me faz suar frio, foram poucas vezes, entendeu... o que mais me acontece quando eu to ansioso é tremer, mesmo, você treme.</i>	“O que mais me acontece quando eu to ansioso é tremer, mesmo, você treme”.	

S8. Geralmente porque, ah, nos treinos acho que não deve acontecer muito, mas geralmente no jogo quando eu to animado <i>eu to querendo acertar e chego muito rápido, perco o tempo da bola, essas coisas assim e percebo que to ansioso</i> . Tento acalmar um pouco, pego a toalha, acalmo um pouco, sei lá, isso aí é um negócio da minha cabeça.	“Perco o tempo da bola... percebo que to ansioso”.	
S9. Às vezes, <i>eu fico meio atordoado, eu fico muito nervoso, minha cabeça fica meio estranha. E, também, porque eu fico muito agitado antes do jogo, atrapalha durante o jogo, só no meio assim que eu me acostumo que eu me ligo que eu já estou jogando então eu perco um pouco a ansiedade só que eu fico bem agitado. É eu percebo que fico agitado</i> .	“Eu fico muito agitado antes do jogo, atrapalha durante o jogo”.	
S10. <i>Eu percebo porque você sempre sente aquele frio na barriga, você entra meio termo na quadra, você bate bola no começo e fica meio ruim, você percebe insegurança, você sabe que vai ser um jogo mais difícil, seu oponente é maior que você, essas coisas... no começo sempre acontece isso, mas depois você acaba falando vou entrar na quadra e jogar melhor, você pode</i> .	“Eu percebo porque você sempre sente aquele frio na barriga... você sabe que vai ser um jogo mais difícil”.	
S11. <i>Quando eu não to conseguindo fazer o meu melhor, quando eu to com medo de bater na bola, não to conseguindo dar tudo de mim, quando eu to mais preocupado com outras coisas, em não errar, assim, e quando eu não to ansioso eu fico solto e jogo melhor</i> .	“Quando eu não estou conseguindo fazer o meu melhor”.	“Fazer o meu melhor”.
S12. <i>Quando você começa a estourar algumas bolas, você tá num ponto maior disputado aí você começa: “ah, vou matar agora”, e erra a bola, você fica nervoso, você perde a cabeça, você percebe que não ta no mesmo ritmo que você começou o ponto, pra ganhar os pontos rápidos, pra ganhar, você quer ganhar rápido e acaba errando as bolas</i> .	“Você quer ganhar rápido e acaba errando as bolas”.	

QUADRO 4.1: Categorização das ideias centrais e expressões-chave

Categoria	Ideias centrais	Expressões-chave
A. Pensamento e ansiedade. (3)	Entrevistado 01: “Fico ansioso antes dos jogos é quando sei que os jogos são mais difíceis”. Entrevistado 02: “Quando começa a vir muito pensamento que vai dar tudo errado... já é um pensamento da ansiedade”. Entrevistado 05: “Quando eu não conheço o adversário também dá medo”.	S1. Eu fico mais ansioso antes dos treinos. Quando fico ansioso antes dos jogos é quando sei que os jogos são mais difíceis, mais complicados, que eu vou ter que trabalhar bem, então eu já fico mais tenso, um pouco tenso antes dos jogos. S2. Eu acho que quando começa a vir muito pensamento que vai dar tudo errado, você não vai conseguir ganhar, acho que isso daí já é um pensamento

		<p>da ansiedade, você começa a bater, começa a tentar a fazer mais, mais e mais e daí você começa a ficar um pouco nervoso e começa a ficar um pouco mais estressado e daí você sempre quer fazer mais porque você acaba não fazendo o correto então você quer corrigir o seu erro fazendo de novo daí acaba que você erra novamente”.</p> <p>S5. “Eu fico nervoso, dá um frio na barriga, eu fico esperando muito pelo jogo, fico pensando “o que eu vou fazer?” ...depende de quem que eu vou enfrentar, ou às vezes quando eu não conheço o adversário também dá medo”.</p>
<p>B. Ação ansiedade. (5)</p>	<p>e</p> <p>Entrevistado 03: “Você não consegue de jeito nenhum... você percebe que tá ansioso”.</p> <p>Entrevistado 04: “Começo a ficar meio nervoso... daí eu não consigo colocar meu jogo na quadra...”.</p> <p>Entrevistado 08: “Perco o tempo da bola... percebo que to ansioso”.</p> <p>Entrevistado 11: “Quando eu não estou conseguindo fazer o meu melhor”.</p> <p>Entrevistado 12: “Você quer ganhar rápido e acaba errando as bolas”.</p>	<p>S3. Quando você quer muito fazer uma coisa, botar uma bola no fundo, só que você não consegue de jeito nenhum. Aí você pensa: “calma, calma, vamos relaxar que você consegue uma hora”, mas aí é difícil e você percebe que tá ansioso. De vez em quando sinto isso por conta do cansaço físico às vezes você cansa bastante aí você pensa: “calma, calma, relaxa”. A ansiedade acaba desgastando mais o corpo.</p> <p>S4. Acho que começo a ficar meio nervoso, às vezes meio bravo, daí eu não consigo colocar meu jogo na quadra, eu não consigo jogar muito bem também.</p> <p>S8. “Geralmente no jogo quando eu to animado eu to querendo acertar e chego muito rápido, perco o tempo da bola, essas coisas assim e percebo que to ansioso. Tento acalmar um pouco, pego a toalha, acalmo um pouco, sei lá, isso aí é um negócio da minha cabeça”.</p> <p>S11. Quando eu não to conseguindo fazer o meu melhor, quando eu to com medo de bater na bola, não to conseguindo dar tudo de mim, quando eu to mais preocupado com outras coisas, em não errar, assim, e quando eu não to ansioso eu fico solto e jogo melhor.</p> <p>S12. Quando você começa a estourar algumas bolas, você tá num ponto maior disputado aí você começa: “ah, vou matar agora”, e erra a bola, você fica</p>

		nervoso, você perde a cabeça, você percebe que não tá no mesmo ritmo que você começou o ponto, pra ganhar os pontos rápidos, pra ganhar, você quer ganhar rápido e acaba errando as bolas.
C. Sintomas de ansiedade e o jogo. (4)	<p>Entrevistado 06: “Tentar terminar o jogo o mais rápido possível”.</p> <p>Entrevistado 07: “O que mais me acontece quando eu tô ansioso é tremer, mesmo, você treme”.</p> <p>Entrevistado 09: “Eu fico muito agitado antes do jogo, atrapalha durante o jogo”.</p> <p>Entrevistado 10: “Eu percebo porque você sempre sente aquele frio na barriga... você sabe que vai ser um jogo mais difícil”.</p>	<p>S6. “Como faz para perceber? É aquilo que te falo: tentar terminar o jogo o mais rápido possível, tentar matar o ponto logo, sinto uma coisa diferente, diferente de qualquer outra coisa”.</p> <p>S7. “Eu não vou esconder: “eu tremo mesmo”. E outra coisa que eu penso quando eu tô ansioso que eu falo “puxa eu tô ansioso”, é o coração, fica “Tum-tum-tum”, mas aí eu zero fácil porque como eu gosto de prender a respiração, entendeu, você precisa ter alguma coisa assim para diminuir o batimento cardíaco”.</p> <p>S9. “Às vezes, eu fico meio atordoado, eu fico muito nervoso, minha cabeça fica meio estranha. E, também, porque eu fico muito agitado antes do jogo, atrapalha durante o jogo, só no meio assim que eu me acostumo que eu me ligo que eu já estou jogando então eu perco um pouco a ansiedade só que eu fico bem agitado. É, eu percebo que fico agitado.”</p> <p>S10. Eu percebo porque você sempre sente aquele frio na barriga, você entra meio termo na quadra, você bate bola no começo e fica meio ruim, você percebe insegurança, você sabe que vai ser um jogo mais difícil, seu oponente é maior que você, essas coisas... no começo sempre acontece isso, mas depois você acaba falando vou entrar na quadra e jogar melhor, você pode.”.</p>

QUADRO 4.2: Categorização das ancoragens

Entrevistado 12	“Fazer o meu melhor”.
-----------------	-----------------------

QUADRO 4.3: Discurso do sujeito coletivo

Categoria	Discurso do sujeito coletivo
A	<p>“Eu fico mais ansioso antes dos treinos. Quando fico ansioso antes dos jogos é quando eu sei que os jogos serão difíceis, complicados e que eu vou ter que trabalhar bem. Então eu fico mais tenso... Eu fico nervoso. Dá um frio na barriga. Eu fico esperando muito pelo jogo. Fico pensando “o que eu vou fazer?”... Depende de quem que eu vou enfrentar, ou, às vezes, quando eu não conheço o adversário também dá medo”. ...Quando começa a vir pensamento que vai dar tudo errado, você não vai conseguir ganhar. Acho que isso daí já é um pensamento da ansiedade. Depois você começa a bater. Começa a tentar a fazer mais, mais e mais. Você começa a ficar um pouco nervoso. Começa a ficar um pouco mais estressado e daí você sempre quer fazer mais porque você acaba não fazendo o correto. Então você quer corrigir o seu erro fazendo de novo e acaba que você erra novamente”.</p>
B	<p>“Quando você quer muito fazer uma coisa. Botar uma bola no fundo. Só que você não consegue de jeito nenhum. Aí você pensa: “calma, calma, vamos relaxar que você consegue uma hora”. Mas aí é difícil e você percebe que está ansioso. De vez em quando sinto isso por conta do cansaço físico. Às vezes, você cansa bastante, aí você pensa: “calma, calma, relaxa”. A ansiedade acaba desgastando mais o corpo. Acho que começo a ficar meio nervoso, às vezes. Bravo. Daí eu não consigo colocar meu jogo na quadra, eu não consigo jogar muito bem também. Geralmente, no jogo, quando eu estou animado. Eu estou querendo acertar e chego muito rápido e perco o tempo da bola. Essas coisas, assim. E percebo que estou ansioso. Tento acalmar um pouco. Pego a toalha. Acalmo um pouco. Sei lá. Isso aí é um negócio da minha cabeça. Quando eu não estou conseguindo fazer o meu melhor. Quando eu estou com medo de bater na bola. Não estou conseguindo dar tudo de mim. Quando eu estou mais preocupado com outras coisas. Em não errar. Quando eu não estou ansioso, eu fico solto e jogo melhor. Quando você começa a estourar algumas bolas, você está num ponto maior disputado, aí você começa: “ah, vou matar agora” e erra a bola. Você fica nervoso. Você perde a cabeça. Você percebe que não está no mesmo ritmo que você começou o ponto. Para ganhar os pontos rápidos... Você quer ganhar rápido e acaba errando as bolas.”.</p>
C	<p>“Como faz para perceber? É aquilo que te falo: tentar terminar o jogo o mais rápido possível. Tentar matar o ponto logo. Sinto uma coisa diferente. Diferente de qualquer outra coisa. Eu não vou esconder: “eu tremo mesmo”. E outra coisa que eu penso quando eu estou ansioso, eu falo: “puxa, eu estou ansioso”. E o coração fica “Tum-tum-tum”. Mas, aí eu zero fácil. Porque como eu gosto de prender a respiração, entendeu, você precisa ter alguma coisa assim para diminuir o batimento cardíaco. Às vezes, eu fico meio atordoado. Eu fico muito nervoso. Minha cabeça fica meio estranha. E, também, porque eu fico muito agitado antes do jogo. Atrapalha durante o jogo. Só no meio, assim, que eu me acostumo, que eu me ligo, que eu já estou jogando, então eu perco um pouco a ansiedade. Só que eu fico bem agitado. Eu percebo que fico agitado. Eu percebo porque você sempre sente aquele frio na barriga. Você entra meio termo na quadra. Você bate bola no começo e fica meio ruim. Você percebe insegurança. Você sabe que vai ser um jogo mais difícil. Seu oponente é maior que você. Essas coisas... No começo sempre acontece isso, mas depois você acaba falando: vou entrar na quadra e jogar melhor, você pode.”.</p>

TABELA 4: Percentuais das causas da manifestação da ansiedade em treinos e jogos

Porcentagem	Categoria
A = 25%	Pensamento e ansiedade: o pensamento não para.
B = 41,7%	Ação e ansiedade: agitação e erros.
C = 33,3%	Sintomas de ansiedade e jogo: coração acelerado, frio na barriga, nervoso, atordoado.

3. 4. 1 Descrição, interpretação e evolução dos discursos

Como postularam LEFÈVRE & LEFÈVRE (2005b), uma forma (não por certo a única) de conceber as representações sociais, consiste em entendê-las como a expressão do que pensa ou acha determinada população (no caso, tenistas juvenis) sobre determinado assunto (aqui, em quais momentos dos treinos e jogos você percebe que está ansioso?).

Nesse percurso, os discursos coletados junto aos sujeitos, relacionados com as possíveis perdas da concentração nos jogos, apontaram que 25% dos atletas consideraram a ansiedade se manifesta em treinos e jogos através da elevada manifestação cognitiva. Já no discurso de 41,7% dos atletas, a ansiedade foi associada com estado de agitação interna e ocorrência de erros. Por fim, para 33,3%, manifestações fisiológicas (coração acelerado, frio na barriga, nervoso, atordoado) foram descritas como fatores de manifestação da ansiedade em treinos e competições.

O DSC que configurou a categoria A da questão 4 (quatro): “...fico pensando ‘o que eu vou fazer?’... Depende de quem que eu vou enfrentar, ou, às vezes, quando eu não conheço o adversário também dá medo. ...Quando “começa a vir

pensamento que vai dar tudo errado, você não vai conseguir ganhar...”, elucida a ação negativa dos pensamentos no processo de elevação da ansiedade.

Segundo CRATTY (1997) e FRISCHKNECHT (1990), pelo fato de muitos atletas associarem sua autoimagem e autoestima ao resultado dos treinos e competições, é bastante comum a sensação de nervosismo e apreensão antes de suas ações esportivas, pois o que está em jogo, quase sempre, vai muito além do valor financeiro ou dos troféus: a luta interna, o medo da derrota ou da vitória, a dificuldade em lidar com o julgamento interno e externo quase sempre se sobrepõem ao valor de bom desempenho num treinamento ou até mesmo numa vitória ou derrota durante uma partida.

Embora recebam um treinamento adequado nas esferas técnica, física e tática, os atletas costumam apresentar respostas distintas diante de estímulos externos nos treinos e competições, uma vez que as expectativas e pressões são rotineiramente deslocadas para as áreas mental e emocional.

WEINBERG (2008) define a ansiedade como um estado emocional que se caracteriza por nervosismo, preocupação e apreensão, associado com ativação ou excitação do corpo.

Dessa maneira, os autores postularam que a ansiedade apresenta um componente de pensamento, denominado por ansiedade cognitiva, e um componente de ansiedade somática, relacionado com as alterações fisiológicas dos atletas.

Para MARTENS (1990), ansiedade cognitiva no esporte é concebida como as preocupações e as expectativas negativas acerca do rendimento e uma autoavaliação negativa. Este tipo de ansiedade gera pensamentos negativos e preocupações sobre seu rendimento e incapacidade de se concentrar e estar atento aos estímulos relevantes ao rendimento na ação esportiva, seja em treinos ou competições.

SPIELBERGER (1989) asseverou que os fatores geradores de ansiedade cognitiva nos atletas estão associados, entre outros, ao ambiente competitivo, às expectativas de sucesso, ao medo da derrota e ao julgamento externo.

O grau do estado de ansiedade cognitiva de um atleta vai depender da percepção de competência que ele tem dele mesmo (autoimagem), o que se baseia principalmente nas suas próprias experiências competitivas anteriores.

No entanto, situações que não dependem de experiências passadas também podem influenciar na ansiedade cognitiva. A competência e capacidade técnica do adversário, por exemplo, podem facilitar o surgimento de pensamentos contrários ao bom rendimento. Fato comum, tenistas juvenis buscam sempre conhecer as principais habilidades dos oponentes antes de entrar na quadra. Essa ação pode elevar a atuação do campo cognitivo através de pensamentos que desequilibram a energia de ativação física, mental e emocional (SAMULSKI, 2012).

O alto fluxo mental em tenistas apresenta um provável potencial para quebra da concentração, elevação da ansiedade e, conseqüentemente, redução da qualidade do desempenho em treinos e competições (GALLWEY, 1996).

Nesse caso, a agitação interna pode, conforme relataram 41,7% dos atletas pesquisados, promover o aumento dos erros em treinos e competições. O DSC que auxiliou na elaboração da categoria B da questão quatro (4): "... quando eu não estou ansioso, eu fico solto e jogo melhor. Quando você começa a estourar algumas bolas, você está num ponto maior disputado, aí você começa: 'ah, vou matar agora' e erra a bola. Você fica nervoso. Você perde a cabeça. Você percebe que não está no mesmo ritmo que você começou o ponto. Para ganhar os pontos rápidos... Você quer ganhar rápido e acaba errando as bolas.", retrata, com clareza, a ação negativa do estado de agitação interna no rendimento esportivo.

Essa agitação interna, por sua vez, pode favorecer o desenvolvimento de sintomas fisiológicos, como atestaram 33,3% dos tenistas pesquisados. O DSC que auxiliou na elaboração da categoria C da pergunta quatro (4) pode ser observado da seguinte forma: "Sinto uma coisa diferente. Diferente de qualquer outra coisa. Eu não

vou esconder: 'eu tremo mesmo'. E outra coisa que eu penso quando eu estou ansioso, eu falo: 'puxa eu estou ansioso'. E o coração fica 'Tum-tum-tum'. Mas, aí eu zero fácil. Porque como eu gosto de prender a respiração, entendeu, você precisa ter alguma coisa assim para diminuir o batimento cardíaco. Às vezes, eu fico meio atordoado. Eu fico muito nervoso. Minha cabeça fica meio estranha. E, também, porque eu fico muito agitado antes do jogo. Atrapalha durante o jogo. Só no meio, assim, que eu me acostumo, que eu me ligo, que eu já estou jogando, então eu perco um pouco a ansiedade. Só que eu fico bem agitado. Eu percebo que fico agitado. Eu percebo porque você sempre sente aquele frio na barriga.”.

De acordo com MORAES (1998), as manifestações da ansiedade estão divididas em somática e cognitiva. Enquanto a cognitiva está associada a pensamentos duvidosos a respeito de atingir o objetivo de uma vitória ou conquista, ou seja, expectativas e autoavaliação negativas que levam, não raro, o indivíduo ao fracasso, a somática refere-se à autopercepção dos elementos fisiológicos que surgem através de eventos estressores gerando diarreias, aumento da pressão arterial e de batimentos cardíacos, tensão muscular, perda do controle motor, tremedeira, suor na mão e palidez facial, taquicardia, aumento da frequência respiratória, dor de estômago, sudorese e enurese, entre outras.

A ansiedade somática, que pode apresentar ocorrência em maior ou menor grau em treinos e competições, envolve a participação do organismo como um todo, colocando-o em estado de alerta e resultando no aumento dos níveis de adrenalina e cortisol. Ela pode ser representada pela autopercepção dos aspectos fisiológicos provenientes da ansiedade cognitiva (pensamentos desordenados) e está associada a um marcante desequilíbrio fisiológico, podendo produzir diversos sintomas que prejudicam o bom rendimento esportivo (ZUCOLOTO, 2013).

A ansiedade somática pode ser a responsável pelas alterações fisiológicas identificadas através da expressão do comportamento esportivo.

Como citado anteriormente, diversas modificações de caráter fisiológico ocorrem também através da manifestação da ansiedade (competitiva ou de treinamento).

Na visão de Frischnecht (1990), estados ansiosos podem promover elevações significativas do ciclo cardiorrespiratório, estimulando a ocorrência de diversas respostas diretamente associadas com o aumento da ansiedade somática. Os sintomas mais comuns são a taquicardia, sudorese, vertigem, insônia, falta ou excesso de apetite – além de outras manifestações psicofisiológicas que podem prejudicar o rendimento esportivo em treinos e/ou competições.

Diante das diversas modificações fisiológicas que promovem o desequilíbrio orgânico, o prejuízo e perda de qualidade no desempenho se tornam prováveis aos atletas que apresentam esse quadro de comportamento emocional.

Frischnecht (1990) asseverou que as respostas psicofisiológicas associadas às situações estressoras podem favorecer o surgimento precoce de estados de fadiga antes mesmo do término da ação esportiva. O aumento do fluxo do pensamento (ansiedade cognitiva) e o acúmulo de sinais fisiológicos (ansiedade somática) costumam dificultar sobremaneira a manutenção da qualidade da prática do exercício físico – seja ele de caráter recreativo ou competitivo.

4. CONCLUSÕES

Em consonância com os objetivos propostos, os resultados alcançados nesse estudo, considerando as suas justificativas e delimitações, revelaram que:

- O método de pesquisa denominado Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) tornou-se um modelo de investigação capaz de obter depoimentos e de extrair, de cada depoimento, as ideias centrais e/ou ancoragens e suas correspondentes expressões-chave visando identificar e categorizar os discursos proferidos pelos tenistas juvenis a respeito dos fatores de ativação mental e emocional como marcadores que influenciam no desempenho esportivo;
- As categorias discursivas estruturadas pelos discursos dos atletas juvenis de tênis de categorias de base se tornaram um esquema conceitual, referencial e operacional capaz de categorizar os fatores de ativação mental emocional como marcadores que refletem no comportamento e nos desempenhos dos atletas tenistas;
- Os fatores de ativação mental e emocional no comportamento dos atletas juvenis de tênis oscilam entre os discursos proferidos quando relacionados com os estímulos ambientais;
- A ação dos estímulos sociais ambientais (externos) atua como indicadores psicoemocionais no aumento da dispersão dos estados de ansiedade e concentração dos atletas tenistas juvenis;
- Os estímulos sociais ambientais estão associados com eventos ocorridos no transcorrer das competições, cujos aspectos ligados aos estados físicos, sociais e emocionais influenciam nos comportamentos e desempenhos no que diz respeito às avaliações dos treinadores e parentais;
- A perda da concentração se dá devido à elevada carga de pressão em termos cognitivos e emocionais (eventos internos) no transcorrer dos jogos

competitivos, dentro de uma amostragem maior nos discursos proferidos pelos tenistas juvenis.

- Não foram encontradas evidências a respeito se os atletas apresentavam sinais de dispersão, perda de foco e da manutenção de estado de concentração, em momentos envolvidos com suas ações competitivas;
- Foram encontradas evidências de que os fatores de ativação mental e emocional no comportamento dos atletas juvenis de tênis oscilam entre os discursos proferidos quando relacionados à complexidade dos jogos e às habilidades técnicas dos adversários;
- Foram encontradas evidências de que os fatores de ativação mental e emocional no comportamento dos tenistas juvenis oscilam entre seus discursos quando relacionados com os fatores de autorregulação de estados de ansiedade e de concentração;
- Foram encontradas evidências de que os discursos proferidos pelos atletas tenistas apontaram para um possível antagonismo envolvendo os estados de ansiedade e de concentração quanto ao desempenho;
- Os discursos sugerem que os estados de ansiedade, quando muito elevados, influenciam diretamente nos níveis de concentração, gerando dispersões e perda de foco de atenção. Os discursos evidenciaram que os níveis mais apurados de atenção e concentração se acham vinculados a estados de ansiedade e de nervosismo, entre outros fatores, que atuam como marcadores no equilíbrio-desequilíbrio na autorregulação dos estados mentais e emocionais.

Concluiu-se, também, que:

- Os tenistas juvenis sentem que os níveis de ansiedade são mais altos no transcurso das competições e nos períodos que antecedem os torneios;

- Existem evidências de que as manifestações mais acentuadas na manutenção dos estados de ansiedades atuam como indicadores que podem gerar prejuízos na manutenção da concentração competitiva de tenistas juvenis;
- Manifestações e estados de ansiedade (somática e cognitiva) são, portanto, marcadores geradores de danos causados nos desempenhos esportivos;
- Existem evidências, nos discursos de alguns atletas tenistas, de que a elevação de níveis de ansiedade pode ajudar no momento das competições;
- Existem evidências, nos relatos dos tenistas juvenis, de que a presença da ansiedade e/ou aumento da regulação dos níveis internos de energia melhora o foco de atenção e concentração nos treinamentos;
- Existem evidências de que um elevado número de tenistas juvenis apresenta sintomas fisiológicos pelo acúmulo da ansiedade somática antes ou durante as competições, e essas alterações estariam associadas a um elevado fluxo cognitivo que antecede as competições, promovendo alterações nos níveis de regulação interna;
- Existem evidências de que o período da adolescência mobiliza fenômenos psicológicos, sociais, emocionais e afetivos que poderiam ser considerados como marcadores fundamentais nos processos de manutenção da eficiência e eficácia dos desempenhos, especialmente nas competições.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABERASTURY, A. & KNOBEL, M. 2000. **Adolescência Normal: um enfoque psicanalítico**. Porto Alegre: Artmed.

ANSHEL, M. H. 1994. **Sport Psychology: from theory to practice**. Arizona, EUA: Gorsuch Scarisbrick Publishers.

AUGUSTO, E. L. B. S. 2010. **Esporte e “resistência psicológica”: um estudo das características comportamentais de atletas maratonistas**. 141 f. Tese (Mestrado em Psicologia) - Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo.

BACHELARD, G. 2009. **A Filosofia do Não**. Portugal: Editorial Presença.

BARRETO, J. A. 2003. **Psicologia do Esporte para o Atleta de Alto Rendimento**. Rio de Janeiro: Shape Ed.

BERTUOL, L. & VALENTINI, N. C. 2006. Ansiedade competitiva de adolescentes: gênero, maturação, nível de experiência e modalidades esportivas. **Revista de Educação Física**, UEM, Maringá, v. 17, n. 1, p. 65-74.

BRANDÃO, M. R. F. & CARCHAN, D. 2010. Comportamento preferido de liderança e sua influência no desempenho dos atletas. **Motricidade FTCD / CIDESD**, Portugal, vol. 6, n. 1, p. 53-69.

CALLIGARIS, C. 2009. **A adolescência**. São Paulo: Publifolha.

CAMPOS, D. M. H. 1987. **Psicologia da Adolescência**. Rio de Janeiro: Vozes.

CLOUTIER, R. & DRAPEAU, S. 2012. **Psicologia da Adolescência**. Petrópolis: Vozes.

COLE, M. & COLE, S. R. 2003. **O desenvolvimento da criança e do adolescente**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed.

CONTI, M. A.; BERTOLIN, M. N. T. & PERES, S. V. 2008. A mídia e o corpo: o que o jovem tem a dizer? **Ciência & Saúde Coletiva**, [online], v. 15, n. 4, p. 2095-2103.

COSTA, J. M. & MASSA, M. 2006. O processo de detecção e seleção de talentos no handebol. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 5, n. 1, p. 85-93.

COUTINHO, M. 2013. “Prepara Marília Coutinho, Brasil”- Relato de caso com base no conceito de prontidão competitiva. *In*: COZAC, J. R. L. (Org.) **Psicologia do Esporte: atleta e ser humano em ação**. São Paulo: Roca.

COZAC, J. R. L. 2005. Energia de Ativação. *In*: COZAC, J. R. L. (Org.) **Psicologia do esporte: clínica, alta performance e atividade física**. São Paulo: Annablume.

COZAC, J. R. L. & COUTINHO, M. 2013. Você está pronto? Talento, preparação e prontidão competitiva. *In*: COZAC, J. R. L. (Org.) **Psicologia do Esporte: atleta e ser humano em ação**. São Paulo: Roca.

CRATTY, B. J. 1997. **Psicologia no esporte**. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil.

DE ROSE JUNIOR, D. (Org.). 2002. **Esporte e atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar**. Porto Alegre: Artmed.

DE ROSE JUNIOR, D. & VASCONCELLOS, E. G. 1997. Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 148-154.

DIAS, C. S. L. 2005. **Do stress e ansiedade às emoções no desporto: da importância da sua compreensão à necessidade da sua gestão**. 587 f. Tese (doutorado em Psicologia do Esporte) - Universidade do Minho, Portugal.

DIAS, M. C.; MATSUDO, S. M.; CONTI, M. A. & MATSUDO, V. R. 2007. Percepção da influência da atividade física na vida de mulheres acima de 60 anos de idade. O que o discurso revela? **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 15, n. 3, p. 87-94.

ERIKSON, E. 2013. **Identity: Youth and crisis**. Canadá: W. W. Norton & Comp.

FAIGENBAUM, A. & WESTCOTT, W. 2001. **Força e Potência para Atletas Jovens**. Barueri: Manole.

FEIJÓ, O. G. 1998. **O preparo psicológico. Psicologia para o esporte: corpo e movimento**. Rio de Janeiro: Ed. Shape.

FELTZ, D. L. 1992. The nature of sport psychology. *In*: HORN, S. T. **Advances in sport psychology**. Illinois, EUA: Human Kinetics Publishers.

FIGUEIREDO, S. H. 2007. Variáveis que interferem no desempenho do atleta de alto rendimento. *In*: RUBIO, K. (Org.) **Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção**. 2. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo.

FRANCO, G. S. 2000. **Psicologia no Esporte e na Atividade Física**. São Paulo: Editora Manole.

FREUD, S. 1975. **O ego e o id**. Coleção das obras de Freud, livro 14. Rio de Janeiro, Imago.

FRISCHKNECHT, P. J. 1990. A influência da ansiedade no desempenho do atleta e do treinador. **Revista Treino Desportivo**. Lisboa, II série, n. 15, p. 21-28.

GALLATIN, J. 1986. **A Adolescência e a Individualidade**. São Paulo: Harbra.

GALLWEY, T. W. 1996. **O jogo interior do tênis**. São Paulo: Textonovo.

GESELL, A.; FRANCES, I. L. G. & AMES, L. 1978. **O jovem dos 10 anos aos 16 anos**. 1. ed. Nova Iorque: Harper & Row.

GOMES, V. L. O.; TELLES, K. S. & ROBALLO, E. C. 2009. Grupo focal e discurso do sujeito coletivo: Produção de conhecimento em saúde de adolescentes. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 4, p. 856-862.

GOULD, D.; GREENLEAF, C. & KRANE, V. 1996. The arousal-athletic performance relationship: Current status and future directions. *In*: HORN, T. (Ed.) **Advances in sport psychology**. 2. ed. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.

HANIN, Y. L. 1997. Emotions and athletic performance: Individual zones of optimal functioning. **European Yearbook of Sport Psychology**, Dinamarca, v. 1, p. 29-72.

HARRIS, R. 1984. **The Athlete's Guide to Sports Psychology: mental skills for physical people**, Illinois, EUA: Human Kinetics Publishers.

JACOBBER, A. E. 2011. **The adolescent journey: An interdisciplinary approach to practical youth ministry**. EUA: Ed. IVP Books.

JODELET, D. (Org.) 2009. **Representações sociais: interdisciplinaridade e diversidade de paradigmas**. Brasília, DF: Thesaurus.

JONES, G. 1993. The role of performance profiling in cognitive behavioral interventions in sport. **The Sport Psychologist**, Illinois, EUA, n. 7, n. 2, p. 160-172.

KORSAKAS, P. 2002. O esporte infantil: as possibilidades de uma prática educativa. *In*: DE ROSE JUNIOR, D. (Org.) **Esporte e atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar**. Porto Alegre: Artmed.

LANDERS, D. M. & BOUTCHER S. H. 1998. Arousal-performance relationships, *In: WILLIAMS, J. M. (Ed.) Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. Palo Alto, CA: Mayfield

LEFÈVRE, F. 2003. **O Discurso do Sujeito Coletivo**. Caxias do Sul: EducS.

LEFÈVRE, F. & LEFÈVRE, A. M. C. 2005a **Depoimentos e Discursos: Uma proposta de análise em pesquisa social**. Brasília: Líber.

LEFÈVRE, F. & LEFÈVRE, A. M. C. 2005b. **O Discurso do Sujeito Coletivo**. Caxias do Sul: EducS.

LEFÈVRE F. & LEFÈVRE A. M. C. 2006. O sujeito coletivo que fala. **Interface**, Botucatu [online], v.10, n. 20, p. 517-524.

LEFÈVRE, F. & LEFÈVRE, A. M. C. 2010. **Pesquisa de Representação Social. Um enfoque qualiquantitativo. A metodologia do Discurso do Sujeito Coletivo**. Brasília: Editora Liberlivro.

LEONTIEV, A. 1978. **O desenvolvimento do psiquismo**. Lisboa: Livros Horizontes.

LESSARD-HÉBERT, M.; GOYETTE, G. & BOUTIN, G. 1994. **Investigação qualitativa: fundamentos e práticas**. Lisboa: Instituto Piaget.

MAHONEY, M. & MEYERS, A 1989. Anxiety and athletics performance: traditional and cognitive-developmental perspectives, *In: D. HACKFORT & C. SPIELBERGER (Eds.) Anxiety in sports: an international perspective*. Nova York: EUA.

MARTENS, R. 1990. **Competitive Anxiety in Sport**. Illinois, EUA: Human Kinetics Publishers.

MASSA, M.; UEZU, R. & BOHME, M. T. S. 2010. Judocas olímpicos brasileiros: fatores de apoio psicossocial para o desenvolvimento do talento esportivo. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 4, p. 471-481.

MESQUITA, R. M. & TODT, N. S. 2000. A Especialização Esportiva precoce e a maturação biológica: investigando a base do Olimpismo. **Perfil**, Porto Alegre, ano 4, n. 4, p. 83-87.

MEYER, M. 2004. **Tênis muito mais que um jogo**. Rio de Janeiro: Do Autor.

MITRA, G. & MOGOS, A. 1982. **O Desenvolvimento das Habilidades Motoras no Jovem Atleta**. Lisboa: Livros Horizonte.

MORAES, L. C. 1998. Ansiedade e desempenho no esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 4, n. 2, p. 51-56.

MOSCOVICI, S. 1976. **Social influence and social changes**. Londres: Academic Press.

MOSCOVICI, S. 2003. **Representações Sociais – Investigações em Psicologia Social**. Petrópolis: Vozes.

MURRAY, E. J. 1965. **Motivação e Emoção**. Rio de Janeiro: Zahar Editores.

NETTO, S. P. 1979. **Psicologia da adolescência**. São Paulo: Pioneira.

RAGLIN, J. S. 1992. Anxiety and sport performance. *In*: HOLLOSZY, J. O. (Ed.). **Exercise and Sport Sciences Reviews**, v. 20, Baltimore: Williams & Wilkins.

RIEBER, R. W. & ROBINSON, D. K. 2004. **The Essential Vygotsky**. Reino Unido: Ed. Springer.

SAMULSKI, D. 2007. **Psicologia do Esporte**. Barueri: Manole.

SAMULSKI, D. 2009. Atenção e concentração. *In*: SAMULSKI, D. **Psicologia do Esporte conceitos e novas perspectivas**. 2. ed. Barueri: Manole.

SAMULSKI, D. 2012. **Treinamento Mental no Tênis**. Barueri: Manole.

SANCHES, S. M. & DIAS, J. D. 2008. Um olhar positivo sobre a psicologia do esporte: contribuições da psicologia positiva. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v. 2, n. 2, p. 1-22.

SANCOVSCHI, B. 2007. Sobre a noção de representação em S. Moscovici e F. Varela. **Psicologia & Sociedade** [online], v. 19, n. 2, p. 7-14.

SANTROCK, J. W. 2013. **Adolescência**. Porto Alegre: Artmed.

SCANLAN, T. K. 1986. Competitive stress in children. *In*: WEISS, M. R. & GOULD, D. **Sport for children and youths**. Illinois, EUA: Human Kinetics Publishers.

SCANLAN, T. K. & LEWTHWAITE, R. 1988. From stress to enjoyment: Parental and coach influences on young participation. *In*: E. W. BROWN & C. F. BRANTA (Eds.) **Competitive sports for children and youth**. Illinois, EUA: Human Kinetics Publishers.

SILVA, I. R.; SOUSA, F. G. M.; SILVA, A. C. O.; NOGUEIRA, A. L. A.; BARBOSA, D. C. & SILVA, T. P. 2012. Relacionamentos familiares no discurso de adolescentes escolares: contribuições para a enfermagem. **Revista Ciência, Cuidado e Saúde**. Paraná, v. 11, n. 1, p. 121-128.

SINGER, R. N. 1977. **Psicologia dos esportes**. São Paulo: Harbra.

SINGER, R. N. 1997. **Psicologia dos Esportes: Mitos e Verdades**. 2. ed. São Paulo: Editora Harper & Row do Brasil Ltda.

SPENCE, J. T. & SPENCE K. W. 1966. The motivational components of manifest anxiety: Drive and drive stimuli. *In*: SPIELBERGER, C. D. (Ed.) **Anxiety and behavior**. Nova York: Academic Press.

SPIELBERGER, C. D. 1989. **Measuring anxiety in sports, perspectives and problems**. Nova York: Hemisphere P. C. Hackfort.

STEFANELLO, J. M. F. 2007. Fatores perturbadores de concentração: um estudo de caso com campeões olímpicos no vôlei de praia. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 121-133.

TOMIO N. A. O. & FACCI, M. G. D. 2009. Adolescência: uma análise a partir da psicologia sócio-histórica. **Revista Teoria e Prática da Educação**. Paraná, v. 12, n. 1, p. 89-99.

VALLE, L. E. L. R. & MATTOS, M. J. V. M. 2011. Adolescência: as contradições da idade. **Revista Psicopedagogia** [online], v. 28, n. 87, p. 321-323.

VYGOTSKY, L. 2000. **A construção do pensamento e da linguagem**. São Paulo: Martins Fontes.

WALLHEAD, T. L. & NTOUMANIS, N. 2004. Effects of a sport education intervention on students' motivational responses in physical education. **Journal of Teaching in Physical Education**. Illinois, EUA, v. 23, p. 4-18.

WEINBERG, R. S. 2008. Ativação, estresse e ansiedade. *In*: WEINBERG, R. S. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed.

WEINBERG, R. S. & GOULD, D. 2011. **Foundations of sport and exercise psychology**. Illinois, EUA: Human Kinetics Publishers.

ZUCOLOTO, T. C. 2013. Correlações entre ansiedade e concentração no esporte. *In*: COZAC, J. R. L. **Psicologia do esporte atleta e ser humano em ação**. 1. ed. São Paulo: Roca.

APÊNDICE A: Discursos dos Sujeitos na íntegra

- **Questão 1** - Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nos treinamentos? De que forma?
- **Questão 2** - Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nas competições? De que forma?
- **Questão 3** - Em quais momentos dos jogos você percebe que perde sua concentração?
- **Questão 4** - Como você percebe que está ansioso em treinos e jogos?

Sujeito 1

1) Nos treinos eu não sinto, nada de ansiedade, só treino e tento fazer o meu melhor, geralmente, mas eu não sinto nada de ansiedade quando eu vou treinar, nada do tipo.

2) Dificilmente eu fico ansioso durante as competições, mas quando eu fico às vezes um pouco ansioso, tudo, é um mais antes de entrar na quadra, tal, e a hora que eu entro na quadra, isso, pra mim já... na hora que começa o bate bola, isso pra mim já, isso já apaga e eu já fico normal e não sinto mais nada, mas raramente eu sinto alguma ansiedade antes dos jogos ou treinamentos.

3) Ah eu perco mais a concentração quando fico mais irritado, começo a errar muito saio mais da minha zona de conforto e começo a perder a cabeça e fico muito descontrolado e não consigo, às vezes não dá para voltar para o jogo, às vezes é bem difícil quando acontece isso.

4) Ah, eu fico mais ansioso antes dos jo... nos treinos eu não fico ansioso mas quando fico ansioso antes dos jogos é quando sei que os jogos são mais difíceis,

mais complicados, que eu vou ter que trabalhar bem, então eu já fico mais tenso, um pouco tenso antes dos jogos.

Sujeito 2

1) É, então, eu acho que atrapalha um pouco sim porque acaba que eu tenho torneio no fim de semana, então eu acabo tentando fazer o meu melhor e às vezes, quando eu não consigo fazer o meu melhor eu sempre quero, é, consertar o erro, às vezes eu treino depois do treino, é, pra tentar consertar o que eu fiz de errado e às vezes não dá certo então eu fico ansioso achando que vai dar tudo errado na hora do torneio. Eu acho que é assim que atrapalha.

2) Sim, acho que atrapalha porque, é, às vezes um dia antes ou até horas antes do jogo você fica pensando sempre no pior no que pode acontecer e não no positivo da situação sempre sou, sempre penso no negativo, então você acaba pensando que vai dar tudo errado, daí você começa a ficar ansioso e chega na hora do jogo, se você vê que algum golpe seu não tá dando, não tá entrando, é, você já fica mais ansioso ainda, aí começa a bater umas bolas que você não deveria bater, começa a fazer as escolhas erradas daí você tem que saber administrar senão pode ir tudo por água abaixo.

3) Geralmente quando você tá perdendo, você vê que, é, você fez muitas coisas erradas que você não deveria ter feito, é, não tá jogando da forma correta, aí você vê que pode ser porque você perdeu a sua concentração.

4) Então, eu acho que quando começa a vir muito pensamento do ... de que ah, vai dar tudo errado, você não vai conseguir ganhar, acho que isso daí já é um pensamento da ansiedade, você começa a bater, começa a tentar a fazer mais, mais e mais e daí você começa a ficar um pouco nervoso e começa a ficar um pouco mais estressado e daí você sempre quer fazer mais porque você acaba não fazendo o correto então você quer corrigir o seu erro fazendo de novo daí acaba que você erra novamente então às vezes acontece que você vai, treina daí você fala pô hoje eu

não joguei direito, quero fazer de novo, só que aí você faz de novo errado, então, aí acaba que é em dobro o seu prejuízo

Sujeito 3

1) Ahn, eu acho que, que a ansiedade consegue atrapalhar nos treinos (risos), não sei explicar...deixa eu pensar... quando você, por exemplo, você tá, você tá num dia ruim, por exemplo. Você começa a, a errar bola e você tem um torneio, por exemplo, nesse mesmo fim de semana, aí você fica ansioso para conseguir acertar, nisso você vai errando, errando, até que você chega no ponto que você vai jogar e você toma um... você joga bem mal.

2) Ahn, deixa eu ver...nas competições? ... é... eu to pensando...ela atrapalha quando você está prestes a ganhar. Quando você tá quase ganhando, dá, dá, bate aquele nervosismo e a bola começa a sair. Isso atrapalha bastante, mas aí é só se controlar que começa a entrar.

3) Quando você perde a concentração? Quando você... quando você começa a errar muita bola. Se você errar três bolas seguidas você já desaba e já perde o game e pode perder o set nesse game perdido. Aí você perde a concentração com certeza.

4) Como você percebe? Ahn, quando você quer muito fazer uma coisa, tipo botar uma bola no fundo, só que você não consegue de jeito nenhum. Aí você pensa: “calma, calma, vamos relaxar que você consegue uma hora”, mas aí é difícil e você percebe que tá ansioso. De vez em quando sinto isso por conta do cansaço físico às vezes você cansa bastante aí você pensa: “calma, calma, relaxa”. A ansiedade acaba desgastando mais o corpo.

Sujeito 4

1) Bom, nos treinamentos eu acho que ela não atrapalha muito, tá. Acho que é mais nos jogos mesmo. No treino me sinto bem solto, não tenho nenhuma

responsabilidade, sabe? Então eu não sinto nenhuma pressão e nenhuma ansiedade.

2) Atrapalha um pouco, sim. Às vezes quando o jogo tá ficando muito fácil, muito fácil para o meu lado aí eu começo a desligar, aí eu fico ansioso por que to perdendo, aí ... é estranho, é engraçado... por exemplo, eu to na frente do placar, depois eu vejo que o cara tá encostando aí eu fico “nossa, o que eu faço agora, entendeu?”.

3) Sempre quando tá muito fácil você perde a concentração, pra mim. Quando tá muito fácil eu fico pensando em outras coisas – não me ligo muito no jogo , é mais assim. Se o jogo tá pegado, muito difícil assim, eu fico muito focado no jogo – do contrário, às vezes eu desligo.

4) Acho que, começo a ficar meio nervoso, às vezes meio bravo, daí eu não consigo colocar meu jogo na quadra, eu não consigo jogar muito bem também, deixa eu pensar um pouco...

Sujeito 5

1) É, depende, às vezes quando eu to numa semana ruim, eu to jogando mal, eu sempre fico “ah! Eu queria jogar melhor, eu queria treinar melhor”, aí venho pro treino já meio que para baixo, aí eu acabo treinando pior. Às vezes quando eu passo um tempão sem treinar por causa de prova, essas coisas, aí eu dou uma desencanada, aí eu, às vezes, jogo melhor assim, você meio que desencana, e, normalmente, nos treinos normais, eu não tenho muita ansiedade na hora dos treinos.

2) É.. eu tenho muita ansiedade nas competições porque, sei lá, é.... todo mundo tem vontade de ganhar, assim, aí a gente primeiro toda vez que faço um game, assim, aí eu penso “ufa, não perdi de zero” (6x0). . Eu sempre penso assim, e, a ansiedade às vezes atrapalha sim porque eu fico muito nervoso na hora, aí meu saque sai fraco, aí eu prendo o braço, mas aí depois do segundo game, assim, eu me sinto mais solto aí jogo melhor e também a ansiedade atrapalha nos pontos principais, tipo quando o menino vai fechar um game, essas coisas porque aí eu fico “ai meu Deus, ele vai

fechar, ele vai fechar” e aí eu fico com medo de errar para ele não fechar e aí eu acabo me prejudicando.

3) Ah, tipo fico pensando em muitas coisas que não tem a ver com o jogo e aí, tipo, quando percebo já perdi um ponto que, tipo, eu poderia ganhar na boa, bem fácil. Normalmente eu fico ansioso demais e paro de pensar o jogo como tinha treinado e como deveria.

4) Ai, eu fico nervoso, aí eu, sei lá, dá um frio na barriga, assim, é, eu fico muito, esperando muito pelo jogo, fico pensando “o que eu vou fazer?” Não vou fazer o que fiz da última vez. Fico pensando um monte de coisa, tipo do que fazer e, como vai ser e como não pode ser e aí eu começo a ficar muito nervoso, assim, com medo às vezes, depende de quem que eu vou enfrentar, ou às vezes quando eu não conheço o adversário também dá medo que eu não sei que perigo, entre aspas, eu vou tá enfrentando...

Sujeito 6

1) Eu acho que a ansiedade não atrapalha não, pois lá é a hora de você tentar fazer o seu melhor pra poder melhorar, então não é hora de ficar se comparando, ficar bravo, então a ansiedade não me afeta nos treinos.

2) Ah, eu acho que ela atrapalha. Vamos supor, você está no meio de um jogo e aí vem aquela ansiedade de você querer logo matar o ponto, tipo, você erra a bola, displicente, assim, é... gasta toda a sua energia no começo do jogo também. Eu acho que no jogo ela atrapalha bem.

3) Ah, normalmente quando você erra uma bola fácil, você fica bravo, perde sua concentração, e na hora que vou sacar de novo esquece o ponto passado, vamos para o novo.

4) Como faz para perceber? É aquilo que te falo: tentar terminar o jogo o mais rápido possível, tentar matar o ponto logo, sinto uma coisa diferente, diferente de qualquer outra coisa, por isso que eu gosto do tênis, é um esporte muito momentâneo, uma

hora você pode estar muito bem, outra hora você pode estar nervoso, outra você está ansioso, é isso...

Sujeito 7

1) No treino? Ansiedade no treino? No treino, treino, não. Treino acho que não. Treino é tranquilo. Só no treino quando é jogo e você tá jogando contra gente que você considera que joga há menos tempo ou gente nova, aí a ansiedade atrapalha principalmente na hora do saque.

2) Olha, no jogo eu sou muito cabeça fria, eu ... não me atrapalha nem um pouco, é...mais ou menos eu mudo de pessoa, eu acho que eu tenho mais ansiedade no treino do que no jogo, entendeu?. No jogo eu acabo me focando mais ... é lógico que antes do jogo, a ansiedade, quando você vai jogar contra cabeça de chave, a ansiedade é muita, mas na hora que entro na quadra, vira outro mundo, assim, entendeu, parece que de um mundo de trevas, vai para um mundo de arco-íris. Vai super de boa, super de boa. Por exemplo, a parte que eu tenho mais ansiedade no jogo é para fechar set. Fechar set é o que tenho mais ansiedade. Principalmente quando to sacando. Dessa forma me atrapalha. Me atrapalha mesmo. Já aconteceu isso comigo, nunca mais, eu falei, na minha vida, nunca mais, ganhei o primeiro set 6x2 e tava ganhando o segundo 5x2 , tive que sacar para ganhar o jogo – o moleque fez 6x5 em mim aí tive de buscar ganhando no tie break 7x6 , nunca mais falei na minha vida e nunca mais me atrapalhou a ansiedade no jogo.

3) Quando acontece de eu perder a concentração... quando o pai do cara é muito chato ou quando o cara é muito chato mesmo. Na verdade, quando o cara é muito chato, não que eu perca a concentração, eu fico de boa. Eu perco a concentração quando o cara rouba que aí eu ... quando eu acho que o cara rouba eu falo, “pode marcar, mas foi boa?” – isso aí me faz perder a concentração, mas nem tanto. O que me faz perder a concentração mesmo é quando o pai do cara é muito chato e fica dando dica pra ele que eu olho e paro de fazer o que eu tô fazendo e fico olhando para ele feio, assim, entendeu, tipo “você não vai ficar fazendo isso aqui na minha

frente”, mas tipo, quase nada no jogo, assim, sou muito focado assim, eu acho , parece que, assim, de vez em quando, quando to na quadra, assim, na virada do jogo, eu to meio brisando, ah, eu sou uma pessoa brisada, não tenho nada para esconder, só que na hora do jogo parece que eu to em outro mundo mas na verdade eu to me concentrando no que eu vou fazer , entendeu? Como é que eu vou jogar o próximo ponto, tentando achar os pontos fracos do adversário, entendeu? Isso quando o jogo tá difícil, principalmente.

4) Eu tremo (risos), eu tremo. Quando, por exemplo, esse exemplo que eu dei. Eu tava ganhando de 6x2 – 5x2, sacando para o jogo, 40 x 0, bom, não me zoe por conta disso, o moleque fez 40 iguais, depois vantagem contra, eu tremi. Na hora que eu tremi o moleque fez 5 x 5. Aí o moleque fez 6x5, eu tive de devolver o saque dele e fiz 6x6 e aí ele ainda abriu 4 a 0 no tié break. Eu tava tremendo. Eu não vou esconder: “eu tremo mesmo”. E outra coisa que eu penso quando eu to ansioso que eu falo “puxa eu to ansioso”, é o coração, fica “Tum-tum-tum” (rápida narração), mas aí eu zero fácil porque como eu gosto de prender a respiração, entendeu, você precisa ter alguma coisa assim para diminuir o batimento cardíaco, então é só você respirar fundo (demonstra a respiração) aí já vai entendeu, “Tum Tum” (mais lentamente a narração), você percebe até, diz “nossa, que sensação boa” , entendeu, você está numa aceleração no coração que fica “Tum Tum Tum Tum Tum” (rápida narração), você respira fundo faz “Tum Tum” (narração lenta), fica normal. Acho que é só isso. Nunca percebi mais coisa. Ah, outra coisa também é o suor, frio. Suor frio, essa é outra coisa que também me faz perceber que eu to ansioso. Você não tá cansado, não tá quente, mas você sua. É o nervosismo, entendeu? Isso aí me faz... Suar frio, foram poucas vezes, entendeu... o que mais me acontece quando eu to ansioso é tremer, mesmo, você treme.

Sujeito 8

1) Como assim, ansiedade de jogar? Não, muito... às vezes eu to jogando pouco mal, errando muito, daí atrapalha...porque aí eu começo, não a ficar bravo, só

começo a ficar chateado porque não acerto aí atrapalha um pouco porque erra mais, mas às vezes eu consigo recuperar a cabeça e aí volta ao normal.

2) Então, é que quando eu entro no jogo , eu ficava muito nervoso geralmente , aí atrapalhava bastante no começo, mas depois ia passando no meio, assim, eu ficava tranquilo já, mas no começo atrapalhava bastante, então atrapalhava o jogo inteiro quando o menino começava com vantagem, mas, é... depois, agora, assim, esse ano já entro na quadra como se fosse entrar no treino.

3) Nos momentos em que ... é que depende muito do jogo né...não são em todos os jogos. Mas assim, tem alguns jogos que, geralmente quando eu ou o menino fecha o set. às vezes eu começo a desconcentrar um pouco daí eu falo “preciso voltar”, assim, às vezes volta, às vezes não volta como tava antes, mas volta um pouco.

4) Não sei ...geralmente porque , ah, nos treinos acho que não deve acontecer muito, mas geralmente no jogo, é... às vezes quando eu to... animado, assim, geralmente, e aí eu começo a... sabe , eu to querendo acertar e chego muito rápido , perco o tempo da bola, essas coisas assim e percebo que to ansioso. Tento acalmar um pouco, pego a toalha, acalmo um pouco, sei lá, isso aí é um negócio da minha cabeça.

Sujeito 09

1) Ah, nos treinamentos, em grande parte, assim, não sinto muito ansiedade não. É só mesmo em torneio que a gente fica bem ansioso porque sei lá, vai ganhar, vai ganhar troféu, pode pegar um melhor ranking, não sei, durante o treino não sinto ansiedade não, só se for num dia antes do campeonato às vezes a gente fica meio ansioso porque a gente quer ver se a gente está jogando bem para ir bem nos campeonatos.

2) Sim, eu acho que atrapalha bastante porque quando a gente está bastante ansioso, às vezes a gente não consegue fazer o que quer , tipo a gente treina bastante pra fazer do jeito certo só que , às vezes quando você tá muito ansioso você não consegue fazer do jeito que você quer. Só que às vezes eu consigo controlar, tem vezes que sim, tem vezes que não, mas atrapalha sim.

3) Às vezes é meio difícil perder a concentração, mas, é... quando eu perco bastante assim um game de lavada, assim. Sei lá, tá 4 a 0 pro menino e eu percebi meio que esses quatro games eu entreguei pra ele e aí eu me sinto mal porque eu sei que eu consigo fazer melhor que isso às vezes, eu, meio, que isso atrapalha também.

4) É, às vezes eu fico meio atordoado assim, que, como às vezes eu fico muito nervoso, não sei, minha cabeça fica meio estranha assim. E também porque, como, eu fico também muito agitado antes do jogo, atrapalha durante o jogo, só no meio assim que eu me acostumo que eu me ligo que eu já estou jogando então eu perco um pouco a ansiedade só que, é meio isso assim, eu fico bem agitado. É, eu percebo que fico agitado.

Sujeito 10

1) Ah, tipo, quando eu paro de treinar que nem agora que eu machuquei o pulso , tipo acabei de voltar, eu acabo ficando um pouco, tipo, mais bravo – porque eu sei que eu posso jogar melhor. Eu sei que eu jogava melhor antes e não to conseguindo pegar meu ritmo – então eu acabo ficando mais bravo, mas em treinos normais, não me atrapalha nada. Não sinto nada de ansiedade. Eu chego no treino como eu chego em casa ou em qualquer lugar.

2) Bom, no começo é sempre pior né.. quando começa, no primeiro jogo, eu não quero nem pegar na minha raquete. Aí depois você vai acostumando, mas sempre tem aquele friozinho na barriga que todo mundo fala. Ela atrapalha um pouco assim se você tiver muito nervoso antes porque você não consegue jogar o que você sabe, você não consegue fazer nada, você não consegue pensar . É.. por exemplo, agora eu parei de jogar ano passado e vou começar a voltar agora porque eu tinha machucado. Eu vou entrar, lógico, meio... vou entrar pior na quadra , é.. porque faz tempo que eu não jogo então, vai atrapalhar um pouco mas é normal , tipo, vai atrapalhar só um pouco, mas é normal.

3) Ah, eu fico muito bravo, tipo eu não tenho muita cabeça, quer dizer, eu tenho cabeça mas eu perco a cabeça quando eu to errando muito ou quando eu erro uma

bola que é muito fácil e eu podia fazer um ponto e era um ponto importante tipo 40 iguais ou 30 x 40 ou alguma coisa assim.

4) Ah, eu percebo porque você sempre sente aquele frio na barriga , você entra meio termo na quadra , você bate bola no começo e fica meio ruim , você percebe, tipo, insegurança, você sabe que vai ser um jogo mais difícil , seu oponente é maior que você, essas coisas...no começo sempre acontece isso, mas depois você acaba falando entrar na quadra e jogar melhor, você pode...

Sujeito 11

1) É.. não, no treino eu não sinto ansiedade , é.. no jogo eu fico um pouco nervoso, mas não atrapalha.. às vezes ajuda para ficar no clima do jogo . Ah, no treino não tenho ansiedade e no jogo um pouco, mas normal, assim, não atrapalha.

2) É... não, não acho que atrapalha, acho que ela – é.. ela, como posso falar.... ela te ajuda porque, por ser um pouco diferente... ahh... ficando ansioso, assim, você diferencia o treino do jogo, você joga de um jeito diferente, mais concentrado, com mais vontade. A ansiedade pode ser até boa assim, se for um pouquinho, para você se concentrar, assim, se focar , não muito, um pouco.

3) Quando eu faço coisa que não podia fazer, quando eu faço besteira na hora que não precisava , tipo, quando eu, por exemplo, quando eu começo a arriscar a bola que não precisava arriscar e, tento fazer coisa que eu não consigo fazer, assim, aí fico mais agitado . Ah, eu vou, tipo assim, quando eu começo a perder, assim, eu, tipo, quando começo a perder, 1, 2, 3 games seguidos eu penso: “alguma coisa tá errada”, aí eu sento ali na grade e foco de novo, penso pra esquecer, assim o que eu errei e vou em frente pra fazer menos erros.

4) Quando eu não to conseguindo fazer o meu melhor , quando eu to com medo de bater na bola, não to, não to conseguindo dar tudo de mim, quando eu to mais preocupado com outras coisas, em não errar, assim, e quando eu não to ansioso eu fico solto e jogo melhor.

Sujeito 12

1) Ah, eu acho sim, porque tipo quando você tá afobado em acertar a bola você acaba errando, e se você, tipo, errar uma bola e começar a reclamar você vai errar quanto mais bolas forem.

2) Eu acho que no jogo é mais ainda porque no jogo se você quer , tipo, você tem que tomar decisões se você quer, tipo, uma bola curta, uma bola longa, se você quer dar um *winner*, se você quer controlar a bola, e às vezes você quer uma coisa mas não é a bola que você tem que dar no momento , então, tipo, se você ficar muito afobado para dar um *winner*, tipo, se você tentar dar um *winner*, provavelmente você vai errar, aí você fica ansioso para ganhar o ponto logo.

3) É... quando você fica nervoso, o cara começa a acertar bastante bolas e você não consegue acertar as mesmas bolas que ele, às vezes, às vezes quando ... ah, depende do caso, se for tipo, um interclubes, que tem, tipo, a torcida do clube contra a do outro clube , tipo, a pressão é maior de entrar na quadra e... é isso.

4) Quando você começa a estourar algumas bolas, tipo, você tá num ponto maior disputado aí você começa : “ah, vou matar agora”, e erra a bola, você fica nervoso, você... você perde a cabeça, você percebe que, você percebe que você não ta no mesmo ritmo que você começou o ponto, pra ganhar os pontos rápidos, pra partir pra... pra ganhar, você quer ganhar rápido e acaba errando as bolas.

ANEXO A: Ficha do aluno

Janus - Sistema Administrativo da Pós-Graduação

Universidade de São Paulo
Escola de Educação Física e Esporte
FICHA DO ALUNO

39133 - 8241313/1 - João Ricardo Lebert Cozac

Email:	jrcozac@usp.br
Data de Nascimento:	06/12/1969
Cédula de Identidade:	RG - 16.496.086-7 - SP
Local de Nascimento:	Estado de São Paulo
Nacionalidade:	Brasileira
Graduação:	Psicólogo - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo - São Paulo - Brasil - 1995
Graduação:	Bacharel em Psicologia - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo - São Paulo - Brasil - 1995
Mestrado:	Mestre em Educação, Arte e História da Cultura (1) - Universidade Presbiteriana Mackenzie - São Paulo - Brasil - 2002

Curso:	Doutorado
Programa:	Educação Física
Área:	Pedagogia do Movimento Humano
Data de Matrícula:	13/12/2012
Início da Contagem de Prazo:	06/08/2012
Data Limite para o Depósito:	08/08/2016
Orientador:	Prof(a). Dr(a). Antonio Carlos Simões - 13/12/2012 até o presente. E-Mail: acsimoes@usp.br
Proficiência em Línguas:	Inglês, Aprovado em 13/12/2012
Prazo Máximo para Inscrição no Exame de Qualificação:	08/12/2014
Data de Aprovação no Exame de Qualificação:	
Data do Depósito do Trabalho:	
Título do Trabalho:	
Data Máxima para Aprovação da Banca:	
Data de Aprovação da Banca:	
Data Máxima para Defesa:	
Data da Defesa:	
Resultado da Defesa:	

Aluno matriculado no Regimento da Pós-Graduação USP (Resolução nº 5473 em vigor de 18/09/2008 até 19/04/2013)

Última ocorrência: Matrícula de Acompanhamento em 21/07/2014

Impresso em: 18/11/14 08:38:22

Ilza Benedita dos Santos
Supervisora Administrativa de Serviço
Pós-Graduação - EEFE
Nº USP: 3132542

Planejamento Individualizado

SERVIÇO DE PÓS-GRADUAÇÃO
EEFE-USP

Nome: João Ricardo Lebert Cozac

nº USP: 8241313/1

Nível: ☐ MestradoÁrea: ☐ Biodinâmica do Movimento Humano☒ Doutorado☒ Pedagogia do Movimento Humano☐ Estudos do Esporte

Título do Projeto: Fatores de ativação e regulação interna e suas relações com os sentidos atribuídos por atletas quando as tendências comportamentais de competência competitiva de tenistas de categoria de base.

1) Disciplinas da área de concentração

Código	Nome da disciplina	Professor Responsável	Créditos
EFE5745-4/1	Comportamento humano no Esporte e no Exercício Físico: dimensões Biopsicossociológicas	Antonio Carlos Simões	8
EEF5710-1/1	Seminários avançados em Educação Física e Esporte	Alexandre Moreira	4
PSA5874-2/3	Análise do Discurso como método de pesquisa em Psicologia	Marlene Guirado	8

2) Disciplinas da área complementar ou de domínio conexo

Código	Nome da disciplina	Professor Responsável	Créditos
PST5870-1/2	Uma teoria sobre o pensar: considerações sobre a teoria das transformações de Wilfred R. Bion e sua discussão em René Kaes	Claudio Castelo	8

3) Créditos especiais

TOTAL DE CRÉDITOS: 28

São Paulo, 19 de NOVEMBRO de 2013

Assinatura do Orientador

Assinatura do Aluno

Para uso do Serviço de Pós-Graduação

Covocado pela CPG em 21/11/2013

Prof. Dr. Umberto Cesar Correa
Comissão de Pós-Graduação
Presidente

Janus - Sistema Administrativo da Pós-Graduação

Universidade de São Paulo
Escola de Educação Física e Esporte
FICHA DO ALUNO

39133 - 8241313/1 - João Ricardo Lebert Cozac

Sigla	Nome da Disciplina	Início	Término	Carga Horária	Cred.	Freq.	Conc.	Exc.	Situação
EFE5745-4/1	Comportamento Humano no Esporte e no Exercício Físico: Dimensões Biopsicossociológicas (2)	06/08/2012	28/10/2012	120	8	76	A	N	Concluída
EEF5710-1/1	Seminários Avançados em Educação Física e Esporte	12/03/2013	24/06/2013	60	4	100	A	N	Concluída
EDA5031-2/1	Educação de Jovens e Adultos: Pensamento, Políticas e Práticas (Faculdade de Educação - Universidade de São Paulo)	12/03/2013	28/06/2013	120	0	0	-	N	Matrícula cancelada
EDF5024-3/1	Cognição, Afetividade e Educação (Faculdade de Educação - Universidade de São Paulo)	12/03/2013	28/06/2013	120	0	0	-	N	Matrícula cancelada
EDF5084-1/1	Expressões Estéticas Contemporâneas de Resistência da Juventude Urbana: uma Leitura a partir de Nietzsche, Freud e Adorno (Faculdade de Educação - Universidade de São Paulo)	13/03/2013	28/06/2013	120	0	0	-	N	Matrícula cancelada
PSA5874-2/3	Análise de Discurso como Método de Pesquisa Psicologia (Instituto de Psicologia - Universidade de São Paulo)	15/03/2013	06/06/2013	120	8	100	A	N	Concluída
EDF5076-1/1	Psicologia Histórico-Cultural e Educação: Reflexões Sobre a Atividade Pedagógica e a Constituição Social do Psiquismo Humano (Faculdade de Educação - Universidade de São Paulo)	15/03/2013	30/06/2013	120	0	0	-	N	Matrícula cancelada
EFP5756-3/2	Práticas Corporais e Saúde Coletiva	14/08/2013	18/09/2013	90	0	0	-	N	Matrícula cancelada
PST5870-1/2	Uma Teoria sobre o Pensar: Considerações sobre a Teoria de Transformações de Wilfred R. Bion e sua Discussão em René Kaës (Instituto de Psicologia - Universidade de São Paulo)	16/08/2013	07/11/2013	120	8	90	A	N	Concluída

	Créditos mínimos exigidos		Créditos obtidos
	Para exame de qualificação	Para depósito de tese	
Disciplinas:	0	24	28
Estágios:			
Total:	0	24	28

Créditos Atribuídos à Tese: 136

Observações:

- 1) Curso com validade nacional, de acordo com o disposto na Portaria MEC nº 966, de 13.07.2000.
 2) Disciplina(s) cursada(s) isoladamente e aceita(s) pelo(a) orientador(a) do(a) candidato(a).

Conceito a partir de 02/01/1997:

A - Excelente, com direito a crédito; B - Bom, com direito a crédito; C - Regular, com direito a crédito; R - Reprovado; T - Transferência.

Um(1) crédito equivale a 15 horas de atividade programada.

Última ocorrência: Matrícula de Acompanhamento em 21/07/2014

Impresso em: 18/11/14 08:38:22

Ilza Benedita dos Santos
 Supervisora Administrativa de Serviço
 Pós-Graduação - EEFE
 Nº USP: 3132542

ANEXO B: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

I - DADOS DE IDENTIFICAÇÃO DO SUJEITO DA PESQUISA OU RESPONSÁVEL LEGAL

1. DADOS DO INDIVÍDUO

Nome completo

Sexo

☐

Masculino

☐

Feminino

RG

Data de nascimento

Endereço completo

CEP

Fone

e-mail

2. RESPONSÁVEL LEGAL

Nome completo

Natureza (grau de parentesco, tutor, curador, etc.)

Sexo

☐

Masculino

☐

Feminino

RG

Data de nascimento

Endereço completo

CEP

Fone

e-mail

II - DADOS SOBRE A PESQUISA CIENTÍFICA

1. Título do Projeto de Pesquisa

Fatores de ativação e regulação interna e suas relações pelos sentidos atribuídos pelos atletas quanto às tendências comportamentais de competência competitiva de tenistas de categorias de base

2. Pesquisador Responsável

Prof. Dr. Antonio Carlos Simões

3. Cargo/Função

Professor Titular da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo

4. Avaliação do risco da pesquisa:

☒ RISCO MÍNIMO ☐ RISCO BAIXO ☐ RISCO MÉDIO ☐ RISCO MAIOR

(probabilidade de que o indivíduo sofra algum dano como consequência imediata ou tardia do estudo)

5. Duração da Pesquisa

Dois anos

III - EXPLICAÇÕES DO PESQUISADOR AO INDIVÍDUO OU SEU REPRESENTANTE LEGAL SOBRE A PESQUISA, DE FORMA CLARA E SIMPLES, CONSIGNANDO:

1. Justificativa e os objetivos da pesquisa

Justificativa

O tênis é uma modalidade esportiva que exige um alto nível de desempenho psicológico e emocional dos atletas. É uma modalidade carente no campo da pesquisa e atuação da Psicologia do Esporte. Atletas juvenis apresentam demandas específicas estreitamente ligadas ao desempenho esportivo que necessitam de uma compreensão e análise.

A ansiedade, como uma parte da ativação mental, interage com a concentração em maior ou menos grau. O presente estudo visa aprofundar esta relação através da pesquisa a ser realizada com tenistas entre 15 e 18 anos e contribuir com a intervenção de psicólogos do esporte e professores de tênis que atuam diretamente com os atletas.

Tendo em vista que a prática esportiva pressupõe expectativa, movimentos e habilidades corporais, o enfrentamento de frustrações inerentes, de ansiedade, limites, além da motivação, elementos que estão diretamente relacionados à emoção, uma abordagem não só individual, mas também grupal e uma ênfase na prevenção de problemas psíquicos torna-se o principal foco de trabalho dos psicólogos esportivos e dos outros profissionais que atuam em conjunto. Com isso, se releva o preparo para trabalhar com o desenvolvimento psíquico dos atletas, enfocando uma auto-regulação de seus processos psicológicos, melhorando seu bem-estar, sua saúde e sua socialização (ARGIMON et al., 2006).

Este estudo torna-se relevante pelo fato da Psicologia do Esporte ainda ser uma área nova de conhecimento da Psicologia, tanto para psicólogos, que a reconhecem como uma especialidade (Conselho Federal de Psicologia, 2001), quanto para profissionais do esporte, sejam atletas, treinadores ou dirigentes. Esses profissionais desconhecem o auxílio que essa intervenção pode oferecer em uma prática esportiva, como o aumento do rendimento esportivo dos atletas ou a superação de situações adversas (ARGIMON et al., 2006).

É necessário ressaltar que o preparo psicológico do atleta competidor deve estar voltado para o equacionamento entre os seus próprios interesses e os interesses do complexo esportivo com o qual ele precisa lidar. Muitas vezes esses interesses convergem para pontos em comum como o desejo de vitória e de aperfeiçoamento. Entretanto, certas metas são discordantes como o limite do desgaste do atleta, prêmios ou a relação treinamento/lazer. Nesse universo, o psicólogo desempenha o papel de mediador da comunicação dos distintos desejos.

Cumprir frisar que a necessidade da vitória a qualquer custo, da adequação às mudanças de regras e calendários e os interesses comerciais de clubes e patrocinadores chega ao psicólogo do esporte como um imperativo de sua função no clube ou equipe de atletas, levando-o a uma necessária e constante reflexão sobre seu papel social e profissional, daí a importância da clareza sobre a concepção de ser humano e de Psicologia com que se atua.

Além disso, o fenômeno esportivo é reconhecido como um conjunto complexo de elementos que envolvem o atleta, o espectador e a torcida, os patrocinadores e as empresas. Assim, é possível afirmar que toda manifestação esportiva é socialmente estruturada, na medida em que o esporte revela em sua organização, no processo de ensino-aprendizagem e na sua prática, os valores subjacentes da sociedade na qual ele se manifesta.

Acrescenta-se, ainda, que a visão da Psicologia Clínica, seguindo o modelo de uma atenção individual, procura trabalhar com maior ênfase questões do indivíduo. É escasso o trabalho relacionado a fatores do próprio esporte, tais como motivação e ansiedade frente à competições. Como consequência, o mito de que a psicologia é uma grande solucionadora de problemas também acompanha sua atuação na área esportiva, na qual ela, muitas vezes, é vista como apaziguadora e conciliadora, um último recurso quando muitos outros já falharam (ARGIMON et al., 2006).

A falta de conhecimento da importância da preparação psicológica do atleta, assim como o pouco espaço destinado às investigações científicas na área, além da posição tomada pelos poucos pesquisadores, no sentido que estão mais preocupados em publicar seus achados do que oferecer subsídios para uma melhora neste aspecto na preparação geral do esporte competitivo (SANTOS e SHIGUNOV, 2009) são fatores que remetem a importância desta pesquisa. Por fim, busca-se através deste trabalho propagar a Psicologia do Esporte e sua importância, já que seus estudos enfocam, basicamente, a psicometria para a determinação de perfis psicológicos ou ainda tipos de intervenção cujo objetivo é maximizar e potencializar o rendimento, tendo a finalidade clara da busca da vitória. Além disso, pretende-se contribuir com pesquisas na área, uma vez que há dificuldade para encontrar materiais de apoio, bem como possibilitar a abertura para o mercado de trabalho.

Objetivos

Busca-se através deste trabalho propagar a Psicologia do Esporte e sua importância, já que seus estudos enfocam, basicamente, a psicometria para a determinação de perfis psicológicos ou ainda tipos de intervenção cujo objetivo é maximizar e potencializar o rendimento, tendo a finalidade clara da busca da vitória. Além disso, pretende-se contribuir com pesquisas na área, uma vez que há dificuldade para encontrar materiais de apoio, bem como possibilitar a abertura para o mercado de trabalho.

2. Procedimentos que serão utilizados e propósitos, incluindo a identificação dos procedimentos que são experimentais

Método e Procedimentos

O método a ser utilizado nesse estudo se caracteriza por um delineamento não experimental do tipo de pesquisa exploratória descritiva, visando aclarar e descrever sistematicamente um conjunto de fatores psicossociais que atuam sobre o comportamento de competência competitiva de tenistas juvenis nas opiniões dos mesmos.

O instrumento a ser usado no presente projeto de pesquisa será o Discurso do sujeito coletivo – “DSC” - criado e desenvolvido por Lefèvre & Lefèvre (2003) que é uma proposta metodológica de organização e tabulação de dados qualitativos de natureza verbal, obtidos de depoimentos de pessoas, artigos de jornal, matérias de revistas semanais, cartas, revistas especializadas, etc.

O referido instrumento destinado o discurso dos sujeitos mediante a confecção das seguintes figuras metodológicas, a saber: expressões-chaves (trechos ou transcrições literais do discurso – passíveis de revelar a essência do depoimento, conteúdo discursivo, representando uma espécie de prova discursivo-empírica da verdade das ideias centrais). A ideia central representa a expressão linguística que revela o sentido do discurso de cada um dos sujeitos da pesquisa e podem ser resgatadas mediante as descrições diretas do sentido do depoimento (conteúdo direto do discurso) ou pelas descrições indiretas, revelando apenas o teor do depoimento temático do sujeito. Por fim, a ancoragem representa a manifestação linguística explícita de uma dada teoria, crença ou ideologia relacionada com o autor do discurso. A ponte teórica para a compreensão do discurso e posterior aprofundamento na análise do conteúdo das expressões-chaves.

No entanto, para efeito de análise serão apresentadas quatro questões abertas e, posteriormente desenvolvida a análise qualitativa das respostas de 12 tenistas previamente selecionados de um grande clube da cidade de São Paulo, a saber:

- Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nos treinamentos? De que forma?
- Você considera que a ansiedade atrapalha seu rendimento nas competições? De que forma?
- Em quais momentos dos jogos você percebe que perde sua concentração?
- Como você percebe que está ansioso em treinos e jogos?

Os dados serão coletados com a aplicação de um instrumento de pesquisa denominados DSC – Discurso do sujeito coletivo.

3. Desconfortos e riscos esperados

As pesquisas científicas em nível mundial as quais os instrumentos foram utilizados, não demonstraram quaisquer desconfortos ou riscos; da mesma forma consideramos a possibilidade dos mesmos acontecerem extremamente remota.

4. Benefícios que poderão ser obtidos

Os fatores de ativação e regulação interna e suas relações com as tendências de comportamento de tenistas juvenis descrevem as capacidades de competências competitivas por um conjunto de características comportamentais que podem determinar o caráter de competitividade na rotina de treinamentos e competições. O conhecimento, a análise e o aprimoramento de suas utilizações auxiliará os tenistas juvenis no controle da ansiedade, equilíbrio emocional e, conseqüentemente, gerará um melhor desempenho.

5. Procedimentos alternativos que possam ser vantajosos para o indivíduo

O Esporte é a atividade humana que mais envolve pessoas e grupos no mundo; Os resultados esperados através do presente estudo podem fornecer informações relevantes e auxiliar os tenistas a alcançarem seus ideais esportivos, superar obstáculos e dificuldades, além de aprimorar o autoconhecimento e equilíbrio emocional, social, esportivo e psicológico.

IV - ESCLARECIMENTOS DADOS PELO PESQUISADOR SOBRE GARANTIAS DO SUJEITO DA PESQUISA:

1. acesso, a qualquer tempo, às informações sobre procedimentos, riscos e benefícios relacionados à pesquisa, inclusive para dirimir eventuais dúvidas;

2. liberdade de retirar seu consentimento a qualquer momento e de deixar de participar do estudo, sem que isto traga prejuízo à continuidade da assistência;

3. salvaguarda da confidencialidade, sigilo e privacidade; e

4. disponibilidade de assistência no HU ou HCFMUSP, por eventuais danos à saúde, decorrentes da pesquisa.

V - INFORMAÇÕES DE NOMES, ENDEREÇOS E TELEFONES DOS RESPONSÁVEIS PELO ACOMPANHAMENTO DA PESQUISA, PARA CONTATO EM CASO DE INTERCORRÊNCIAS CLÍNICAS E REAÇÕES ADVERSAS.

Prof. Dr. Antonio Carlos Simões – Escola de Educação Física e Esporte – USP – Av. Prof. Mello de Moraes,
65 - Cidade Universitária – CEP: 05508-030 - São Paulo - SP Tel. 55 (11) 3091-2138

VI. - OBSERVAÇÕES COMPLEMENTARES**VII - CONSENTIMENTO PÓS-ESCLARECIDO**

Declaro que, após convenientemente esclarecido pelo pesquisador e ter entendido o que me foi explicado, consinto em participar do presente Projeto de Pesquisa.

São Paulo, ____/____/____

assinatura do sujeito da pesquisa

ou responsável legal

assinatura do pesquisador

(carimbo ou nome legível)

**ANEXO C: Carta de solicitação de autorização para coleta de dados na
instituição esportiva**

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE
LABORATÓRIO DE PSICOSSOCIOLOGIA DO ESPORTE

São Paulo, 19 de Novembro de 2013

Ao Ilmo. Sr.

Prezado Senhor Charles Eide

MD. Gerente de Esporte do Club Athletico Paulistano

Prezado Senhor,

O presente tem por objetivo solicitar autorização de Vossa Senhoria para que a nosso Orientado João Ricardo Lebert Cozac - Aluno do Programa de Pós-Graduação/Nível de Doutorado da EEFUSP – tenha permissão para coletar dados junto os atletas de tênis das categorias de base, para dar andamento ao desenvolvimento de sua tese de doutorado denominada "Fatores de ativação e regulação interna e suas relações com os sentidos atribuídos por atletas quanto às tendências comportamentais de competência competitiva de tenistas de categoria de base".

É uma tese que tem por objetivo investigar no âmbito do tênis de competição o discurso do sujeito coletivo relacionado com os fatores de ativação e regulação interna e suas relações com as tendências de comportamento de competências competitivas de tênis juvenis em categorias de base.

Esperando merecer de Vossa Senhoria a devida atenção, subscrevo-me

Atenciosamente

Prof. Dr. Antonio Carlos Simões

Coordenador do "LAPSE" / Orientador

ANEXO D: Carta de autorização da instituição esportiva para realização da coleta de dados

São Paulo, 17 de novembro de 2014

O Club Athletico Paulistano autoriza o psicólogo João Ricardo Cozac a realizar sua coleta de dados mediante entrevistas gravadas com tenistas de categorias de base que treinam nessa instituição esportiva - para subsídio na sua pesquisa de Doutorado intitulada "Fatores de ativação e regulação interna e suas relações com os sentidos atribuídos por atletas quanto às tendências comportamentais de competência competitiva de tenistas de categorias de base" - em curso na Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo.

Atenciosamente,

Charles Eide Junior
Club Athletico Paulistano
Gerente de Esportes

ANEXO E: Documento de aprovação do Comitê de Ética da Plataforma Brasil

Público

Pesquisador

Alterar Meus Dados

João Ri

DETALHAR PROJETO DE PESQUISA

DADOS DA VERSÃO DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Fatores de ativação e regulação interna e suas relações com os sentidos atribuídos por atletas quanto as tendências comportamentais de competência competitiva de tenistas de categorias de base

Pesquisador Responsável: Antônio Carlos Simões

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 39020114.2.0000.5391

Submetido em: 11/12/2014

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE DE SAO PAULO

Situação da Versão do Projeto: Aprovado

Localização atual da Versão do Projeto: Pesquisador Responsável

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

Comprovante de Recepção: PB_COMPROVANTE_RECEPCAO_257236

LISTA DE APRECIÇÕES DO PROJETO

Apreciação	Pesquisador Responsável	Versão	Submissão	Modificação	Situação	Exclusiva do Centro Coord.	Ações
PO	Antônio Carlos Simões	3	11/12/2014	26/02/2015	Aprovado	Não	

HISTÓRICO DE TRÂMITES

Apreciação	Data/Hora	Tipo Trâmite	Versão	Perfil	Origem	Destino	Informações
PO	26/02/2015 18:17:46	Parecer liberado			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP		
PO	26/02/2015 18:15:53	Parecer do colegiado emitido			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	
PO	13/02/2015 18:28:19	Parecer do relator emitido			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	
PO	13/02/2015 18:21:17	Aceitação de Elaboração de Relatoria			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	
PO	19/01/2015 17:42:14	Confirmação de Indicação de Relatoria			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	
PO	19/01/2015 17:23:21	Indicação de Relatoria			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	
PO	19/01/2015 17:23:00	Aceitação do PP			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	
PO	11/12/2014 21:52:17	Submetido para avaliação do CEP		Pesquisador Principal	PESQUISADOR RESPONSÁVEL	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	
PO	11/12/2014 16:31:03	Parecer liberado			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	
PO	11/12/2014 16:02:39	Parecer do colegiado emitido			Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo - EEFPE / USP	

«« « Ocorrência 1 a 10 de 30 registro(s) »» »»