

ISABELA AP MARTINS  
RA: 001201801332



**ANSIEDADE E PRÉ-JOGO, NO CONTEXTO DO ESPORTE**

BRAGANÇA PAULISTA  
2022

ISABELA AP MARTINS  
RA: 001201801332

# ANSIEDADE E PRÉ-JOGO, NO CONTEXTO DO ESPORTE.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à disciplina Trabalho de Conclusão de Curso em Psicologia da Universidade São Francisco para obtenção de média semestral.

ORIENTADOR: EVANDRO MORAIS PEIXOTO

BRAGANÇA PAULISTA  
2022

## **Resumo**

Martins, I.A.M. (2021). *Ansiedade e pré-jogo, no contexto do esporte*. Trabalho de Conclusão do Curso de Psicologia, Universidade São Francisco, Bragança Paulista.

O futebol é um dos esportes mais populares no mundo, considerado um dos esportes coletivos que mais gera sentimentos, emoções, estresse e ansiedade. A ansiedade é caracterizada como uma resposta emocional aversiva ao estresse, presente na vida de jogadores de futebol pré-jogo. Este estudo possui o objetivo de avaliar o nível de ansiedade em jogadores de futebol. Os dados serão coletados por meio do instrumento em um ambiente pré-jogo, será aplicado um formulário presencialmente 60 minutos antes de uma partida de futebol. Os dados obtidos serão analisados através da estatística descritiva levando em consideração o total de participantes divididos conforme as respostas geradas no questionário de identificação, por meio do Teste t de Student e da ANOVA.

Espera-se encontrar altos níveis de ansiedade antes de uma partida de futebol, uma vez que esse tipo de situação pode gerar pressão por gols, rivalidade entre os times.

Palavras-chave: emoções, sentimentos, estresse, atletas, psicologia do esporte

## Sumário

|   |           |
|---|-----------|
| <b>INTRODUÇÃO .....</b>   | <b>1</b>  |
| <b>MÉTODO .....</b>   | <b>8</b>  |
| <b>REFERÊNCIAS .....</b>  | <b>10</b> |
| <b>ANEXO 1 -TERMO DE CONSENTIMENTO ESCLARECIDO (1ª via) -----</b> | <b>14</b> |
| <b>ANEXO 2- TERMO DE CONSENTIMENTO ESCLARECIDO (2ª via) -----</b> | <b>15</b> |
| <b>ANEXO 3- Versão Brasileira do CSAI-2R-----</b>                 | <b>16</b> |

# INTRODUÇÃO

Para os autores Morris; Davis & Hutchings (1981), as origens do futebol são incertas, e é provável que o futebol tenha evoluído com os humanos, começando nos tempos pré-históricos quando era praticado com caveiras, pedras e pinhas.

O esporte está presente na vida das mais diversas faixas etárias (praticantes, treinadores, árbitros ou árbitros, dirigentes, adeptos e patrocinadores), reunindo diferentes níveis de pessoas com gostos comuns. Segundo Pujals & Vieira (2008), passou a ser visto como um fenômeno social a partir do século XX.

O futebol é um dos esportes mais populares do mundo e é considerado um esporte coletivo com inúmeras emoções que podem ser vivenciadas, todas intensas, e o jogo pode evocar diferentes sentimentos não só nos jogadores, mas também nos espectadores. Para Dobránszky e Machado (2001), os processos emocionais podem acompanhar e apoiar positivamente o esporte de forma saudável, mas também podem ter efeitos negativos, prejudicando o desempenho do atleta, e nesse cenário esportivo podemos observar que os principais sentimentos de ansiedade, estresse, frustração, medo, auto aperfeiçoamento, realização, alegria e diversão.

Segundo Weinberg e Gold (2001), a história da psicologia do esporte pode ser dividida em vários períodos que, embora relacionados, são muito distintos. Durante o primeiro período (1865-1920), psicólogos e educadores físicos começaram a explorar os aspectos psicológicos do esporte e o aprendizado das habilidades motoras. Os tempos de reação dos atletas foram medidos e os efeitos do exercício na personalidade de cada indivíduo foram questionados, mas pouco foi feito para aplicar esses estudos.

Ainda nesse primeiro período de acordo com Weinberg e Gould (2017), Norman Triplett dirigiu a primeira experiência de psicologia do esporte ao investigar os efeitos de atletas acerca do desempenho de ciclistas. Chegando à conclusão de que o ciclista tinha um rendimento maior quando pedalava em conjunto com outros ciclistas.

No segundo período (1921 até 1938), pode-se destacar Coleman Griffith, foi o primeiro Americano a dedicar grande parte de sua carreira a psicologia do esporte e auxiliou a transformá-la em carreira profissional. Por ter criado o primeiro laboratório de psicologia do esporte e pela qualidade notável de suas pesquisas e enorme comprometimento foi reconhecido como Pai da psicologia do Esporte nos EUA.

Início do terceiro período foi em 1938, na Universidade da Califórnia foi realizada pela primeira vez para estudantes de educação física a disciplina de Psicologia.

Os primeiros laboratórios foram na área de aprendizagem motora para seleção de pilotos de avião para avaliar suas capacidades cognitivas, perceptivas e motrizes por conta da Segunda Guerra Mundial na América do Norte. Na União Soviética a psicologia do esporte foi aplicada nas universidades, eram realizados estudos sobre estresse, rendimento esportivo, psicologia do treinamento, personalidade dos atletas e ansiedade pré-competitiva. Em 1949, W.R Johnson efetuou o primeiro estudo acerca do estresse e esporte, fazendo comparações com reações emocionais pré-competitivas no futebol e na luta. Neste período existiu diversas contribuições com pesquisas com os autores Ulrich, 1953; Johnson, 1954; Husmann, 1955; Antonelli, 1956 e Vanek, em 1960.

Encerrando esse período em 1965, quando ocorreu o I Congresso Mundial de Psicologia do Esporte em Roma, presidido por Ferruccio Antonelli levando ao reconhecimento oficial da investigação dos psicólogos na área esportiva.

Segundo os autores Vieira et al (2010); Weinberg e Gould (2017), de 1966 a 1977 foi dado início ao quarto período a Educação Física se consolidou como disciplina acadêmica e a psicologia do esporte um componente separado dessa disciplina. Os psicólogos do esporte tinham interesse em como a ansiedade, autoestima, personalidade entre outros, influenciavam no desempenho motor na prática de tais atividades esportivas. E também como a prática de esportes influenciava o desenvolvimento psicológico.

Segundo Antonelli e Salvini (1978), o III Congresso Europeu de Psicologia do Esporte foi determinado um grupo de pesquisas para definir o que deveria ser estudado em psicologia do esporte como, personalidade, bases psicológicas da capacidade motriz, preparação para competição, seletiva de atletas, psicologia de grupo e de cada atleta. A partir daí começou-se a utilizar consultores de psicologia do esporte em clubes e time, os quais trabalharam nas Olimpíadas de 1984 pelas equipes norte-americanas.

SOBRAPE iniciou-se em 1979 e 1986 foi o ano em que foi a criação da Sociedade Sul-Americana de Psicologia do Esporte, da Atividade Física e da Recreação (SOSUPE). O Brasil ganha destaque na América Latina no campo da psicologia do esporte e isso pode ser comprovado pelo volume de publicações, pelo número de congressos realizados e na quantidade de laboratórios de psicologia do esporte. (Samulski, 2002). Todavia, a primeira publicação da primeira edição da Revista Brasileira de Psicologia do Esporte e do Exercício foi efetuada somente em 2006.

Um aspecto importante para se destacar segundo Rubio (2000) da formação profissional do psicólogo, é as universidades em sua grande maioria não possuem a disciplina de psicologia do esporte, e as que possuem a tem de maneira Eletiva, o que faz refletir já que a disciplina está no currículo do curso de Educação Física a quase duas décadas, mesmo a disciplina sendo de interesse tanto dos profissionais de Educação Física quanto dos profissionais de Psicologia

Ainda para Vieira et al (2010), a Psicologia do Esporte no Brasil, é vista como uma área emergente da Psicologia, considerando o desenvolvimento dessa especialidade observa-se que seu surgimento é similar ao desenvolvimento da Psicologia Geral. Faz parte dessa área a investigação, consultoria clínica, educação e atividades práticas programadas que associam à compreensão, explicação e influência de comportamentos individuais e coletivos de pessoas que estejam envolvidas em esportes de alta performance, esporte de recreação, exercício físico entre outras atividades.

Conforme dito por Pujals e Vieira (2008), tendo em vista essa propagação do esporte, um número cada vez maior de psicólogos demonstra interesse pelas diferentes interações que são produzidas nas situações desportivas, tanto para investigar os processos psicológicos que são desenvolvidos, como para aplicar técnicas de intervenções psicológicas.

Segundo os autores Bara Filho e Miranda, (1998); De Rose Junior, (2000); Sousa Filho, (2000); Weinberg e Gould, (2001); Samulski, (2002), o profissional da psicologia do Esporte tem como foco auxiliar atletas a utilizar bases psicológicas para melhorar seu desempenho e compreender como a atividade física interfere no desenvolvimento psicofisiológico, a saúde e o bem-estar do indivíduo, por isso é de grande importância, dado que, no esporte de alta performance é cobrado resultados melhores e um melhor desempenho.

Segundo os autores Riera (1985) e Miracle (1992), o papel do psicólogo esportivo em uma equipe esportiva deve ter uma função clara, como assessorar, informar, ensinar e ser agente de mudança. Portanto, os psicólogos esportivos devem articular os princípios que orientam o comportamento humano para treinadores, gerentes, atletas e outros envolvidos em esportes e atividades físicas.

Paes (2018, p. 55) enfatiza que a variedade das manifestações das emoções, dependem do dinamismo da forma como o comportamento vai variar, e isso depende de como os atletas vão perceber os acontecimentos a sua volta.

Para Ribeiro e Batista (2018) É possível identificar as emoções de acordo com suas respostas, que podem ser neurofisiológicas apresentando sintomas físicos de tal emoção como dores abdominais, palpitação, boca seca entre outros; outra forma de resposta emocional é uma resposta cognitiva que diz respeito ao pensar do atleta como consequência da emoção sentida e também podemos identificar como resposta emocional

uma resposta comportamental, possível identificar comportamentos de luta ou fuga, mudanças nas expressões faciais entre outros que possam surgir.

O atleta considerado de alto rendimento segundo Trevelin e Alves (2019) é uma pessoa que pratica o esporte com o propósito de competição e o esporte é o seu meio de vida, envolvendo alta competitividade, quebra de recordes e obtenção de resultados de alta performance, sendo exigido, cada vez mais, um melhor desempenho sempre em busca de vitórias, podendo desencadear ansiedade perante todas essas exigências.

Conforme citado por Interdonato et al (2010), a ansiedade é caracterizada como uma resposta emocional aversiva ao estresse, resultado de uma análise e ameaça, composta por sentimentos subjetivos de preocupação e apreensão, muitas vezes acompanhados de aumento da ativação fisiológica, independentemente do nível e idade do atleta, a ansiedade é um fator psicológico encontrada muito frequentemente no esporte competitivo.

Além disso, a ansiedade possui duas formas distintas, a ansiedade-estado e ansiedade-traço. Segundo Machado (1997), a ansiedade-traço é uma característica presente na personalidade do indivíduo, enquanto a ansiedade-estado é um conjunto de reações variáveis em diversas situações de acordo com as próprias condições do organismo, isto é, a primeira é ligada diretamente com as características do indivíduo e representa a ansiedade de maneira inevitável diante de determinadas situações que não apresentam perigo, enquanto a segunda aparece e pode ser modificada de acordo com os acontecimentos e situações temporárias. Ambas possuem uma ligação entre si, porém, não é a única relação existente, existem mais duas variáveis importantes que relaciona o nível de ansiedade-traço em produzir um nível determinado de ansiedade-estado, como por exemplo, a relevância da situação para o atleta e a consequente incerteza do resultado, podendo as duas variar, aumentar ou até mesmo diminuir a ansiedade de acordo com a preparação do indivíduo para enfrentar determinadas situações. Por isso, é de extrema

importância o estudo, conhecimento e entendimento dessas variáveis existentes e o quanto isso implica no nível de ansiedade, para que o técnico, professor ou psicólogo do esporte trabalhem em cima do nível ideal de ansiedade, favorecendo assim o melhor desempenho e performance do seu aluno, atleta ou cliente.

Com base nos estudos de Román e Savoya (2003), quanto mais importante é a competição de um atleta, maior será o nível de estresse, por exemplo, em um jogo amistoso não geraria tanto estresse quando comparado com uma final de campeonato, porém, não possui nada comprovado que o nível da competição é um fator predominante para aumento do nível de estresse dos atletas, podendo ser determinante o valor que o atleta dá para a competição.

Ainda, a ansiedade pode ser dividida entre cognitiva e somática. Para Martens et al. (1990) A ansiedade cognitiva inclui pensamentos negativos e preocupações sobre desempenho, incapacidade de concentração e atenção disruptiva. Já a Ansiedade Somática é uma percepção das manifestações físicas da ativação, caracterizada por sensações físicas.

Essa ansiedade pode ser analisada através da utilização de um instrumento, conhecido como Competitive State Anxiety Inventory-2R (CSAI-2R), desenvolvido por Martens, Vealey & Burton (1983, 1990a, b), inventário multidimensional do estado de ansiedade no Esporte. Baseado na diferença entre ansiedade cognitiva e somática, englobando também um terceiro componente relacionando com as duas dimensões que é a autoconfiança. Este instrumento foi compreendido como uma medida multidimensional do estado da ansiedade, em sua versão original continha 27 itens distribuídos por três sub escalas, com base nos resultados de análise fatorial exploratória: a) ansiedade cognitiva; b) ansiedade somática; e c) autoconfiança

Um estudo de Lane e colaboradores (1990), questionou a validade do instrumento, os autores salientaram como principais limitações como usar os termos "concerned" e

"worried" ("preocupado" na versão portuguesa) em oito dos nove itens da escala de ansiedade cognitiva do CSAI-2, podendo não significar necessariamente como pensamentos negativos, mas como consciência da importância do jogo etc.

Cox, Martens, & Russell (2003) procederam a revisão da estrutura fatorial do CSAI-2, a análise desses itens teve como consequência a exclusão dos mesmos, criando uma nova versão CSAI-2R, que mesmo mantendo as mesmas dimensões da versão anterior, como ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança, foram reduzidos para 17 itens, sendo 5 para ansiedade cognitiva, 7 para ansiedade somática e 5 para autoconfiança.

Fernandes e seus colaboradores (2012), vem estudando o instrumento aqui no Brasil por meio da análise fatorial confirmatória em amostra brasileira. Foi concluído que o instrumento é confiável e reprodutível para ser utilizado em atletas brasileiros, com variedade de gêneros, modalidade esportiva e nível de competição

Dessa forma, por meio da literatura, nota-se a importância e necessidade de intervenções que verifiquem os níveis de ansiedade de jogadores de futebol. Portanto, o presente estudo tem como objetivo realizar uma análise sobre o nível de ansiedade gerado de forma individual pré-jogos de futebol, visto que, essa situação pode desencadear sentimentos e sensações relacionadas com a ansiedade e até mesmo diminuir o rendimento do jogador, através do auxílio do instrumento Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2).

O presente trabalho tem como objetivo investigar a ansiedade somática, ansiedade cognitiva, autoconfiança segundo as variáveis sexo, idade e tempo de prática de futebol através do instrumento CSAI-2R.

## MÉTODO

### *Participantes*

Serão participantes da pesquisa, 50 jogadores de futebol, maiores de 18 anos e independente do sexo.

### *Instrumentos*

Competitive State Anxiety Inventory-2R (CSAI-2R).

O CSAI-2R foi desenvolvido por Cox e colaboradores (2003) de uma maneira reduzida do CSAI-2 recomendado por Martens e colaboradores (1990). O instrumento é constituído por 17 questões distribuídas em: Ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança, sendo que 5 itens se relacionam com a ansiedade cognitiva, 7 com a ansiedade somática e 5 com a autoconfiança. Cada questão será respondida de acordo com uma escala do tipo Likert de quatro pontos onde 1=nada a 4= muito. A versão traduzida para o Português (Brasi) se apresenta fidedigna, com propriedades psicométricas aprováveis pela literatura, baseando sua utilização em atletas brasileiros conforme Fernandes e colaboradores (2013)

### *Procedimentos*

O projeto será encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade São Francisco. Após a aprovação, o questionário de identificação para avaliar variáveis presentes como sexo, idade e tempo de prática, e o instrumento CSAI-2R serão aplicados presencialmente com jogadores de futebol 60 minutos antes do jogo com tempo médio de aplicação de 15 a 20 minutos. Os objetivos do projeto serão esclarecidos e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido será apresentado anterior ao formulário para os jogadores. Após o consentimento, será aplicado o instrumento, os resultados serão reunidos e analisados estatisticamente.

## **PLANO DE ANÁLISE DE DADOS**

Os dados coletados por meio do instrumento – CSAI-2R serão analisados pela estatística descritiva considerando o grupo de jogadores em seu total e divididos de acordo com sexo, idade e tempo de prática do esporte. Será analisado o efeito das variáveis sexo, idade e tempo de prática do esporte, através do Teste t de *Student* e da *ANOVA*.

## REFERÊNCIAS

BARA FILHO, M. G.; MIRANDA, R. Aspectos psicológicos do esporte competitivo. *Revista Treinamento Desportivo*, v.3(3) 62-72, 1998

Cox, RH., Martens, M.P., & Russell, WD. (2003). Measuring anxiety in athletics: The revised competitive state anxiety inventory-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25 (4), 519-533, 2003

DE ROSE JUNIOR, D. O esporte e a psicologia: enfoque do profissional do esporte. In: RÚBIO, K. (Org.) *Psicologia do Esporte: interfaces, pesquisa e intervenção*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000. p.29-40

DA SILVA, A. M. B. et al. Adaptação e estrutura interna do inventário de ansiedade-estado competitiva (CSAI-2) para bailarinos. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 69, n. 1, p. 19–32, 2017.

DIAS MUNHÓZ, M. V.; TEIXEIRA-ARROYO, C. Fatores Relacionados Com O Nível De Ansiedade Em Atletas De Futebol Feminino (Factors Related To the Anxiety Level in Football Female Athletes). [s.d.].

Dobránszky, I. de A. & Machado, A. A. (2001). Autoeficácia: um estudo da sua contribuição para a avaliação de desempenho de atletas. *Revista PsicoUSF*, 6(2) 67-74

FERNANDES, M. G. et al. The CSAI-2: An examination of the instrument's factorial validity and reliability of the intensity, direction and frequency dimensions with Brazilian

athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, London, v. 25, n. 4, p. 377-391, 2013a.

FERNANDES, M. G. et al. Factors influencing competitive anxiety in Brazilian athletes. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, Florianópolis, v. 15, n. 6, p. 705-714, 2013b.

GONÇALVES, M. P.; BELO, R. P. Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas. **Psico-USF**, v. 12, n. 2, p. 301–307, 2007.

GONZÁLEZ-REYES, A. A.; MOO ESTRELLA, J.; OLMEDILLA, A. Características psicológicas que influyen en las lesiones deportivas de triatletas amateurs de Yucatán, México. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 26, p. 71–77, 2017.

INTERDONATO, G. C. et al. Análise da ansiedade traço competitiva em jovens atletas. **Conexões**, v. 8, n. 3, p. 1–9, 2010.

Lane, A.M., Sewell, D.F., Temy, P.C., Bartram, D., & Nesti, M.S. (1999). Confirmatory factor analysis of the Competitive State Anxiety Inventory-2. *Journal of Sports Sciences*, 17, 505, 512.

MACHADO, A. A Psicologia do esporte: sua história. In: A.A. Machado (org), **Psicologia do Esporte**. Jundiaí: Ápice 1997.

MARTENS, R.; VEALEY, R.; BURTON, D. (Ed.). *Competitive anxiety in sport*.

Champaign, In: Human Kinetics, 1990.

Miracle, L. (1992). Las profesiones del mundo del deporte. Barcelona: Editorial Planeta

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício.

6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017

MORRIS, L. W.; DAVIS, M. A.; HUTCHINGS, C. H. Cognitive and emotional components of anxiety: Literature review and a revised worry-emotionality scale.

**Journal of Educational Psychology**, v. 73, n. 4, p. 541–555, 1981.

PUJALS, C.; VIEIRA, L. F. Análise dos fatores psicológicos que interferem no comportamento dos atletas de futebol de campo. **Revista da Educação Física/UEM**, v.

13, n. 1, p. 89–97, 2008.

PAES, R. V. D. A preparação psicológica de atletas do alto rendimento: planejamento, periodização e intervenção. Alexa Cultural: São Paulo, p 82, 2018.

RIBEIRO, P.; LACERDA, A.; MELO, R.; HABIB, L. R.; FILGUEIRAS, A.

Psicoeducação baseada em evidências no esporte: revisão bibliográfica e proposta de intervenção para manejo emocional. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, Brasília,

v. 8, n. 1, mai. 2018

Riera, J. (1985). Introducción a la psicología del deporte. Barcelona: Ediciones Martinez

Roca

Roman, S. & Savoia, M. (2003). Automatic thoughts and

anxiety in soccer team. *Psicologia Teoria e Prática*, 5(2), 13-22.

SOUSA FILHO, P.G. O que é Psicologia dos Esportes? *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v.8, n° 4, setembro 2000, p – 33-36.

SAMULSKI D. *Psicologia do Esporte*. Barueri – SP: Manole, 2002.

TREVELIN, F.; ALVES, C. F. Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta. ***Psicologia Revista***, v. 27, p. 545–562, 2019.

VIEIRA, L. F. et al. Psicologia do esporte: Uma área emergente da psicologia. ***Psicologia em Estudo***, v. 15, n. 2, p. 391–399, 2010.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. *Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício*. Tradução: Márcia Cristina Monteiro. 2ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

## ANEXO 1

### TERMO DE CONSENTIMENTO ESCLARECIDO (1ª via)

#### ANSIEDADE E PRÉ-JOGO, NO CONTEXTO DO ESPORTE.

Eu,

\_\_\_\_\_,  
 RG \_\_\_\_\_, abaixo assinado, dou meu consentimento livre e esclarecido para participar como voluntário do projeto de pesquisa supra-citado, sob a responsabilidade das pesquisadoras Profª Drª Fernanda Luzia Lopes e de XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX do Curso de Psicologia da Universidade São Francisco.

Assinando este Termo de Consentimento estou ciente de que:

- 1- O objetivo da pesquisa é verificar o nível de ansiedade pré-jogo em jogadores de futebol;
- 2- Durante o estudo responderei a um Inventário de Nível de ansiedade pré-jogo em jogadores de futebol com duração média de 30 minutos;
- 3- Obtive todas as informações necessárias para poder decidir conscientemente sobre a minha participação na referida pesquisa;
- 4- A resposta a este (s) instrumento(s)/ procedimento(s) não causam riscos conhecidos à minha saúde física e mental, não sendo provável, também, que causem desconforto emocional;
- 5- Estou livre para interromper a qualquer momento minha participação na pesquisa, o que não me causará nenhum prejuízo;
- 6- Meus dados pessoais serão mantidos em sigilo e os resultados gerais obtidos na pesquisa serão utilizados apenas para alcançar os objetivos do trabalho, expostos acima, incluída sua publicação na literatura científica especializada;
- 7- Poderei contatar o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Francisco para apresentar recursos ou reclamações em relação à pesquisa pelo telefone: 11 - 24548981;
- 8- Poderei entrar em contato com o responsável pelo estudo, Profª Drª Fernanda Luzia Lopes, sempre que julgar necessário pelo telefone 11 – 4534-8019;
- 9- Este Termo de Consentimento é feito em duas vias, sendo que uma permanecerá em meu poder e outra com o pesquisador responsável.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de 2021

Assinatura do Sujeito de Pesquisa ou Responsável: \_\_\_\_\_

Assinatura do Pesquisador Responsável: \_\_\_\_\_

## ANEXO 2

### TERMO DE CONSENTIMENTO ESCLARECIDO (2ª via)

#### ANSIEDADE E PRÉ-JOGO, NO CONTEXTO DO ESPORTE.

Eu,

\_\_\_\_\_,  
 RG \_\_\_\_\_, abaixo assinado, dou meu consentimento livre e esclarecido para participar como voluntário do projeto de pesquisa supra-citado, sob a responsabilidade das pesquisadoras Profª Drª Fernanda Luzia Lopes e de XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX do Curso de Psicologia da Universidade São Francisco.

Assinando este Termo de Consentimento estou ciente de que:

- 1- O objetivo da pesquisa é verificar o nível de ansiedade pré-jogo em jogadores de futebol;
- 2- Durante o estudo responderei a um Inventário de Nível de ansiedade pré-jogo em jogadores de futebol com duração média de 30 minutos;
- 3- Obtive todas as informações necessárias para poder decidir conscientemente sobre a minha participação na referida pesquisa;
- 4- A resposta a este (s) instrumento(s)/ procedimento(s) não causam riscos conhecidos à minha saúde física e mental, não sendo provável, também, que causem desconforto emocional;
- 5- Estou livre para interromper a qualquer momento minha participação na pesquisa, o que não me causará nenhum prejuízo;
- 6- Meus dados pessoais serão mantidos em sigilo e os resultados gerais obtidos na pesquisa serão utilizados apenas para alcançar os objetivos do trabalho, expostos acima, incluída sua publicação na literatura científica especializada;
- 7- Poderei contatar o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Francisco para apresentar recursos ou reclamações em relação à pesquisa pelo telefone: 11 - 24548981;
- 8- Poderei entrar em contato com o responsável pelo estudo, Profª Drª Fernanda Luzia Lopes, sempre que julgar necessário pelo telefone 11 – 4534-8019;
- 9- Este Termo de Consentimento é feito em duas vias, sendo que uma permanecerá em meu poder e outra com o pesquisador responsável.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de 2021

Assinatura do Sujeito de Pesquisa ou Responsável: \_\_\_\_\_

Assinatura do Pesquisador Responsável: \_\_\_\_\_

**ANEXO 3-** Versão Brasileira do CSAI-2R

**Nome:** \_\_\_\_\_ **Condição:** \_\_\_\_\_

Leia cada uma das questões abaixo e assinale para cada afirmação o número que melhor indica como se sente agora – neste exato momento. Não há respostas certas nem erradas. Não fique muito tempo em cada uma das questões.

|  | NADA |   | MUITO |   |
|--|------|---|-------|---|
|  | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 1. Sinto-me agitado.   | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 2. Estou preocupado porque posso não render tão bem como poderia nesta competição.           | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 3. Sinto-me auto-confiante.  | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 4. Sinto o meu corpo tenso.  | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 5. Estou preocupado pelo fato de poder perder.   | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 6. Sinto tensão no meu estômago.   | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 7. Estou confiante de que posso corresponder ao desafio que me é colocado.                   | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 8. Estou preocupado pelo fato de poder falhar sob pressão da competição.                     | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 9. O meu coração está a bater muito depressa.  | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 10. Estou confiante de que vou ter um bom rendimento   | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 11. Estou preocupado pelo fato de poder ter um mau rendimento                                | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 12. Sinto o meu estômago “às voltas”.  | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 13. Estou confiante porque me imagino, mentalmente, a atingir o meu objetivo                 | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 14. Estou preocupado pelo fato de os outros poderem ficar desapontados com o meu rendimento. | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 15. As minhas mãos estão frias e húmidas.  | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 16. Estou confiante em conseguir ultrapassar os obstáculos sob a pressão da competição.      | 1    | 2 | 3     | 4 |
| 17. Sinto o meu corpo rígido.  | 1    | 2 | 3     | 4 |