

# CARGA PSÍQUICA EM SITUAÇÕES DE JOGO: AVALIAÇÃO EM EQUIPES MASCULINAS E FEMININAS DE VOLEIBOL INFANTO-JUVENIL

Fábio Luiz Gouvea<sup>1,2</sup>  
Marlon Roberto Beisiegel<sup>2</sup>  
Dario Rocha da Fonseca Neto<sup>2</sup>  
Marcio Mario Artur de Oliveira<sup>2,3</sup>  
Marcelo Belém Silveira Lopes<sup>2,4</sup>

<sup>1</sup> Mestrando em Ciências do Desporto – Faculdade de Educação Física/UNICAMP

<sup>2</sup> Grupo de Pesquisas em Voleibol – Faculdade de Educação Física/UNICAMP

<sup>3</sup> Técnico das Categorias de Base – Clube Fonte São Paulo (Campinas)

<sup>4</sup> Docente – Faculdade de Educação Física/UNICAMP

GOUVEA, Fábio Luiz et al. Carga psíquica em situações de jogo: avaliação em equipes masculinas e femininas de voleibol infanto-juvenil. *Salusvita*, Bauru, v. 23, n. 1, p. 63-76, 2004.

## RESUMO

*Em uma modalidade de ações de execução complexas como o Voleibol, uma série de fatores pode influenciar o desempenho de jovens atletas. Neste artigo estudamos quais situações de competição provocam mais estresse, através do teste de carga psíquica de Frester, com o objetivo de elucidar o ponto de vista dos atletas sobre essas situações. A amostra deste estudo foi constituída por 136 atletas de equipes Infanto-Juvenis (15 a 17 anos de idade) que disputam campeonatos no Estado de São Paulo, sendo 80 jogadores do sexo feminino e 56 do sexo masculino. Foram feitas a média, desvio padrão e distribuição de frequências das respostas. A comparação entre os dois grupos foi feita utilizando-se o teste-t de Student ( $p < 0,05$ ). Foi estabelecida também a correlação entre os rankings classificatórios das respostas em função dos gêneros (Coeficiente de Correlação de Postos de Spearman). A comparação dos resultados dos dois grupos indicou que “não” existem diferenças estatisticamente significantes entre os gêne-*

Recebido em: 07/07/2003  
Aceito em: 02/08/2004

*ros. Analisando os grupos pelo ranking de respostas, encontrou-se uma altíssima correlação ( $r_s=0,95$ ;  $p<0,05$ ), o que permite reafirmar que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos. As situações específicas de competição foram apontadas como as que ocasionam maior carga psíquica. A interação com o técnico é tida como fundamental, e houve uma percepção de que estar em boas condições físicas é algo favorável. Os conflitos entre componentes da equipe e a ansiedade também receberam destaque como fontes de carga psíquica. Este artigo traz algumas colaborações para orientar o tipo de conduta que técnicos, preparadores, dirigentes, pais e familiares podem ter para minimizar os efeitos de situações negativas e estressantes para esses jovens atletas.*

**PALAVRAS-CHAVE:** voleibol; aspectos psicológicos; avaliação; atletas jovens

## INTRODUÇÃO

Em uma modalidade como o Voleibol, com ações de complexa realização, existe uma série de fatores que poderiam influenciar em sua execução. Essa complexidade acaba sendo mais um fator interveniente no desempenho.

Existem condições e situações que são menos ou mais favoráveis e que podem ser assim avaliadas conforme as reações de cada indivíduo. Noce (1999) afirma que no esporte de alto rendimento pode-se observar que os atletas são submetidos a diversos tipos de pressão (torcida, resultado, cobranças do técnico e dos companheiros) e que o rendimento está relacionado com a capacidade de superação dessas situações.

Entre os vários fatores psicológicos que fazem parte do contexto de uma competição, o estresse pode ser considerado como um fator preponderante para o desempenho (DE ROSE JR; DESCHAMPS; KORSAKAS, 2001a), mas não se pode deixar em segundo plano a influência da ansiedade, da motivação, da coesão de grupo, da experiência, da autoconfiança, entre tantos outros (PUJALS; VIEIRA, 2002). Considerando também os aspectos táticos dos desportos coletivos, que guardam alguma complexidade e exigem muito treinamento, devemos incluir também a atenção e a concentração (DE ROSE JR; DESCHAMPS; KORSAKAS, 2001b).

O estresse psíquico no esporte pode ser definido como uma situação vivenciada e percebida de forma subjetiva pelo atleta, que

GOUVEA, Fábio Luiz et al. Carga psíquica em situações de jogo: avaliação em equipes masculinas e femininas de voleibol infanto-juvenil. *Salusvita*, Bauru, v. 23, n. 1, p. 63-76, 2004.

GOUVEA, Fábio  
Luiz et al. Carga  
psíquica em situações  
de jogo: avaliação em  
equipes masculinas e  
femininas de voleibol  
infanto- juvenil.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 23, n. 1, p. 63-76,  
2004.

tem um caráter de ameaça em função de sua interação com o ambiente. Essa percepção é provocada por um mecanismo que inclui um agente estressor e uma reação de estresse que sempre se manifestará após uma avaliação cognitiva desse agente (SAMULSKI, 1992), sendo essa avaliação essencialmente individual.

O estresse sempre se manifesta quando há um desequilíbrio substancial entre as demandas físicas e/ou psicológicas e a capacidade de resposta, e normalmente tem fontes situacionais e pessoais (WEINBERG; GOULD, 2001). De Rose JR. et al. (1996) acrescentam que “o esporte competitivo é um evento potencialmente provocador de ‘stress’ porque exige do atleta um desempenho próximo do ideal...”.

Outros autores que estudaram atletas de esportes, níveis e faixas etárias diferentes (BRANDÃO, 1996; DE ROSE JR; VASCONCELOS, 1993; DE ROSE JR. et al., 1996; DE ROSE JR; DESCHAMPS; KORSAKAS, 2001a; NOCE, 1999; PUJALS; VIEIRA, 2002; SAMULSKI; CHAGAS, 1992) perceberam que certas condições e situações se destacam como fonte de estresse/carga psíquica considerável, especialmente aquelas ligadas à disputa competitiva.

Destacamos ainda estudos (DE ROSE JR.; 1997; DE ROSE JR; DESCHAMPS; KORSAKAS, 2001b; DUGDALE; EKLUND; GORDON, 2002) que chamam a atenção para o fato de que aspectos indiretamente ligados à competição devem ser levados em conta porque podem produzir um impacto sobre o desempenho esportivo. Entre esses, destacaram-se algumas fontes específicas como amigos, dinheiro, família, escola e vida social. Obviamente, essas fontes têm mecanismos de atuação diferentes em atletas jovens e em atletas de alto rendimento.

Diante do contexto apresentado, das particularidades da modalidade Voleibol e das diversas peculiaridades dos atletas dessa faixa etária (16 e 17 anos), objetiva-se identificar quais as condições e situações que parecem afetar o desempenho de jovens atletas de Voleibol nas disputas de jogos.

## METODOLOGIA

### *Amostra Pesquisada*

Foram incluídos na amostra por critério intencional, 136 atletas integrantes de equipes da categoria Infanto-Juvenil (15 a 17 anos de idade) de diversas equipes que disputam diferentes campeonatos no Estado de São Paulo. A amostra deste estudo teve um total de 80 jogadores do sexo feminino e 56 jogadores do sexo masculino.

### *Instrumento*

Os dados foram coletados utilizando um questionário que aborda questões sobre as condições e situações que podem representar uma carga psíquica em competições. Para tal procedimento, existem vários instrumentos e, devido às particularidades da modalidade e da amostra em questão, optamos por desenvolver um instrumento com características próprias, tendo alguns trabalhos (BRANDÃO, 1996; DE ROSE JR; DESCHAMPS; KORSASAKAS, 2001a; FRESTER, 1976; NOCE, 1999; SAMULSKI; CHAGAS, 1992) como referenciais.

Desta forma, constam no instrumento duas partes distintas: a primeira relacionada com a caracterização do perfil da amostra. A segunda, relacionada com as condições e situações típicas de jogo, para serem analisadas subjetivamente pelos atletas pois estão relacionadas ao desempenho. Cada um dos 26 itens deveriam ser analisados de acordo com uma escala de valores de 5 categorias, denominada de Likert-Scale, com a seguinte atribuição de pontos:

- +2 – De forma positiva: Muito;
- +1 – De forma positiva: Pouco;
- 0 – Neutro;
- 1 – De forma negativa: Pouco;
- 2 – De forma negativa: Muito;

### *Procedimentos Estatísticos*

Neste estudo, utilizou-se a estatística descritiva (média e desvio padrão, além da distribuição de freqüências). A comparação de médias entre os dois grupos de atletas foi feita utilizando-se o teste-t de Student, adotando um nível de significância  $p < 0,05$ . Foi estabelecida também a correlação entre os rankings classificatórios das respostas em função dos gêneros, utilizando o Coeficiente de Correlação de Postos de Spearman.

## RESULTADOS

A TABELA 1 apresenta os resultados com a média e o desvio padrão de todos os atletas da amostra e também o enunciado completo de cada item incluído no instrumento de pesquisa. A comparação dos resultados entre os atletas dos dois grupos através do teste T-student ( $p < 0,05$ ) indicou que “não” existem diferenças estatisticamente significantes entre os gêneros.

GOUVEA, Fábio  
Luiz et al. Carga  
psíquica em situações  
de jogo: avaliação em  
equipes masculinas e  
femininas de voleibol  
infanto- juvenil.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 23, n. 1, p. 63-76,  
2004.

GOUVEA, Fábio  
 Luiz et al. Carga  
 psíquica em situações  
 de jogo: avaliação em  
 equipes masculinas e  
 femininas de voleibol  
 infanto- juvenil.  
*Salusvita*, Bauru,  
 v. 23, n. 1, p. 63-76,  
 2004.

TABELA 1 – Resultados de todos os itens, por gênero.

	Situação	Masc		Fem	
		M	dp	M	dp
1	Dormir mal na noite anterior ao jogo	-0,98	1,12	-0,78	1,20
2	Deslocamento até o local do jogo	-0,56	0,92	-0,15	1,07
3	Seu desempenho no último jogo	0,57	0,99	0,86	1,21
4	Quando você vai jogar uma partida decisiva	0,84	1,30	1,42	1,01
5	Jogar uma partida quando está doente ou com alguma dor	-1,22	0,94	0,63	1,19
6	Fazer alongamento/ aquecimento antes do jogo	1,32	1,06	1,53	0,91
7	Quando o adversário é mais forte	0,66	1,10	1,46	0,84
8	Quando o adversário é mais fraco	0,25	1,16	-0,15	1,33
9	Retrospecto do seu time contra o adversário	0,41	0,97	0,62	1,14
10	Quando leva um bloqueio e vê a reação do adversário	-0,16	1,07	-0,01	1,30
11	As provocações do adversário	0,20	1,03	0,45	1,19
12	Quando não acerta um fundamento	-0,46	1,26	-0,66	1,17
13	As determinações e ordens do técnico	1,20	0,95	1,24	1,01
14	Ficar no banco de reservas	-0,54	1,08	-0,66	1,37
15	Erros dos árbitros contra o seu time	-0,93	1,04	-0,73	1,35
16	Quando você erra em um momento decisivo	-1,24	0,94	-1,03	1,21
17	Entrar no jogo em momentos críticos ou importantes	0,86	1,21	0,91	1,18
18	Sair em momentos críticos ou importantes	-0,66	1,20	-0,78	1,19
19	Torcida adversária	0,40	0,97	0,45	1,21
20	Torcida a favor	1,38	1,05	1,49	0,77
21	Presença dos pais/família no ginásio	0,67	1,11	1,08	1,16
22	Pais que te cobram demais antes, durante ou depois do jogo	-0,15	0,83	-0,32	1,09
23	Quando um colega reclama muito	-0,55	0,87	-0,61	1,00
24	Quando um colega age com displicência	-0,84	1,16	-0,71	1,23
25	Quando leva uma bronca de um colega ou do técnico	0,31	1,14	0,29	1,15
26	Local inadequado para o jogo (vestiário, iluminação, piso, etc.)	0,64	1,23	-0,54	1,15

Ao analisar os dois grupos pela ordem de suas respostas (ranking), utilizando o Coeficiente de Correlação de Postos de Spearman, vemos que existe uma altíssima correlação ( $r_s=0,95$ ;  $p<0,05$ ) nesses rankings, o que permite reafirmar que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos, o que pode ser visto de forma resumida nas TABELAS 2 e 3.

GOUVEA, Fábio Luiz et al. Carga psíquica em situações de jogo: avaliação em equipes masculinas e femininas de voleibol infanto-juvenil. *Salusvita*, Bauru, v. 23, n. 1, p. 63-76, 2004.

TABELA 2 – Situações de menor carga psíquica, atletas do sexo masculino.

		M	dp
20	Torcida a favor	1,38	1,05
6	Fazer alongamento/ aquecimento antes do jogo	1,32	1,06
13	As determinações e ordens do técnico	1,20	0,95

TABELA 3 – Situações de menor carga psíquica, atletas do sexo feminino.

		M	dp
6	Fazer alongamento/ aquecimento antes do jogo	1,53	0,91
20	Torcida a favor	1,49	0,77
7	Quando o adversário é mais forte	1,46	0,84
13	As determinações e ordens do técnico	1,24	1,01

Nota-se que as situações que geram menor carga psíquica são as mesmas, e com valores que não são estatisticamente diferentes, conforme já citado anteriormente. Para as situações de maior carga psíquica, o quadro é semelhante, apresentado também de forma resumida nas TABELAS 4 e 5, abaixo:

GOUVEA, Fábio  
 Luiz et al. Carga  
 psíquica em situações  
 de jogo: avaliação em  
 equipes masculinas e  
 femininas de voleibol  
 infanto- juvenil.  
*Salusvita*, Bauru,  
 v. 23, n. 1, p. 63-76,  
 2004.

TABELA 4 – Situações de maior carga psíquica, atletas do sexo masculino.

		M	dp
16	Quando você erra em um momento decisivo	-1,24	0,94
5	Jogar uma partida quando está doente ou com alguma dor	-1,22	0,94
1	Dormir mal na noite anterior ao jogo	-0,98	1,12
15	Erros dos árbitros contra o seu time	-0,93	1,04

TABELA 5 – Situações de maior carga psíquica, atletas do sexo feminino.

		M	dp
16	Quando você erra em um momento decisivo	-1,03	1,21
18	Sair em momentos críticos ou importantes	-0,78	1,19
1	Dormir mal na noite anterior ao jogo	-0,78	1,20
	Erros dos árbitros contra	-0,73	1,35

Fazendo uma comparação entre os gêneros, inicialmente se constata que 14 dos 26 itens apresentam valores negativos pelas atletas do sexo feminino, o que poderia parecer que estas percebem uma maior carga psíquica. Porém, ao comparar os itens tidos como estressantes pelos dois grupos, vemos que os valores de carga psíquica, em 8 deles, são maiores para os atletas do sexo masculino. E analisando os itens considerados motivantes pelos dois grupos, apenas em um deles os rapazes apresentam valores mais elevados. Portanto, qualquer conclusão nesse sentido é precipitada.

Os itens 6, 20 e 13 mostraram-se muito positivos para o desempenho dos atletas dessa faixa etária. E os itens 16, 1 e 15 mostraram-se como situações de maior carga psíquica, considerando os grupos de maneira separada ou não. Ao realizar a análise de cada um dos gêneros, surgem alguns itens destacados particularmente: os itens 4, 7 e 18 para o grupo feminino e os itens 5 e 17 para o grupo dos rapazes.

## DISCUSSÃO

As análises estatísticas realizadas confirmam que as situações de jogo incluídas no instrumento de pesquisa geram cargas psíquicas que são percebidas de maneira muito semelhante pelos atletas, independentemente do gênero.

A situação contida no item 6 foi classificada como positiva pelos atletas dos dois grupos. Lembramos que esse item é um dos 2 itens da categoria “Estado Físico”, o que mostra a importância desse fator para os atletas dessa faixa etária.

Outros estudos (DE ROSE JR et al., 1996; DUGDALE; EKLUND; GORDON, 2002; JACKSON, DOVER; MAYOCCHI, 1998; SAMULSKI; CHAGAS, 1992) já apresentaram resultados semelhantes, mas não podemos esquecer que a demanda competitiva dessa categoria é grande, tornando o aspecto físico fundamental, e parece que os atletas pesquisados percebem isso.

Cratty (1984) e Singer (1977) afirmam que a influência da torcida é negativa para o desempenho de quem está nos estágios iniciais de aprendizagem e tem influência positiva ou neutra sobre quem tem mais habilidade. Os resultados deste estudo mostraram que para os atletas pesquisados, a torcida adversária parece ter uma influência neutra e a torcida a favor uma influência bastante positiva, portanto, o fator “Torcida” não representa grande carga psíquica.

Os valores obtidos para o item 13 mostram a importância da interação do técnico com os atletas como um fator que não causa carga psíquica tão elevada, desde que seja feita de maneira, digamos, equilibrada e racional. De Rose Júnior, Deschamps e Korsakas (2001a) mostraram em um de seus estudos que jovens atletas apontaram situações em que o técnico que não age de maneira correta (não reconhece o esforço, só critica, privilegia determinado jogador) torna-se fonte importante de estresse. Atletas de alto nível não classificaram as instruções do técnico entre as fontes de estresse mais destacadas (DUGDALE; EKLUND; GORDON, 2002).

Pujals e Vieira (2002) apontaram que falhas na comunicação entre técnico e atletas podem atrapalhar o desempenho destes em situações como o desenvolvimento de estratégias para aperfeiçoar o desempenho, por exemplo. O Voleibol é uma modalidade de habilidades manipulativas, abertas e não-naturais ou construídas, que pedem uma seleção de respostas motoras adequadas à situação (BIZZOCCHI, 2000; GALLAHUE; OZMUN, 2002), portanto, tem uma grande complexidade e exige bastante treinamento, tornando importante a interação do técnico com os atletas.

GOUVEA, Fábio  
Luiz et al. Carga  
psíquica em situações  
de jogo: avaliação em  
equipes masculinas e  
femininas de voleibol  
infanto-juvenil.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 23, n. 1, p. 63-76,  
2004.



GOUVEA, Fábio  
Luiz et al. Carga  
psíquica em situações  
de jogo: avaliação em  
equipes masculinas e  
femininas de voleibol  
infanto- juvenil.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 23, n. 1, p. 63-76,  
2004.

O item 4 recebeu destaque de todos os atletas como positivo para o desempenho. Em trabalhos anteriores (BRANDÃO, 1996; PUJALS; VIEIRA, 2002; NOCE, 1999; SAMULSKI; CHAGAS, 1992) situações referentes a uma preparação inadequada foram citadas como fonte significante de estresse. Em estudos com atletas de diferentes escalões – categorias Infantil (14 e 15 anos) e Infanto-Juvenil (16 e 17 anos) de ambos os sexos – percebeu-se que o fato de jogar uma partida decisiva aumenta a motivação e gera pouca carga psíquica (GOUVÊA et al, 2003a; 2003b; 2004).

Os itens n.º 17 e 18 aparecem com destaque para os dois grupos e estão relacionados a situações de jogo que afetam diretamente a autoconfiança. O fato de ser chamado pelo técnico para entrar ou sair do jogo em um momento decisivo reforça ainda mais a importância da interação do técnico com seus jogadores.

As situações relacionadas às “Dificuldades e Competências de Jogo” são as que parecem afetar mais negativamente o desempenho, tendo 4 situações (em um total de 7) entre as de maior carga psíquica.

O item 16 foi muito destacado por todos os atletas, em outros estudos também encontramos situações semelhantes (BRANDÃO, 1996; DUGDALE; EKLUND; GORDON, 2002; GOUVEA et al. 2003; NOCE, 1999; SAMULSKI; CHAGAS, 1992) relacionadas a erros em ações durante os jogos, apontadas pelos atletas como importantes e significativas fontes de estresse.

O item 1 trata de uma situação tipicamente relacionada à ansiedade. Alguns estudos (SAMULSKI; CHAGAS, 1992; PUJALS; VIEIRA, 2002) mostraram que a ansiedade foi um dos traços mais marcantes de jovens atletas de futebol (13 a 17 anos de idade) e que essa é uma situação considerada estressante para esses jovens, especialmente para os mais novos. No caso dos atletas estudados, essa percepção é diferente, por estarem num ambiente de maior competitividade, o que traz a necessidade de estar em plenas condições para competir. Quando não se tem essa percepção, é gerada uma carga psíquica maior. Em uma pesquisa com jovens atletas de Voleibol esse item também se apresentou entre os de maior carga psíquica (GOUVEA et al, 2003a; 2003b; 2004).

O item 15 tem ligações com a concentração e também é um fator situacional causador de estresse. A concentração envolve consciência da situação, atenção em sinais relevantes do ambiente e manutenção do foco de atenção (WEINBERG; GOULD, 2001).

Encontramos em Samulski e Chagas (1992) semelhanças nos resultados relacionados à situação contida nesse item, embora os autores salientem que atletas mais experientes têm maior estabilida-

de emocional e resistência ao estresse decorrente de situações como essa. Desta forma, é importante buscar maneiras de conscientizá-los a não dar muita importância aos erros dos árbitros, mantendo a atenção em fatos relevantes da disputa e não perder a consciência da situação e das suas funções em quadra.

O item 5, relativo ao estado físico, apareceu entre os de maior carga psíquica reafirmando o que já foi colocado sobre a importância para esses atletas de estar com boas condições. Em outros estudos (BRANDÃO, 1996; DUGDALE; EKLUND; GORDON, 2002; GOUVEA et al., 2004; NOCE, 1999; SAMULSKI; CHAGAS, 1992) situações semelhantes a essa também se constituem em fonte considerável de estresse para os atletas.

Os resultados dos grupos para o item 24 apareceram de maneira muito semelhante e seguiram a tendência de outros estudos, apontando para o fato de que os conflitos com companheiros de equipe representam uma carga psíquica considerável (BRANDÃO, 1996; DUGDALE; EKLUND; GORDON, 2002; GOUVEA et al., 2003A; NOCE, 1999; SAMULSKI; CHAGAS, 1992; DE ROSE JR; DESCHAMPS; KORSKAS, 2001A).

## CONCLUSÕES

As situações específicas de jogo, de competição, são aquelas que ocasionam maior carga psíquica nos atletas da faixa etária estudada. São semelhantes nos dois gêneros, e também muito ligadas a fatores como as altas exigências a que esses atletas estão submetidos constantemente.

Constatou-se também que o fator “Torcida” não se constitui em um obstáculo à performance, pois, o domínio que esses atletas têm das habilidades é suficiente para que eles possam avaliar esse fator como neutro ou favorável, e assim, poderem focalizar sua atenção em outros aspectos da competição.

Por outro lado, os atletas indicaram que a interação com o técnico é tida como fundamental, assim como mostraram uma percepção de que estar em boas condições físicas é algo favorável. Os resultados comprovaram que os atletas dessa faixa etária sabem da importância desses dois fatos, embora pairassem algumas dúvidas ou mesmo não se soubesse precisamente qual era a visão deles sobre isso.

A motivação é um fator importante para esses atletas, aqui manifestada com a expectativa de jogar uma partida decisiva, embora sendo essa uma situação que não tenha gerado carga psíquica para os atletas. Foi possível notar que a motivação oscila conforme

GOUVEA, Fábio Luiz et al. Carga psíquica em situações de jogo: avaliação em equipes masculinas e femininas de voleibol infanto-juvenil. *Salusvita*, Bauru, v. 23, n. 1, p. 63-76, 2004.

GOUVEA, Fábio  
Luiz et al. Carga  
psíquica em situações  
de jogo: avaliação em  
equipes masculinas e  
femininas de voleibol  
infanto-juvenil.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 23, n. 1, p. 63-76,  
2004.

as situações de jogo, como entrar ou sair de quadra em momentos importantes.

Os conflitos entre componentes da equipe e a ansiedade também receberam destaque como fontes de carga psíquica para os jogadores dessa faixa etária, o que de certo modo já era esperado. A maneira de lidar com esses fatores é bastante individual e demanda dos técnicos uma preparação adequada para que não causem interferência no andamento dos trabalhos da equipe.

Acreditamos que este trabalho traz colaborações para orientar o tipo de conduta que os técnicos, preparadores, dirigentes, pais e familiares podem ter no intuito de minimizar os efeitos de situações negativas e estressantes a que são submetidos esses jovens atletas.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. BRANDÃO, M. R. F. *Equipe Nacional de Voleibol Masculino: Um Perfil Sócio-Psicológico à Luz da Ecologia do Desenvolvimento Humano*. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Santa Maria, 1996.
2. BIZZOCCHI, C. *O Voleibol de alto nível: da iniciação à competição*. São Paulo: Fazendo Arte Editorial, 2000.
3. CRATTY, B. J. *Psicologia do Esporte*. 2. ed. Rio de Janeiro: Prentice-Hill, 1984.
4. DE ROSE JR., Dante. Sintomas de stress no esporte infanto-juvenil. *Revista Treinamento Desportivo*, v. 2, n. 3, p. 12-20, 1997.
5. DE ROSE JR., Dante; VASCONCELOS, Esdras Guerreiro. Situações de “stress” específicas do Basquetebol. *Revista Paulista de Educação Física*, v. 7, n. 2, p. 25-34, 1993.
6. DE ROSE JR., Dante; VASCONCELOS, Esdras Guerreiro; SIMÕES, Antonio Carlos; MEDALHA, José. Padrão de comportamento do “stress” em atletas de alto nível. *Revista Paulista de Educação Física*, v. 10, n. 2, p. 139-145, 1996.
7. DE ROSE JR., D.; DESCHAMPS, S. R.; KORSKAS, P. O jogo como fonte de Stress no Basquetebol Infanto-juvenil. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, v. 1, n. 2, p. 36-44, 2001a.
8. \_\_\_\_\_. Situações causadoras de stress no basquetebol de alto rendimento: fatores extracompelitivos. *Revista Brasileira Ciência e Movimento*, v. 9 n. 1, p. 25-30, 2001b.
9. DUGDALE, J. R.; EKLUND, R. C.; GORDON, S. Expected and unexpected stressors in major international competition: appraisal, coping and performance. *The Sport Psychologist*, v. 16, n. 1, p. nn-nn, 2002.

10. FRESTER, R. El. "Test" del Síntoma de carga: un procedimiento para análisis de la elaboración de condiciones de carga psíquica en los deportistas. In: KUNATH, P. (org.). *Aportes a la Psicología Deportiva*. Havana: Editorial Orbe, 1976.
11. GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. *Understanding Motor Development*. Boston, McGraw-Hill, 2002.
12. GOUVEA, F. L.; BEISIEGEL, M. R.; FONSECA NETO, D. R.; OLIVEIRA, M. M. A.; LOPES, M. B. S. Carga psíquica em situações de jogo: investigação em atletas de voleibol da categoria Infanto-Juvenil feminino (16-17 anos). *Revista do Vôlei*, São Paulo, ago/2003. Disponível em: <<http://www.revistadovolei.com.br>>. Acesso em 11 abr. 2004.
13. GOUVEA, F. L.; BEISIEGEL, M. R.; FONSECA NETO, D. R.; OLIVEIRA, M. M. A.; LOPES, M. B. S. Carga psíquica em situações de jogo: investigação em atletas de voleibol da categoria Infanto-Juvenil masculino (16-17 anos). *Revista do Vôlei*, São Paulo, nov/2003b. Disponível em: <<http://www.revistadovolei.com.br>>. Acesso em: 11 abr. 2004.
14. GOUVEA, F. L.; BEISIEGEL, M. R.; FONSECA NETO, D. R.; OLIVEIRA, M. M. A.; LOPES, M. B. S. Carga psíquica em situações de jogo: investigação em atletas de voleibol masculino (14-17 anos). In: CONGRESSO CIENTIFICO LATINO-AMERICANO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – UNIMEP, 3.º, 2004, Piracicaba/SP. Anais Piracicaba: Universidade Metodista de Piracicaba, 2004.
15. JACKSON, S. A.; DOVER, J.; MAYOCCHI, L. Life after winning gold: I. Experiences of Australian Olympic gold medallists. *Sport Psychologist*, v. 12, n. 2, p. 119-136, 1998.
16. NOCE, F. *Análise do Estresse Psíquico em Atletas de Voleibol de Alto Nível: Um Estudo Comparativo entre Gêneros*. Dissertação de Mestrado, Escola de Educação Física da Universidade Federal de Minas Gerais, 1999.
17. 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, 2002.
18. SAMULSKI, D. *Psicologia nos esportes: teoria e aplicação prática*. Belo Horizonte: Imprensa Universitária-UFMG, 1992.
19. SAMULSKI, D.; CHAGAS, M. H. Análise do stress psíquico na competição em jogadores de futebol de campo das categorias infantil e juvenil (15-18 anos). *Revista Brasileira Ciência e Movimento*, v. 6, n. 4, p. 12-18, 1992.
20. SINGER, Robert N. *Psicologia dos Esportes: mitos e verdades*. 2. ed. São Paulo: Harper & Row do Brasil Ltda., 1977.

GOUVEA, Fábio Luiz et al. Carga psíquica em situações de jogo: avaliação em equipes masculinas e femininas de voleibol infanto- juvenil. *Salusvita*, Bauru, v. 23, n. 1, p. 63-76, 2004.

GOUVEA, Fábio  
Luiz et al. Carga  
psíquica em situações  
de jogo: avaliação em  
equipes masculinas e  
femininas de voleibol  
infanto- juvenil.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 23, n. 1, p. 63-76,  
2004.

21. WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

## ANEXO

### Teste de carga psíquica de Frester (1976), modificado

Nome:

Data Nasc:

Equipe:

Categoria:    ( ) M    ( ) F

Posição:

Há quanto tempo treina Voleibol?

( ) menos de 1 ano    ( ) 1 a 2 anos    ( ) 2 a 3 anos

( ) 3 a 4 anos    ( ) mais de 4 anos

De quais competições já participou?

( ) Escolar    ( ) Ligas/Copas    ( ) Jogos Regionais

( ) Jogos Abertos    ( ) Federação Paulista de Volleyball

( ) Outros: \_\_\_\_\_

## FATORES QUE AFETAM SEU RENDIMENTO NOS JOGOS:

	Situação	de forma negativa		neutro	de forma positiva	
		muito	pouco		muito	pouco
1	Dormir mal na noite anterior ao jogo					
2	Deslocamento até o local do jogo					
3	Seu desempenho no último jogo					
4	Quando você vai jogar uma partida decisiva					
5	Jogar uma partida quando está doente ou com alguma dor					
6	Fazer alongamento/aquecimento antes do jogo					
7	Quando o adversário é mais forte					
8	Quando o adversário é mais fraco					
9	Retrospecto do seu time contra o adversário					
10	Quando leva um bloqueio e vê a reação do adversário					
11	As provocações do adversário					
12	Quando não acerta um fundamento					
13	As determinações e ordens do técnico					
14	Ficar no banco de reservas					
15	Erros dos árbitros contra o seu time					
16	Quando você erra em um momento decisivo					
17	Entrar no jogo em momentos críticos ou importantes					
18	Sair em momentos críticos ou importantes					
19	Torcida adversária					
20	Torcida a favor					
21	Presença dos pais/família no ginásio					
22	Pais que te cobram demais antes, durante ou depois do jogo					
23	Quando um colega reclama muito					
24	Quando um colega age com displicência					
25	Quando leva uma bronca de um colega ou do técnico					
26	Local inadequado para o jogo (vestiário, iluminação, piso, etc)					

GOUVEA, Fábio Luiz et al. Carga psíquica em situações de jogo: avaliação em equipes masculinas e femininas de voleibol infanto-juvenil. *Salusvita*, Bauru, v. 23, n. 1, p. 63-76, 2004.