



XXV Congresso de Iniciação Científica da Unicamp

18 a 20 Outubro Campinas | Brasil



IDENTIFICANDO A MOTIVAÇÃO E ANSIEDADE NO ESPORTE UNIVERSITÁRIO

Kaio B. Guerrero, Paula T. Fernandes.

Resumo

A psicologia do esporte está diretamente ligada com o uso de questionários para a identificação de aspectos presentes em uma competição ou um período específico de treino. Facilitar esse processo vem sendo um desafio no mundo acadêmico, pensando nisso, o objetivo do trabalho foi criar um aplicativo que facilite o processo de obtenção de dados dos níveis de ansiedade e analisar a zona ótima de funcionamento (ZOF) de 25 atletas em esportes coletivos e sua funcionalidade. Concomitantemente foi mapeado a motivação existente em 150 atletas universitários a prática esportiva coletiva de quadra.

Palavras-chave:

Esporte universitário, motivação, ansiedade.

Introdução

A ansiedade é um influenciador direto do rendimento esportivo. Segundo Hannin, deve ser monitorada de forma individual, pois cada atleta possui uma zona da ansiedade estado em que o rendimento é otimizado (ZOF). O objetivo principal do trabalho foi levantar dados acerca da psicologia do esporte universitário, até então inexistentes no mundo acadêmico. Analisamos a ZOF através da criação de um aplicativo para facilitar a obtenção dos dados e calcular seus índices antes da competição e também quantificamos qual estágio da motivação está presente nos atletas universitários de modalidades coletivas, segundo a Teoria da Autodeterminação (Ryan e Deci), explicada abaixo:

Teoria da autodeterminação

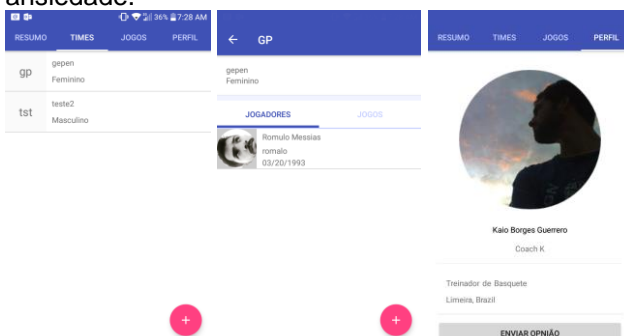


Nota: Adaptado de Ryan e Deci (1995)

Resultados e Discussão

O aplicativo calcula a ansiedade estado (somática e cognitiva) apresentada pré-jogo em 25 atletas através do questionário CSAI-2. Por se tratar da ZOF, não há números exatos de jogos, sendo o mínimo ≥ 3 . Concomitante à ZOF, a pesquisa englobou 150 atletas universitários a responder o questionário SMS-2 para mapear a motivação presente a prática esportiva.

Figura 1. Operacionalização do aplicativo referente a ansiedade.



Resultados e Discussão (cont.)

Legenda: Da esquerda para direita: tela inicial, tela de jogadores e perfil do usuário.

A figura 1 mostra a interface do aplicativo. Pré-jogo, o jogador responde o questionário CSAI-2 e a dificuldade do jogo (de 0 a 10) (este último é respondido pelo técnico também). Após o jogo, ambos analisam a performance do atleta na partida (nota de 0 a 10). Essas informações calculadas a média atleta-técnico compõem a ZOF.

Tabela 1. Propriedades da motivação

Motivação	Média	(DP)
Regulação Intrínseca	5,80	(1,01)
Regulação Integrada	5,09	(1,53)
Regulação Identificada	5,33	(1,32)
Regulação Introjetada	4,84	(1,15)
Regulação Externa	2,21	(1,34)
Desmotivação	2,00	(1,24)

A tabela 1 mostra as médias e desvio padrão de 150 alunos universitários referente a motivação a prática esportiva coletiva universitária. Podemos observar que, os valores seguem uma homogeneidade, da desmotivação, transitando até a motivação extrínseca chegando até a motivação intrínseca (maior valor), ou seja, os alunos/atletas possuem uma motivação à prática sendo estimulada por eles mesmos e não por fatores externos.

Conclusões

Com a migração dos processos manuais para smartphones, a obtenção dos dados tornou-se mais fácil. A ZOF é gerada pelo aplicativo de forma rápida, de fácil manuseio e aplicável na prática esportiva. Foi possível também o mapeamento da motivação dos praticantes de modalidades coletivas.

Agradecimentos

GEPEN, pela discussão do tema; FEF pelo espaço para pesquisa; PIBIC pelo financiamento.