I SEMANA CIENTÍFICA

Ansiedade-traço e Ansiedade-estado em Jovens Atletas

Autor(res)

Administrador Krot
Isador Trindão Soares
Luiz Fernando 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