



Perfil do nível de ansiedade-traço pré-competitiva de atletas de esportes coleti- vos e individuais do Estado do Paraná

Saray Giovana dos Santos* e
Suely Alves Pereira**

Este estudo analisa o nível de ansiedade-traço pré-competitiva, entre atletas do sexo masculino praticantes de judô, atletismo, handebol e voleibol. Participaram do estudo 30 atletas paranaenses de cada modalidade, avaliados mediante o SCAT (Sport Competition Anxiety Test) de Martens. Encontrou-se nível médio e média alta de ansiedade, diferença estatisticamente significativa (d.e.s.) no nível de ansiedade entre os adolescentes e adultos dos esportes individuais; nenhuma d.e.s. entre os adolescentes e adultos do mesmo esporte coletivo, -d.e.s. entre adolescentes e adultos de esportes coletivos, - nenhuma relação entre o nível de ansiedade e a idade. Entretanto, o tipo de modalidade esportiva parece ter forte influência.

A atividade do homem é iniciada por vários incentivos e impulsos, tanto de natureza fisiológica quanto psicológica.

Segundo Lawther (1974), quando os motivos, impulsos, incentivos ou estímulos externos do homem são muitos fortes causam uma espécie de desequilíbrio fisiológico generalizado dentro da pessoa com mais impulso, mais energia e poderosos sentimentos concomitantes.

Esses sentimentos que provocam o desequilíbrio homeostático do indivíduo recebem vários nomes como: excitação, estado de agitação, ou agitação emocional.

Abordando este aspecto, pode-se observar que o próprio homem aparentemente deseja e procura estímulos que possam desencadear os estados de agitação ou excitação.

Todavia, através dos tempos, o homem encontrou no esporte uma forma de auto-expressão vigorosa e capaz de produzir significativas mudanças no estado emocional (Radford; Kirby, 1975).

Segundo Martinez apud Melo (1984), o entendimento das emoções constitui um dos assuntos básicos que envolvem as atividades desportivas, já que os indivíduos praticantes estão expostos a diferentes níveis de ansiedade e tensões.

Sobre o tema ansiedade, inúmeros são os autores que como Souza (1973), Lawther (1974) e Cratty (1984), possuem pontos comuns no sentido de que o atleta, independente da modalidade que pratica, é um exemplo notório de indivíduo que vive constantemente em situações ansiógenas, estando de certa forma exposto a comentários críticos, quer pelos meios de comunicação, torcida, treinador.

A partir disso, a perspectiva de um evento próximo tencionaste, parece exercer influência significativa na dinâmica de personalidade do indivíduo. Lawther (1974), afirma que a maioria dos dados já obtidos através de testes específicos confirmam existir níveis elevados de ansiedade antes da realização de situações competitivas.

É importante ressaltar, para que se pos-

sa ter uma compreensão clara das mudanças possíveis nos níveis de ansiedade frente a fatores tencionastes, que há duas determinantes, denominadas de ansiedade-traço e ansiedade-estado, sendo que esta primeira refere-se à disposição da personalidade do indivíduo de ter ansiedade em situações gerais, enquanto a segunda é referente às reações do indivíduo a situações específicas ou situações tencionastes (Souza, 1973). Este estudo dará enfoque à primeira vertente. Após estas considerações, percebe-se que a ansiedade é um elemento importante na vida pessoal do atleta, sendo capaz de envolver vários aspectos de sua atuação.

No que se refere à possibilidade de aumentar ou diminuir o grau de ansiedade frente à competição, esta varia, indo de acordo com a tarefa em questão, ou seja, modalidades que aplicam em resistência e força têm maior probabilidade de dissipar a ansiedade (Radford; Kirby, 1975). Ao passo que outras determinadas modalidades tendem a aumentar as tensões à medida que a competição se desenvolve.

Com base na citação anterior e demais colocações, presume-se que a ansiedade deve, de alguma maneira, apresentar-se com graus diferenciados entre indivíduos praticantes de esportes individuais e coletivos, limitando este estudo aos níveis de ansiedade pré-competitiva.

Cratty (1984) apresenta diferentes causas que possibilitam o aumento do nível de ansiedade em situações pré-competitivas: o temor do fracasso, o temor da vitória, o temor da rejeição do técnico, o temor das agressões, o temor dos danos físicos, as pressões da sociedade, bem como o sarcasmo dos familiares. Conforme estas citações, pode-se perceber que a maioria dos atletas altera fisiologicamente seu comportamento ao se deparar com uma situação competitiva. Esta é, por excelência uma condição altamente excitatória e ansiógena, desencadeando dentre outros fatores sudorese excessiva na palma das mãos, aumento da frequência cardíaca e tremores (Ruiz, 1977).

Tais colocações não negam a existência de um grau de ansiedade em todo comportamento do ser humano, sendo isso que o dirige e o habilita a escolher as alternativas ou resolver problemas. Todavia, é importante considerar o princípio de que a ansiedade de mais ou de menos, leva o indivíduo a uma ação

No que se refere à possibilidade de aumentar ou diminuir o grau de ansiedade frente à competição, esta varia, indo de acordo com a tarefa em questão, ou seja, modalidades que aplicam em resistência e força têm maior probabilidade de dissipar a ansiedade.

menos significativa em tarefas de várias espécies (Dodson apud Radford; Kirby, 1975).

Na área esportiva, porém, o enfoque dado à problemática das emoções está relacionado à situação do psicólogo para com o atleta, dá-se no sentido de ajudá-lo a colocar a vitória ou a derrota numa perspectiva adequada e auxiliá-lo a ter autoconfiança, apesar da existência do fracasso, levando a ansiedade a um nível apropriado (Cratty, 1984).

De acordo com Lawther (1974), acredita-se que o grau de ansiedade é relativamente variável, podendo aumentar ou diminuir numa competição de acordo com a exigência da tarefa a que o indivíduo está sujeito.

Melo (1984) concorda com tal colocação, afirmando que em determinadas práticas pode ocorrer um nível diferenciado de ansiedade-traço relacionado ao tipo de tarefa, ou seja, algumas práticas podem promover um aumento do nível de ansiedade-traço ao passo que em outras isso diminui.

Diante destas e demais colocações apresentadas, formulou-se o seguinte problema: *como se comportam os níveis de ansiedade-traço pré-competitiva de atletas adolescentes e atletas adultos do sexo masculino que praticam diferentes modalidades esportivas nos 37º Jogos Abertos do Paraná.*

OBJETIVOS

Objetivo geral

Analisar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva dos atletas adolescentes e adultos do sexo masculino praticantes de esportes individuais e coletivos nos 37º Jogos Abertos do Paraná.

Objetivos específicos:

- diagnosticar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva de atletas adolescentes e adultos do sexo masculino de esportes individuais (judô e atletismo) e esportes coletivos (handebol e voleibol), nos 37º Jogos Abertos do Paraná;

- comparar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre atletas adolescentes e entre atletas adultos do sexo masculino que praticam esportes individuais (judô e atletismo), nos 37º Jogos Abertos do Paraná;

- comparar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre atletas adolescentes e entre atletas adultos do sexo masculino que praticam esportes coletivos (handebol e voleibol), nos 37º Jogos Abertos do Paraná;

- comparar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva dos atletas de esportes individuais (judô e atletismo) com os praticantes de esportes coletivos (handebol e voleibol), nos 37º Jogos Abertos do Paraná.

- relacionar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva com a idade dos atletas praticantes de esportes individuais (judô e atletismo) e esportes coletivos (handebol e voleibol), nos 37º Jogos Abertos do Paraná.

HIPÓTESES

Foram formuladas as seguintes hipóteses para serem testadas neste estudo:

1. Existe diferença no nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre atletas adultos e entre atletas adolescentes que praticam diferentes modalidades individuais.
2. Existe diferença no nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre atletas adultos e entre atletas adolescentes que praticam diferentes modalidades coletivas.
3. Os atletas adolescentes praticantes do mesmo esporte individual apresentam maior nível de ansiedade-traço pré-competitiva que os adultos.
4. Os atletas adolescentes praticantes do mesmo esporte coletivo apresentam maior nível de ansiedade-traço pré-competitiva que os adultos.
5. Os atletas de esportes individuais apresentam maior nível de ansiedade-traço pré-competitiva que os atletas de esportes coletivos.
6. Existe relação entre o nível de ansiedade-traço pré-competitiva e a idade dos atletas de esportes individuais e atletas de esportes coletivos.

Em determinadas práticas pode ocorrer um nível diferenciado de ansiedade-traço relacionado ao tipo de tarefa, ou seja, algumas práticas podem promover um aumento do nível de ansiedade-traço ao passo que em outras isso diminui.

METODOLOGIA

Caracterização da pesquisa

Este estudo caracteriza-se como causal-comparativo, pois de acordo com Van Ddalen; Meyer (1975) este tipo de pesquisa requer uma comparação ou análise das semelhanças e diferenças entre fenômenos.

População e amostra

Foi considerada população deste estudo os atletas participantes dos 37º Jogos Abertos do Paraná, realizado em Ponta Grossa de 14 a 22 de outubro de 1995.

Fizeram parte da amostra, 120 atletas, selecionados de forma aleatória, sendo 74 atletas considerados como adolescentes (15 a 21 anos) e 46 adultos (mais de 21 anos).

Justifica-se a divisão de adolescentes, compreendida de 15 a 21 anos, em função do reduzido número da amostra por modalidade esportiva, onde a divisão por faixa etária condizente com a nomenclatura, reduziria ainda mais as frequências observadas por níveis de ansiedade.

Instrumento de medida

Para a realização deste estudo, utilizou-se a escala de medida SCAT (Teste de Ansiedade em Competições Esportivas - "Sport Competition Anxiety Test") de Martens, cuja validade concorrente é de .70 a .80 e a fidedignidade de .85 (Martens, 1972). A referida escala foi traduzida, segundo Stefanello (1990), pelo Prof. Dr. Ruy Jornada Krebs (Escala traduzida em anexo).

A medida SCAT é composta por oito itens de ativação, dois de desativação e cinco com efeito placebo. A pontuação é dada de um a três para os itens de ativação, e de três a um para os de desativação, sendo que o escore total varia de 10 (baixa ansiedade) a 30 (alta ansiedade). Para classificar os níveis de ansiedade-traço, foi utilizada uma escala obtida por um procedimento estatístico através da razão e semelhança de proporcionalidade, utilizado por Teixeira (1994), sendo: de 10 a 12

pontos (baixa ansiedade), de 13 a 16 pontos (média baixa), de 17 a 23 pontos (média), 24 a 27 pontos (média alta), e, acima de 28 pontos (alta ansiedade).

Procedimentos para a coleta dos dados

A coleta de dados ocorreu nos locais das competições das referidas modalidades, entre os dias 14 e 22 de outubro de 1995, na cidade de Ponta Grossa/Pr., sendo a escala SCAT administrada 15 minutos antes do início das competições.

Tratamento estatístico

Utilizou-se neste estudo a estatística descritiva em nível de frequência e percentual, bem como a correlação linear de Pearson e o Teste Qui-Quadrado (χ^2) com as devidas correções para frequências esperadas pequenas, citadas por Levin (1987, p.203).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O primeiro objetivo específico deste estudo foi diagnosticar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva de atletas adolescentes e adultos do sexo masculino de esportes individuais (judô e atletismo) e esportes coletivos (handebol e voleibol) nos 37º Jogos Abertos do Paraná.

Ao observar a Tabela 1, verifica-se que dos 30 atletas de judô que apresentaram nível médio de ansiedade-traço pré-competitiva, 60% eram adolescentes e 20% adultos. Com relação ao atletismo, a maioria, 66,7% eram adolescentes e apresentaram nível médio-alto de ansiedade-traço pré-competitiva.

Os resultados da Tabela 1 evidenciam níveis de ansiedade menor no judô, níveis estes esperados, uma vez que, de acordo com Santos et al. (1989), os pressupostos teóricos que enfatizam o trabalho filosófico realizado no judô, dentre outros fatores, visam o autocontrole.

Verifica-se, ainda, que dos dois grupos, embora em níveis diferentes de ansiedade e considerando o número maior da mostra, o de adolescentes apresentou níveis mais altos de ansiedade, o que teoricamente é confirmado

Os atletas da modalidade handebol apresentaram-se mais ansiosos que os da modalidade voleibol, isso pode ser explicado pela natureza distinta das duas práticas, onde o handebol, de acordo com Martini (1990), por ser um esporte de ataque, possui como características essenciais a rapidez e o estreito contato corporal, exigindo dessa forma o controle psíquico e a lealdade de espírito.

Tabela 1. Nível de ansiedade-traço pré-competitiva dos atletas adolescentes e adultos de esportes individuais (judô e atletismo).

Modalidade	Nº Sujeitos		Adolescentes		Adultos		Nível de ansiedade
	f	%	f	%	f	%	
Judô	30	100	01	3,3	5	16,7	Médio-baixo
			18	60	6	20	Médio
Atletismo	30	100	4	13,3	3	10	Médio
			20	66,7	3	10	Médio-alto

por Severo (1994), que enfatiza do aumento da ansiedade no período da adolescência.

Quanto ao nível médio-alto de ansiedade obtido pelos praticantes de atletismo, pode ser explicado por Cratty (1984), quando afirma que geralmente os períodos de competições do atletismo são extenuantes e carregados de pressões físicas e psíquicas, já que a vitória do atleta ou seu fracasso depende, especificamente, nesta modalidade, da rapidez dos seus movimentos e do tempo em que este gasta na execução dos mesmos, caracterizando uma luta não somente contra o adversário físico, mas contra o minutos, segundos, metros e centímetros por ele desempenhados.

Com relação aos atletas de esportes coletivos (handebol e voleibol), observando a Tabela 2, verifica-se que a maioria dos praticantes de voleibol (50%) são adolescentes, e (33,3%) adultos, sendo que ambos apresentaram o nível médio de ansiedade-traço pré-competitiva. Por outro lado, na modalidade handebol, tanto os 46,7% dos atletas adolescentes quanto os 26,7% dos atletas adultos apresentaram ansiedade-traço pré-competitiva com nível média-alta.

De acordo com a Tabela 2, verifica-se que os atletas da modalidade handebol apresentaram-se mais ansiosos que os da modalidade voleibol, isso pode ser explicado pela natureza distinta das duas práticas, onde o handebol, de acordo com Martini (1990), por ser um esporte de ataque, possui como características essenciais a rapidez e o estreito contato corporal, exigindo dessa forma o controle psíquico e a lealdade de espírito.

Porém, segundo Lawther (1974), durante o jogo as condições psíquicas que envolvem o autodomínio, autoconfiança e conduta de controle são sobretudo ignoradas, e a não observância a esses fatores pode resultar em comportamentos tensos, agressivos e ansiosos.

O segundo objetivo deste estudo é comparar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre atletas adolescentes e entre atletas adultos das modalidades individuais. Para tal, utilizou-se o teste Qui-Quadrado (χ^2), em nível de significância de 0,05, e, de acordo com a Tabela 3, verifica-se que rejeita-se a primeira hipótese estatística do estudo, ou seja, existe diferença significativa no nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre atletas adultos e

Tabela 2. Nível de ansiedade-traço pré-competitiva dos atletas adolescentes e adultos de esportes coletivos (voleibol e handebol).

Modalidade	Nº Sujeitos		Adolescentes		Adultos		Nível de ansiedade
	f	%	f	%	f	%	
Voleibol	30	100	01	3,3	4	13,3	Médio-baixo
			15	50	10	33,3	Médio
			1	3,3	7	23,3	Médio
Handbol	30	100	14	46,7	8	26,7	Médio-alto

entre atletas adolescentes que praticam diferentes modalidades individuais (judô e atletismo).

Pode-se dizer, observando a Tabela 3, que os atletas praticantes de atletismo são mais ansiosos que os atletas praticantes do judô (observar a frequência médio-alto de SCAT).

Tais achados podem ser explicados tendo em vista os pressupostos teóricos, onde Santos (1993), afirma que devido à modalidade de judô ser suportada por ciências como a Psicologia, afirmando a importância de espírito e a metafísica que estuda a influência do espírito sobre o corpo, isto pode contribuir para que seus praticantes apresentem um maior controle emocional.

Ainda, inerente ao mesmo objetivo, testou-se a terceira hipótese de estudo "os adolescentes praticantes do mesmo esporte individual apresentam maior nível de ansiedade-traço pré-competitiva que os adultos.

Na Tabela 4, mediante o resultado do teste Qui-Quadrado, verifica-se que com relação a essa hipótese, rejeita-se a hipótese estatística parcialmente, ou seja, apenas os adolescentes praticantes de judô (mesmo esporte individual) apresentaram maior nível de ansiedade que os praticantes adultos.

Esses dados são corroborados por Cratty (1994), ao afirmar que jovens adolescentes ou não, tendem a ser mais ansiosos que atletas veteranos, atribuindo esse fato a poucas experiências em lidar com desajustes emocionais do fracasso. Porém, vale ressaltar que esta vari-

ável não foi controlada no presente estudo. Ratificando a colocação de Cratty, cita-se Severo (1994), que enfatiza ser durante os primeiros anos da juventude a fase conhecida como sendo os anos críticos (14 a 18 anos), onde está concentrado um nível mais elevado de ansiedade.

Por outro lado, na modalidade atletismo, o mesmo fato não ocorreu, ou seja, não encontrou-se diferença estatisticamente significativa entre os níveis de ansiedade e as categorias de idade; resultados similares foram encontrados no estudo de Melo (1984), e este justifica que tal fato pode ocorrer, em função dos adolescentes estarem competindo em condições de igualdade com os adultos. Tal fato gera maior ansiedade para o adulto e tranquiliza os adolescentes, pois perder para um adulto é normal.

O terceiro objetivo específico deste é o de "comparar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre atletas adolescentes e entre atletas adultos que praticam esportes coletivos (handebol e voleibol) nos 37º Jogos Abertos do Paraná".

Para tal testou-se a segunda hipótese de estudo "existe diferença no nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre atletas adultos e entre atletas adolescentes que praticam diferentes modalidades coletivas". Mediante a Tabela 5, verifica-se que esta hipótese foi aceita parcialmente, pois, mediante a aplicação do teste Qui-Quadrado, houve diferença significativa em nível de 0,05, apenas na categoria adolescentes entre esportes coletivos (handebol e voleibol).

Tabela 3. Comparação do nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre os atletas de diferentes categorias de idade que praticam esportes individuais (judô e atletismo).

Categoria de idade	Modalidades	Níveis SCAT			χ^2_c
		Médio	M.baixo	M.alto	
Adolescente	Judô	18	1	0	29,7*
	Atletismo	4	0	20	
Adultos	Judô	6	5	0	8,24*
	Atletismo	3	0	3	

* $c^2_t(0,05;2)=5,99$

Tabela 4. Comparação do nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre as categorias de idade das modalidades individuais (judô e atletismo).

Modalidades	Categoria de idade	Níveis SCAT		χ^2_c
		Médio	M.baixo	
Judô	Adolescente	18	1	7,03*
	Adultos	6	5	
Atletismo	Adolescente	4	20	2,98
	Adultos	3	3	

* $\chi^2_c (0,05;1)=3,84$

De acordo com os achados da Tabela 5, verifica-se mediante as freqüências, que os praticantes de handebol apresentam-se mais ansiosos. Esses dados têm suporte nos estudos de Griffin apud Severo (1984), onde concluiu que atletas de esportes de contato tendem a ter níveis mais altos de ansiedade que aqueles de esportes sem contato.

Ainda, pertinente ao mesmo objetivo, testou-se a quarta hipótese de estudo "os adolescentes praticantes do mesmo esporte coletivo apresentam maior nível de ansiedade-traço pré-competitiva de que os adultos". Assim, de acordo com a Tabela 6, mediante a aplicação do Qui-Quadrado, rejeita-se a hipótese nula parcialmente, ou seja, os adolescentes apresentaram maior nível de ansiedade que os adultos apenas na modalidade handebol.

Tais achados são suportados pela literatura, pois de acordo com os estudos de Cattell apud Cratty (1984), que através da aplicação de escalas de ansiedade em pessoas de diversas faixas etárias constatou que durante a adolescência os níveis de ansiedade se elevam e tendem a diminuir aos 30 anos. Ainda, pode-se observar que a diferença no nível de ansiedade entre adolescentes e adultos ocorre em esportes de contato, no caso o judô e o handebol, reforçando assim os achados de Griffin apud Severo (1984), os quais demonstram que esportes de contato tendem a elevar os níveis de ansiedade.

O quarto objetivo específico de estudo é o de "comparar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva dos atletas de esportes individuais com atletas de esportes coletivos nos 37°

Tabela 5. Comparação do nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre os atletas de diferentes categorias de idade que praticam esportes coletivos (handebol e voleibol).

Categoria de idade	Modalidades	Níveis de SCAT			χ^2_c
		Médio	M.baixo	M.alto	
Adolescente	Handbol	1	0	14	27,25*
	Voleibol	15	1	0	
Adultos	Handbol	7	0	8	12,51*
	Voleibol	10	4	0	

* $\chi^2_c (0,05;2)=5,99$

$\chi^2_c (0,025;5)=12,09$

Tabela 6. Comparação do nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre as categorias de idade das modalidades coletivas (handebol e voleibol).

Modalidades	Categoria de idade	Níveis de SCAT			χ^2_c
		Médio	M.baixo	M.alto	
Handbol	Adolescente	1	14	15	4,26
	Adultos	7	8	15	
Voleibol	Adolescentes	15	1	16	1,31
	Adultos	10	4	14	

* $c^2_c(0,05;2)=5,99$

Jogos Abertos do Paraná", e, para testar a quinta hipótese do estudo, "os atletas de esportes individuais (judô e atletismo) apresentam maior nível de ansiedade-traço pré-competitiva que os atletas de esportes coletivos (handebol e voleibol)", decidiu-se comparar o nível de ansiedade dos participantes de diferentes modalidades sem levar em consideração as categorias de idade.

De acordo com a Tabela 7, pode-se observar que através da aplicação do teste Qui-Quadrado não se encontrou diferença significativa ao nível de significância 0,05, ou seja, aceita-se a hipótese nula, comprovando desta forma que os atletas de esportes individuais (judô e atletismo) não apresentam maior nível de ansiedade-traço pré-competitiva que os atletas de esportes coletivos (handebol e voleibol).

Tais resultados não encontram suporte nas colocações de Griffin apud Severo (1984), quando este afirma que pode haver uma dife-

rença entre as respostas de ansiedade-traço de praticantes de esportes individuais comparados aos praticantes de esportes coletivos. Por outro lado, deve-se observar que no presente estudo, tanto nos esportes individuais como nos coletivos, um de cada esporte é considerado esporte de contato, judô e handebol respectivamente. Esse fator pode ter mascarado o resultado do teste, uma vez que o próprio Griffin detectou o aumento da ansiedade em esportes de contato.

Em concordância com esta afirmação, Burke & Kleiber apud Severo (1994), detectaram em seus estudos algumas explicações plausíveis para o nível de ansiedade se apresentar diferenciado entre determinados esportes, sendo estas principalmente inerentes à especificidade da modalidade praticada.

O quinto e último objetivo de estudo, é de "relacionar o nível de ansiedade-traço pré-competitiva com a idade dos atletas pratican-

Tabela 7. Comparação do nível de ansiedade-traço pré-competitiva em esportes individuais (judô e atletismo) e esportes coletivos (handebol e voleibol)

Modalidades	Níveis de SCAT			χ^2_c
	Médio	M.baixo	M.alto	
Esportes individuais	31	6	23	0,18
Esportes coletivos	33	5	22	

* $c^2_c(0,05;2)=5,99$

tes de esportes individuais (judô e atletismo) e esportes coletivos (handebol e voleibol) nos 37º Jogos Abertos do Paraná".

Para verificar tal relação, e testar a sexta hipótese do estudo "existe relação entre o nível de ansiedade-traço pré-competitiva e a idade dos atletas de esportes individuais e em esportes coletivos", utilizou-se a Correlação de Pearson, onde conforme a Tabela 8, não obteve-se correlação significativa em nenhuma modalidade esportiva.

Tais achados negam os pressupostos teóricos que enfatizam a influência da idade nos níveis de ansiedade, principalmente na fase de adolescência (Stefanello, 1990; Severo, 1994 e Teixeira, 1994). No entanto, podem ser explicados com base no estudo de Melo (1984), que também não encontrou influência da idade nos níveis de ansiedade, e justifica tal achado mediante a variável auto-estima, pois os adultos ficam mais ansiosos por serem ameaçados pela derrota dos adolescentes, enquanto que, nos adolescentes, o nível de ansiedade pode não ser alterado, pois ser derrotado por adultos pode ser considerado um fator normal, desta forma deixando-os mais tranquilos.

competitiva e os praticantes da modalidade de atletismo apresentaram um nível de ansiedade considerado médio-alto; os atletas paranaenses de esportes coletivos da modalidade voleibol apresentaram um nível médio de ansiedade e os praticantes da modalidade handebol um nível médio-alto de ansiedade-traço pré-competitiva; existe diferença significativa no nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre os adolescentes e entre adultos praticantes de esportes individuais (judô e atletismo); encontrou-se diferença significativa no nível de ansiedade-traço pré-competitiva entre adolescentes e adultos apenas nos esportes de contato, judô e handebol; os atletas de esportes individuais (judô e atletismo) não apresentaram níveis mais elevados de ansiedade-traço pré-competitiva que os atletas de esportes coletivos (handebol e voleibol); este estudo não encontrou relação significativa entre o nível de ansiedade-traço pré-competitiva e a idade. No entanto, pareceu existir evidências de que o tipo de modalidade esportiva tem forte influência neste tipo de ansiedade.

Face a relevância do tema à psicologia do esporte, bem como da influência da variável ansiedade na performance atlética, sugere-se um estudo neste sentido com um maior número de sujeitos.

CONCLUSÕES E SUGESTÕES

Com base na discussão dos resultados e respeitando as limitações deste estudo, foi possível inferir que:

- os atletas paranaenses de esportes individuais da modalidade de judô, apresentaram um nível médio de ansiedade-traço pré-

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CRATTY, B. J. *Psicologia no esporte*. 2 ed. Rio de Janeiro : Prentice-Hall do Brasil, 1984. 246 p.
- LAWTHER, J. D. *Psicologia desportiva*. 2 ed. Rio de Janeiro : Fórum, 1974. 204 p.
- LEVIN, J. *Estatística aplicada às ciências humanas*. 2 ed. São

Tabela 8. Relação entre o nível de ansiedade-traço pré-competitiva e a idade dos atletas dos esportes individuais (judô e atletismo) e esportes coletivos (handebol e voleibol).

Modalidade	n	SCAT Σ	Idade Σ	r _c
Judô	30	638	639	0,27
Atletismo	30	609	595	0,17
Handbol	30	586	689	0,008
Voleibol	30	586	596	0,005

* $r_t(0,05;28)=0,35$

- Paulo : Harbra, 1987. 392 p.
- MARTEN, R. *Sport competition anxiety test*. Champaign : Human Kinetics, 1972. 150 p.
- MARTINI, K. *O andebol: técnica, tática e metodologia*. Sintra : Coleção Desporto, 1980. 209 p.
- MCKINNEY, J. P.; FITZGERALD, H. E.; STROMMEN, E. A. *Psicologia do desenvolvimento*. Rio de Janeiro : Campus, 1983. 236 p.
- MELO, S. I. L. A. *Ansiedade e desempenho no atletismo: estudo de efeitos da ansiedade sobre o desempenho, usando como critério performances em competições e em testes ergométricos submáximos*. Santa Maria : UFSM, 1984. 125 p. Dissertação (Mestrado em Ciência do Movimento Humano) Universidade Federal de Santa Maria, 1984.
- MUSSEN, P. H.; CONGER, J. J.; KAGAN, J. *Desenvolvimento e personalidade da criança*. São Paulo : Harbra, 1984. 555 p.
- RADFORD, J.; KIRBY, R. *A pessoa em psicologia*. Rio de Janeiro : Zahar, 1975. 136 p.
- RUIZ, E. G. A vida dominada pela ansiedade. *Familia Cristã*. São Paulo, v.43, n.498, p.16-19, Jun. 1977.
- SANTOS, S. G. dos. *A influência da prática do judô na postura de atletas do sexo masculino do Estado do Paraná*. Santa Maria : UFSM, 1993, 130 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física) Universidade Federal de Santa Maria, 1993.
- SANTOS, S. G. dos. Universidade Estadual de Maringá/DEF. *Judô*. Maringá (1989) IV. 108 p., Mimiografado.
- SEGRI, R. Angústia e ansiedade próximas uma da outra. *Vida e saúde*. São Paulo, n.6 p. 15-17, jun. 1982.
- SEVERO, A. L. *Níveis de ansiedade-traço e ansiedade-estado em nadadores juvenis de ambos os sexos do Estado do Paraná*. Santa Maria : UFSM, 1994. 97 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física) Universidade Federal de Santa Maria, 1994.
- SOUZEDO, F. A. Ansiedade e a tensão na performance do atleta. *Revista Brasileira de Educação Física*, v.5 n.17, p.29-37, set./out. 1973.
- STEFANELLO, J. M. F. *Ansiedade competitiva e os fatores de personalidade de adolescentes que praticam voleibol: um estudo comparativo*. Santa Maria : UFSM, 1995. 241 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física) Universidade Federal de Santa Maria, 1990.
- TEIXEIRA, C. L. *Análise da ansiedade-estado pré-competitiva em atletas adolescentes defutsal de Maringá*. Maringá : UEM, 1994. 55 p. monografia (Graduação em Educação Física) Universidade Estadual de Maringá, 1994.

UNITERMOS

Ansiedade- traço pré-competitiva - esportes coletivos - esportes individuais.

**Saray Giovana dos Santos é professora Ms. do Departamento de Educação Física da Universidade Estadual de Maringá. Av. Colombo, 5790, Maringá - Paraná.*

***Suely Alves Pereira é acadêmica do Curso de Educação Física da UEM.*

ANEXO 1

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ

CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ESCALA DE ANSIEDADE

Nome:..... Sexo:..... Idade:.....

Modalidade:..... Tempo de treinamento:.....

Abaixo estão algumas afirmativas sobre como as pessoas se sentem quando competem. Leia cada uma delas e decida se você **DIFICILMENTE**; **ÀS VEZES**; **OU FREQUENTEMENTE** sente-se desta forma. Se você escolheu **DIFICILMENTE** assinale 1; **ÀS VEZES** assinale 2 e **FREQUENTEMENTE** assinale 3. Não há respostas certas ou erradas. Não perca muito tempo. Escolha a palavra que melhor descreve como você se sente quando compete.

	Difícilmente	Às vezes	Freqüentemente
1- Competir é socialmente agradável.	1	2	3
2- Antes de competir sinto-me agitado.	1	2	3
3- Antes de competir fico preocupado em não desempenhar bem.	1	2	3
4- Quando estou competindo sou um bom desportista.	1	2	3
5- Quando estou competindo fico preocupado com erros que possa cometer.	1	2	3
6- Antes de competir sou calmo.	1	2	3
7- Quando se compete é importante ter um objetivo bem definido.	1	2	3
8- Antes da competição sinto enjôos no estômago.	1	2	3
9- Pouco antes da competição sinto que meu coração bate mais forte que o normal.	1	2	3
10- Eu gosto de jogos que exijam uma maior energia física.	1	2	3
11- Antes de competir sinto-me descontraído.	1	2	3
12- Antes de competir sinto-me nervoso.	1	2	3
13- Esportes coletivos (handebol e voleibol) são mais emocionantes que esportes individuais (judô e atletismo).	1	2	3
14- Eu fico nervoso querendo que o jogo comece logo.	1	2	3
15- Antes de competir sinto-me tenso.	1	2	3