

## ANSIEDADE-TRAÇO COMPETITIVA E ATLETISMO: UM ESTUDO COM ATLETAS INFANTO-JUVENIS

Dante De ROSE JUNIOR<sup>†</sup>  
Esdras Guerreiro VASCONCELLOS<sup>\*\*</sup>

---

### RESUMO

A ansiedade-traço competitiva (ATC) é uma característica psicológica relativamente estável onde o atleta percebe certos estímulos do meio competitivo como ameaçadores ou não e a eles responde com níveis variados de ansiedade-estado. A forma como o atleta interpreta esses estímulos pode variar de acordo com o tipo de esporte, idade e sexo. O objetivo deste estudo foi o de identificar os níveis de ansiedade-traço competitiva em atletas na faixa etária de 10 a 16 anos, praticantes de atletismo e compará-los em função de variáveis como o sexo e as diferentes faixas etárias. O estudo foi realizado com 81 meninos e 83 meninas divididos em três faixas etárias (até 12 anos; até 14 anos e até 16 anos), com participação em pelo menos, uma competição oficial. O instrumento utilizado foi o Sport Competition Anxiety Test (SCAT). Os resultados mostraram que: as atletas tiveram níveis de ATC significativamente maiores que os meninos, principalmente na faixa etária de 14 a 16 anos; não houve diferenças estatisticamente significantes entre as diferentes faixas etárias dentro do mesmo sexo. Pode-se concluir que, apesar das diferenças estatisticamente significantes, os níveis de ATC podem ser considerados moderados, não diferindo de resultados de estudos realizados por outros autores no Brasil e também em outros países.

UNITERMOS: Psicologia do esporte; Ansiedade competitiva; Competição infantil.

---

### INTRODUÇÃO

O esporte competitivo, por suas características próprias de confronto, demonstração, comparação e avaliação constante de seus participantes, apresenta peculiaridades que devem ser analisadas mais profundamente para que se possa conhecer suas implicações no desempenho dos atletas. Segundo De Rose Junior (1995, p.7) a competição de maneira mais simplificada pode ser interpretada como “o momento em que indivíduos ou grupos se confrontam para buscar um mesmo objetivo”

Na realidade esta visão pode e deve ser ampliada entendendo-se a competição como um processo que envolve uma série de fatores. Martens, Vealley & Burton (1990) definem a competição como a situação na qual o desempenho de uma pessoa é comparado com algum padrão já existente, na presença de, pelo menos, outra pessoa que conheça os critérios para a comparação e que possa avaliar o processo. Segundo esses autores, o processo competitivo é composto por **situações competitivas objetivas** (entendidas como todos os componentes físicos, observáveis de uma competição e que são comuns a todos os competidores, como quadra, materiais, torcida, arbitragem, situações do jogo, etc.), **situações competitivas subjetivas** (maneira individualizada de interpretar as situações objetivas), **respostas** (maneira como os atletas expressam a interpretação que fizeram da situação objetiva, respostas essas que podem ser de ordem

---

<sup>†</sup> Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo.

<sup>\*\*</sup> Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

fisiológica, psicológica - emocional e/ou cognitiva - ou social) e **conseqüências** (“feedback” para a orientação de novos comportamentos).

### **Ansiedade competitiva**

Spielberger (citado por De Rose Junior, 1985), caracterizou a ansiedade como um sentimento subjetivo de apreensão e tensão, provocando um medo geral no indivíduo, além de reações somáticas, psicológicas, psicomotoras e sociais. Segundo o mesmo autor a ansiedade pode ser classificada com:

**Ansiedade-traço:** predisposição de uma pessoa perceber certas situações como ameaçadoras ou não, respondendo a elas com níveis variados de ansiedade-estado; e

**Ansiedade-estado:** estado emocional imediato, caracterizado por um sentimento de medo e apreensão e tensão, acompanhado ou associado com a ativação do sistema nervoso autônomo.

Tendo como base os estudos de Spielberger, Martens (1977), desenvolveu a teoria da **ansiedade-traço competitiva** que seria a predisposição de perceber eventos esportivos como ameaçadores e a eles responder com níveis variados de ansiedade-estado competitiva.

A ansiedade-traço competitiva é uma característica relativamente estável e pode produzir variações predizíveis no desempenho. A ansiedade-estado competitiva é um estado emocional imediato e transitório expresso por respostas do indivíduo, que percebe certas situações como ameaçadoras, estando ou não presente o perigo real. Portanto, a ansiedade-traço competitiva pode ser um indicativo de como um atleta reagiria ao interpretar certas situações competitivas ameaçadoras ao seu bem estar físico, psicológico e social.

Um dos pontos de maior controvérsia nos estudos relacionados à ansiedade competitiva diz respeito à competição envolvendo crianças e jovens e suas implicações no comportamento e desenvolvimento dos mesmos.

### **Competição infanto-juvenil<sup>1</sup> e suas implicações psicológicas**

Tema de muitas controvérsias, a competição infanto-juvenil tem sido estudada sob diversas perspectivas: biológica, psicológica (cognitiva e emocional) e social. Todos esses aspectos estudados levam a opiniões diversificadas sobre os benefícios ou prejuízos da participação da criança e do jovem em qualquer processo competitivo esportivo. Segundo Ryan (1988) há opiniões radicais que sugerem a proibição pura e simples, bem como a liberação irrestrita. Outras opiniões, mais sensatas, indicam de forma coerente e lógica a forma como esse processo deve ser introduzido na vida do atleta infanto-juvenil.

Roberts (1980), Malina (1986, 1988) e Passer (1986), afirmam que a criança deve competir quando atingir seu estado de prontidão competitiva, que acontece a partir do equilíbrio de fatores como o crescimento, o desenvolvimento e a maturação sexual. Definir uma idade, segundo esses autores, torna-se difícil devido às diferenças individuais. Mas como referencial eles acreditam que isto deva ocorrer a partir dos 12 anos de forma genérica.

De acordo com Gallahue (1989) a criança deve ser exposta, gradativamente a experiências que exijam grandes responsabilidades e deve ser encorajada a participar dessas atividades, desde que lhe seja proporcionada a oportunidade de estar em eventos apropriados às suas necessidades e interesses, promovendo o desenvolvimento da auto-confiança e, conseqüentemente, aumentando seus níveis de motivação e baixando os níveis de ansiedade-estado competitiva.

Passer (1982) afirma que a criança que passa por experiências competitivas desagradáveis pode ter sua auto-estima abalada levando a conseqüências que podem ir desde a fuga da atividade até o abandono total da mesma. Segundo Scanlan & Passer (1978), a ameaça à auto-estima é um ponto crucial do processo competitivo infanto-juvenil e pode causar um nível de ansiedade indesejado e que influencia negativamente no desempenho.

Portanto, é muito interessante que se conheçam os aspectos relacionados à ansiedade competitiva infanto-juvenil para que se esclareçam determinados comportamentos dos envolvidos nessas atividades. Também se faz necessário conhecer a relação da ansiedade competitiva com diferentes tipos de esportes.

Existe uma tendência de encontrar níveis diferenciados de ansiedade-traço nos esportes individuais e coletivos, sendo que nos primeiros os níveis são ligeiramente maiores, embora nem sempre existam diferenças estatisticamente significantes, como mostram estudos realizados por Martens (1977), De Rose Junior (1985) e De Rose Junior & Vasconcellos (1995).

No presente estudo objetivou-se identificar os níveis de ansiedade-traço competitiva de atletas praticantes do atletismo, e estabelecer comparações entre esses grupos em função das diferentes faixas etárias e sexos.

## METODOLOGIA

### Amostra

O presente estudo foi realizado com 164 atletas na faixa etária de 10 a 16 anos, sendo 81 do sexo masculino e 83 do sexo feminino, divididos em três categorias, de acordo com as normas de Confederação Brasileira de Atletismo: Pré-Mirim (até 12 anos); Mirim (até 14 anos) e Infantil (até 16 anos). Todos os atletas já tinham participado de, pelo menos, uma competição oficial na modalidade.

### Instrumento

Foi utilizado o "Sport Competition Anxiety Test" (SCAT), desenvolvido por Martens (1977), traduzido e adaptado por De Rose Junior & Rosamilha (citado por De Rose Junior, 1985). Este teste tem uma escala que varia de 10 a 30 pontos possíveis e foi administrado aos atletas durante seus treinamentos. Considerando-se que a variável estudada reflete um traço psicológico (no caso o fato do atleta ser ou não ansioso, a coleta de dados pode ser feita em qualquer momento do processo competitivo, segundo orientação do próprio autor do teste. Segundo o texto original de elaboração do teste, os níveis de consistência interna e reprodutibilidade foram significantes ( $kr = 0,95$  - Coeficiente O teste Kuder-Richardson;  $r = 0,77$ ). O teste completo e traduzido pode ser observado no ANEXO I.

### Tratamento estatístico

Para análise dos dados coletados foram utilizadas as seguintes técnicas estatísticas:

- a) estatística descritiva paramétrica: médias e desvios-padrão para determinação dos perfis grupais;
- b) prova não paramétrica de Kolmogorov-Smirnoff para comparações de médias.

## RESULTADOS

A partir das respostas dos atletas ao SCAT foram obtidos os resultados, mostrados nas TABELAS 1 e 2 em função das variáveis sexo e categorias etárias, respectivamente:

**TABELA 1** Níveis de ansiedade-traço competitiva em função do sexo.

Sexo	Média	D.Padrão
masculino	20,35	3,93
feminino	22,66	3,56

A partir da prova de Kolmogorov-Smirnoff pode-se constatar que houve diferença estatisticamente significativa entre os níveis de ansiedade-traço competitiva do masculino para o feminino ( $p < 0,01$ ).

**TABELA 2** - Comparação dos níveis de ansiedade-traço competitiva em função de sexo e diferentes categorias etárias.

Sexo	Pré-Mirim	Mirim	Infantil
masculino	22,05 (3,87) n = 21	19,83 (3,60) n = 24	19,19 (4,31) n = 36
feminino	21,76 (4,20) n = 25	21,76 (3,30) n = 34	24,46 (3,18) n = 24

Comparando-se as médias de cada uma das faixas etárias entre os sexos pode-se constatar que somente na categoria infantil houve diferença estatisticamente significativa ( $p < 0,01$ ), apesar de haver uma tendência do masculino ter menor nível de ansiedade-traço competitiva na categoria Mirim e ocorrer o inverso na categoria Pré-Mirim.

Nas TABELAS 3 e 4 pode-se observar os resultados obtidos a partir da combinação das variáveis sexo e categorias etárias, sendo a TABELA 3 específica para o sexo masculino e a TABELA 4 específica para o sexo feminino.

**TABELA 3** - Comparação dos níveis de ansiedade-traço competitiva das diferentes categorias etárias no sexo masculino.

Cat. Etárias	N	Média	D.Padrão
pré-mirim	21	22,05	3,87
mirim	24	19,83	3,59
infantil	36	19,48	4,31

**TABELA 4** - Comparação dos níveis de ansiedade-traço competitiva das diferentes categorias etárias no sexo feminino.

Cat. Etárias	N	Média	D.Padrão
pré-mirim	25	21,76	4,20
mirim	34	21,76	3,30
infantil	24	24,46	3,18

Comparando-se os resultados dos grupos etários de cada sexo constatou-se não haver diferenças estatisticamente significantes ( $p < 0,01$ ).

## DISCUSSÃO

Os resultados obtidos neste estudo encontram similaridade em pesquisas desenvolvidas por outros autores nacionais e internacionais (De Rose Junior & Vasconcellos, 1995; Feltz, Lirgg & Albrecht, 1992; Lappa, Sant'Anna, Chiodo, Vasconcellos, De Rose Junior & Morikoshi, 1993; Sant'anna, Lappa, Chiodo, Vasconcellos & De Rose Junior, 1993). Os níveis de ansiedade-traço competitiva podem ser considerados moderados, quando analisados globalmente, de acordo com a escala estabelecida pelo autor do SCAT (Martens, 1977). Alguns atletas apresentaram um escore elevado (próximos ou no nível máximo proposto pelo teste - 30 pontos), atestando um alto grau de ansiedade-traço competitiva e que pode estar relacionado a fatores como: pouca experiência, falta de habilidade específica, pouco tempo de prática, maior responsabilidade, medos (de perder, do adversário, de críticas, etc.), entre outros (De Rose Junior, 1996).

Quanto à maior ansiedade das meninas, vários estudos além dos já citados, comprovam esta tendência, não só no atletismo, mas em outros esportes como o basquetebol, voleibol, lutas e outros. (Brustad, 1988; Finkenberg, Dinucci, McCune & McCune, 1992; Stefanello, 1990). Segundo esses autores os fatores que contribuem para que isto aconteça estão relacionados com o fato da competição ainda ser muito enfatizada para atletas do sexo masculino e a mulher ser muito cobrada quando compete, sendo comparada constantemente aos homens, existindo até mesmo um certo preconceito quanto à sua participação no esporte competitivo. Além disto, especula-se a possibilidade da mulher ser muito mais sincera em suas respostas, enquanto que os homens, por pressão social, tenderem a esconder ou camuflar seus sentimentos.

No caso da idade, notou-se haver diferenças estatisticamente significantes somente entre os grupos mais velhos masculino e feminino, apesar de haver uma tendência dos meninos serem sempre menos ansiosos do que as meninas, exceto no grupo mais jovem. Entre os grupos etários de um mesmo sexo esta diferença não aconteceu, e esses resultados foram também encontrados nos estudos já relacionados.

No masculino, o grupo mais jovem foi o mais ansioso e isto pode ter acontecido pela inexperiência dos meninos o que provocaria uma maior insegurança dos competidores, gerando maiores níveis de ansiedade. Fato semelhante ocorreu com o grupo mais velho das meninas, que apesar da idade, foi o grupo com menor participação em competições oficiais.

## CONCLUSÕES

Através deste estudo pode-se chegar a algumas conclusões:

- a) o nível de ansiedade-traço competitiva pode ser considerado moderado, apesar de alguns resultados individuais se aproximarem do nível máximo proposto pelo teste (30 pontos);
- b) os meninos são menos ansiosos que as meninas, com exceção do grupo Pré-Mirim (até 12 anos), sendo que esta diferença se acentua com o aumento da idade;
- c) no masculino, o grupo Pré-Mirim foi o mais ansioso, devido talvez à falta de experiência e pouco tempo de prática;
- d) no feminino, o grupo mais ansioso foi o Infantil (de 14 a 16 anos), que apesar de mais velho foi o grupo com menor experiência em competições oficiais.

Tendo em vista que o tema ansiedade competitiva é de suma importância para o desenvolvimento do esporte competitivo e se trata de um assunto muito pesquisado internacionalmente, mas que no Brasil não recebe a mesma atenção, pode-se sugerir que trabalhos sejam realizados com outros grupos esportivos, comparando-se resultados de diferentes esportes (exemplo: esportes individuais com esportes coletivos; diferentes esportes individuais; diferentes esportes coletivos, etc.). Além disto, torna-se importante estabelecer a relação de outras variáveis psicológicas com ansiedade competitiva. Exemplo: motivação, auto-estima, agressividade e competitividade, entre outras.

Esses estudos, com certeza trarão maiores esclarecimentos e contribuirão para um melhor entendimento dos fatores psicológicos que interferem no esporte, principalmente no esporte competitivo infanto-juvenil.

**ANEXO I - Teste de ansiedade competitiva infantil.****Caro Atleta:**

Queremos saber como você se sente quando vai participar de uma competição. Abaixo estão algumas afirmativas que representam o que as pessoas sentem quando competem. Leia cada uma delas com atenção e responda como você se sente quando vai competir. Assinale **A** se sua escolha for **Difícilmente**; marque **B** se a escolha for **Às Vezes** ou marque **C** se a escolha for **Sempre**. Não há respostas certas ou erradas.

- |  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| 1. Competir com os outros é divertido.                                       | A | B | C |
| 2. Antes de competir, sinto-me agitado.                                      | A | B | C |
| 3. Antes de competir, fico preocupado em não desempenhar bem.                | A | B | C |
| 4. Quando estou competindo, sou um bom esportista.                           | A | B | C |
| 5. Quando estou competindo, fico preocupado com os erros que possa cometer.  | A | B | C |
| 6. Antes de competir, sou calmo.   | A | B | C |
| 7. Quando se compete é importante ter um objetivo definido.                  | A | B | C |
| 8. Antes da competição, sinto algo estranho no estômago.                     | A | B | C |
| 9. Antes da competição, sinto que meu coração bate mais rápido que o normal. | A | B | C |
| 10. Eu gosto de jogos (ou competições) difíceis.                             | A | B | C |
| 11. Antes de competir, sinto-me descontraído.                                | A | B | C |
| 12. Antes de competir, sinto-me nervoso.                                     | A | B | C |
| 13. Esportes coletivos são mais emocionantes do que esportes individuais.    | A | B | C |
| 14. Eu fico nervoso querendo que o jogo (a competição) comece logo.          | A | B | C |
| 15. Antes de competir, sinto-me tenso.                                       | A | B | C |

**ABSTRACT****COMPETITIVE TRAIT-ANXIETY AND TRACK AND FIELD: A STUDY WITH YOUNG ATHLETES**

Competitive trait-anxiety is the predisposition to perceive some environment situations as threatening or nonthreatening, responding to them with varying levels of state-anxiety. The appraisal of some competitive situations made by an athlete is variable according to gender, age and type of sport. The purpose of this study was to identify the levels of competitive trait-anxiety in track and field athletes with age ranging from 10 to 16 years old, comparing those levels between boys and girls and different age groups. The study was carried out with 81 boys and 83 girls distributed into three age groups according to the Brazilian Track and Field Federation rules (up to 12; 12 to 14 and 14 to 16 years old), with at least, one participation in official competitions. All athletes answered the Sport Competition Anxiety Test (SCAT - Martens, 1977). Results showed that boys were less anxious than girls, specially at age 14 to 16 and that there was no difference in the level of anxiety among different ages in the same sex. The levels of competitive anxiety were considered moderate and the results were similar to other Brazilian and International studies.

UNITERMS: Sport psychology; Competitive anxiety; Youth competition.

**NOTA**

1. Competição infanto-juvenil será o termo utilizado para designar qualquer evento competitivo esportivo na faixa etária de 10 a 16 anos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRUSTAD, R.J. Affective outcomes in competitive youth sports: the influences of intrapersonal and socialization factors. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, v.10, n.3, p.307-21, 1988.
- De ROSE JUNIOR, D. A competição na infância e na adolescência. *Revista Metropolitana de Ciências do Movimento Humano*, v.2, n.2, p.6-13, 1995.
- \_\_\_\_\_. **Influência do grau de ansiedade-traço no aproveitamento de lances-livres.** São Paulo, 1985. 59p. Dissertação (Mestrado) - Escola de Educação Física, Universidade de São Paulo.
- \_\_\_\_\_. **Stress pré-competitivo no esporte infanto-juvenil: elaboração e validação de um instrumento.** São Paulo, 1996. 110p. Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.
- De ROSE JUNIOR, D.; VASCONCELLOS, E.G. Competitive trait anxiety: a study with young track and field competitors. In: EUROPEAN CONGRESS ON SPORT PSYCHOLOGY, 9., Bruxelles, 1995. **Proceedings.** Bruxelles, European Federation of Sport Psychology, 1995. p.168-74.
- FELTZ, D.L.; LIRGG, C.D.; ALBRECHT, R.R. Psychological implications of competitive running in elite long distance runners: a longitudinal analysis. *The Sport Psychologist*, v.6, p.128-38, 1992.
- FINKENBERG, M.E.; DINUCCI, J.M.; McCUNE, J.; McCUNE, S. Analysis of the effect of competitive anxiety on performance on taekwondo competition. *Perceptual and Motor Skills*, v.75, p.239-43, 1992.
- GALLAHUE, D. **Understanding motor development: infants, children, adolescents.** 2.ed. Indianapolis, Benchmark Press, 1989.
- LAPPA, L.Z.; SANT'ANNA, V.M.M.; CHIDO, M.C.; VASCONCELLOS, E.G.; De ROSE JUNIOR, D.; MORIKOSHI, S. Correlação entre ansiedade-estado somática e cognitiva em atletas infantis. In: CONGRESSO INTERNO DO INSTITUTO DE PSICOLOGIA USP, 2., São Paulo, 1993. **Anais.** São Paulo, Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 1993. p.f2.
- MALINA, R. Competitive youth sports and biological maturation. In: BROWN, E.V.; BRANTA, C.F., eds. **Competitive sports for children and youth: an overview of research and issues.** Champaign, Human Kinetics, 1988. p.227-45.
- \_\_\_\_\_. Readiness for competitive youth sport. In: WEISS, M.P.; GOULD, D., eds. **Sport for children and youth.** Champaign, Human Kinetics, 1986. Cap.7, p.45-50. (The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings, 10).
- MARTENS, R. **Sport competition anxiety test.** Champaign, Human Kinetics, 1977.
- MARTENS, R.; VEALLEY, R.S.; BURTON, D. **Competitive anxiety in sport.** Champaign, Human Kinetics, 1990.
- PASSER, M.W. Children in sport: participation, motives and psychological stress. *Quest*, v.33, n.2, p.231-44, 1982.
- \_\_\_\_\_. When should children begin competing? A psychological perspective. In: WEISS, M.P.; GOULD, D., eds. **Sport for children and youth.** Champaign, Human Kinetics, 1986. Cap.9, p.55-9. (The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings, 10).
- ROBERTS, G.C. Children in competition: a theoretical perspective and recommendations to practice. *Motor Skills: Theory into Practice*, v.4, n.1, p.37-50, 1980.
- RYAN, A.J. Perspective on children's sport with suggestions for future decisions. In: BROWN, E.W.; BRANTA, C.F., eds. **Competitive sports for children and youth: an overview of research and issues.** Champaign, Human Kinetics, 1988. p.309-13.
- SANT'ANNA, V.M.M.; LAPPA, L.Z.; CHIDO, M.C.; VASCONCELLOS, E.G.; De ROSE JUNIOR, D. Determinação e comparação de ansiedade-estado em atletas infantis. In: CONGRESSO INTERNO DO INSTITUTO DE PSICOLOGIA USP, 2., São Paulo, 1993. **Anais.** São Paulo, Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 1993. p.f4.
- SCANLAN, T.K.; PASSER, M.W. Factors related to competitive stress among male youth sport participants. *Medicine and Sciences in Sports*, v.10, n.2, p.103-8, 1978.
- STEFANELLO, J.M.F. Ansiedade competitiva e os fatores de personalidade de adolescentes que praticam voleibol: um estudo causal-comparativo. *Kinesis*, v.6, n.2, p.203-24, 1990.

Recebido para publicação em: 14 fev. 1997

Revisado em: 22 abr. 1997

Aceito em: 01 abr. 1998

ENDEREÇO: Dante De Rose Junior  
EEFEUSP  
Av. Prof. Mello Moraes, 65  
05508-900 - São Paulo - SP BRASIL