I SEMANA CIENTÍFICA

Ansiedade-traço e Ansiedade-estado em Jovens Atletas

Autor(res)

Administrador Krot
Isador Tri[illegible]ão So[illegible]es
[illegible] Fernanda De Oliveira
Matheus Crivelari Fortes
Denise Silveira Barbosa

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

Introdução

Ansiedade é um termo utilizado para definir um estado psíquico de apreensão causado por uma antecipação de uma situação perigosa ou até mesmo desagradável ao indivíduo.
Para a psicologia o conceito pode ser apontado como impreciso, por causa do modo como é empregado nos sistemas explicativos por efeito de controle de diferentes eventos.
Com relação ao esporte, a ansiedade tem a ver com uma condição desagradável em resposta a um estresse captado por meio do desempenho de uma tarefa realizada sob pressão. Tem um componente chamado de ansiedade cognitivo que está relacionado ao pensamento e tem também um componente chamado de ansiedade somática que está relacionado com o grau de ativação física percebida.

Objetivo

O presente artigo teve como tema central a ansiedade-traço e a ansiedade-estado em jovens atletas e seu objetivo foi o de compreender como a vida do jovem é alterada quando se tem o diagnóstico de ansiedade, discutir como a psicologia define e realiza o tratamento e entender como ela conduz os atendimentos.

Material e Métodos

O tipo de pesquisa realizado foi uma revisão bibliográfica de caráter qualitativo e descritivo, onde foram pesquisados livros, dissertações e artigos científicos selecionados através de busca nas seguintes bases de dados: Psicologia no Esporte (Bryant J. Cratty, 1984), Psicologia dos Esportes – mitos e verdades (Robert N. Singer, 1977), Psicologia do Esporte – Temas Emergentes I (Afonso Antônio Machado, 1997), Why Behavior analysts should study emotion: The example of anxiety (Patrick C. Friman, Steven C. Heyes & Kelly G. Wilson. 1998) e Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício (Robert S. Weinberg, Daniel Gould; tradução: Maria Cristina Gulart Monteiro, Regina Machado Garcez, 2017). O período dos artigos pesquisados foram os trabalhos publicados nos últimos 16 anos, portanto foram utilizados 2 artigos. As palavras chaves utilizadas nas buscas foram: psicologia, esporte, atleta, diagnóstico, jovem.

Resultados e Discussão

Com o intuito de ajudar os atletas a colocar a vitória ou derrota em uma perspectiva mais adequada e auxiliá-los a ter autoconfiança apesar do fracasso, o psicólogo do esporte tem essa 'obrigação' após o jogo de identificar esse "efeito atrasado" que se mostra na ansiedade após a competição.

Para medir níveis de ativação, ansiedade traço e ansiedade estado, Weinberg e Gould (2017) falam que o psicólogo do esporte utilizará medidas psicológicas. Para medir a ativação, ele irá observar mudanças nos seguintes sinais fisiológicos: frequência cardíaca, respiração, condutividade cutânea e bioquímica. Essas são a chamada medida do autorrelato.

Conclusão

A diferença entre os dois tipos de ansiedade foi explicada de modo satisfatório e claro, tendo sido usados exemplos de vários autores. Porém, como essa patologia altera a vida do jovem obteve somente uma resposta breve através de uma pesquisa realizada pelos pesquisadores Carron e Bennet (1977) onde chegam à uma resposta de que os atletas ou aprendem a lidar com a ansiedade ou saem do esporte.

Referências

COÊLHO, Nilzabeth Leite; TOURINHO, Emmanuel Zagury. O conceito de ansiedade na análise do comportamento. Ansiedade, Universidade Federal do Pará, 1 out. 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/j/prc/a/MrqdGPVCrQG7SQzZXDCWbCg/?lang=pt. Acesso em: 02/09/2022

Friman, P. C., Hayes, S. C., & Wilson, K. G. (1998). Why behavior analysts should study emotion: The example of anxiety. Journal of Applied Behavior Analysis, 31, 137-156.

Junior, A. C.; Vicentim, J.; Crespilho, D. Relações entre ansiedade e psicologia do esporte. Ansiedade, Buenos Aires, ano 11, ed. 98, 2006. Disponível em: https://www.efdeportes.com/efd98/ansied.htm#:~:text=para%20o%20controle%20da%20ansiedade,e%20t%c3%a9cnico%20de%20seus%20atletas. Acesso em: 4 nov. 2022.

Anhanguera
Londrina