



**INSTITUTO POLITÉCNICO DE SANTARÉM**  
**ESCOLA SUPERIOR DE DESPORTO DE RIO MAIOR**  
**MESTRADO EM PSICOLOGIA DO DESPORTO E EXERCÍCIO**



**RELAÇÃO ENTRE A COESÃO DE GRUPO E A ANSIEDADE  
PRÉ-COMPETITIVA**

Pedro Miguel Teixeira de Jesus e Silva

Orientadora:  
Professora Doutora Carla Chicau Borrego

Rio Maior, 20 de Outubro de 2015

## RESUMO

O objetivo deste estudo centra-se na compreensão da relação e influência da Coesão de Grupo na Ansiedade pré-competitiva, bem como na análise destas variáveis em função do género e nível competitivo. Este é um estudo quantitativo, descritivo e correlacional. Os instrumentos utilizados para a análise das variáveis em estudo foram o QAG - *Questionário do Ambiente de Grupo* (versão portuguesa do GEQ - *Group Environment Questionnaire*) e o IEAC - Inventário do Estado de Ansiedade Competitiva (versão portuguesa do CSAI-2 - *Competitive State Anxiety Inventory*). A amostra é composta por 272 atletas, sendo 83 do género feminino (30,5%) e 189 do sexo masculino (69,5%), com idades compreendidas entre 17 e os 46 anos ( $M=24$ ;  $DP=5.27$ ). Os resultados apurados indicam que as mulheres apresentam valores superiores no que concerne à Atração Individual para o Grupo em relação à Tarefa (AIG-T), bem como níveis mais elevados de Ansiedade Somática e Ansiedade Cognitiva. Pelo contrário, os homens apresentam resultados mais elevados de Auto-confiança. Verificou-se, ainda, que os atletas de competição de elite apresentam resultados superiores ao nível da Atração Individual para o Grupo em relação à Tarefa (AIG-T), Integração no Grupo em relação aos aspetos sociais (IG-S) e Integração no grupo em relação à Tarefa (IG-T), mas apresentam também resultados mais elevados ao nível da Ansiedade Cognitiva. Por fim, não se verificou a existência de relação entre a Coesão do Grupo e a Ansiedade Pré-Competitiva.

**Palavras-chave:** Coesão de Grupo, Ansiedade Pré-Competitiva, Ansiedade Somática, Ansiedade Cognitiva, Auto-confiança.

**ABSTRACT**

This study focuses on understanding the relationship and influence of group cohesion in the pre-competitive anxiety as well as in the analysis of these variables by gender and competitive level. This is a quantitative study, descriptive and correlational. The instruments used for the analysis of the study variables were the GEQ - Group Environment Questionnaire and the CSAI-2 - *Competitive State Anxiety Inventory*. The sample consists in 272 athletes, of which 83 were female (30.5%) and 189 male (69.5%), aged between 17 and 46 years ( $M = 24$ ,  $SD = 5.27$ ). The results obtained indicate that women have higher values in relation to Individual Attraction to Group-Task, as well as higher levels of Somatic Anxiety and Cognitive Anxiety. Contrariwise, men have higher Self-Confidence results. It was also found that elite competitive athletes showed better results than for each Individual Attraction to the Group-Task, Group Integration in relation to Social Aspects and Integration in the Group-Task, but also present results higher level of Cognitive Anxiety. Lastly, there was no relation founded between Group Cohesion and Pre-Competitive Anxiety.

**Key-words:** Group Cohesion, Pre-Competitive Anxiety, Somatic Anxiety, Cognitive Anxiety and Self-Confidence.

**ÍNDICE GERAL**

1. INTRODUÇÃO.....	1
1.1. Revisão de Literatura .....	1
1.2. Apresentação do problema.....	4
1.3. Objetivos.....	5
1.4. Variáveis.....	5
1.5. Hipóteses de Estudo .....	5
2. MÉTODO .....	6
2.1. Participantes.....	6
2.2. Instrumentos.....	6
2.3. Procedimentos.....	8
3. RESULTADOS .....	11
3.1 Caracterização da amostra .....	11
<i>Estudo 1 – Comparação da coesão e ansiedade pré-competitiva em função das</i> <i>variáveis nível competitivo e género. ....</i>	14
3.2. Resultados Descritivos .....	14
3.3. Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva em função do Género	16
3.4. Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva em função do Nível	
Competitivo .....	17
3.5. Discussão dos Resultados .....	18
<i>Estudo 2 – Correlação entre as variáveis Coesão de grupo e Ansiedade Pré-</i> <i>Competitiva em função das variáveis Nível Competitivo e Género. ....</i>	21
3.6. Resultados da correlação entre a Coesão de Grupo e a Ansiedade Pré-	
Competitiva .....	21
3.7. Preditores da Ansiedade Pré-Competitiva.....	21
3.8. Discussão dos Resultados .....	22
4. BIBLIOGRAFIA.....	25

**ÍNDICE DE GRÁFICOS E QUADROS**

Gráfico 1 – Caracterização da amostra por modalidade	11
Gráfico 2 – Caracterização da amostra por modalidade e género	11
Quadro 1 - <i>Teste do qui-quadrado (Modalidade * Género)</i>	12
Quadro 2 - Mediana das dimensões do QAG - Questionário do Ambiente de Grupo por modalidade, e valor de $p$ do Teste Kruskal-Wallis.	12
Quadro 3 - Mediana do (CSAI) - Inventário do Estado de Ansiedade Competitiva e respetivas dimensões por modalidade, e valor de $p$ do Teste Kruskal-Wallis	13
Quadro 4 - Teste de Mann-Whitney para diferença de médias entre o Género nas dimensões em estudo.	14
Quadro 5. Resultados descritivos da Coesão de Grupo (N=272)	15
Quadro 6. Resultados descritivos da Ansiedade Pré-Competitiva (N=272)	15
Quadro 7. Resultados descritivos da Direção da Ansiedade Pré-Competitiva (N=272)	16
Quadro 8. Resultados do teste de <i>U Mann Whitney</i> na comparação por género em relação à coesão de grupo e ansiedade pré-competitiva (N=272)	17
Quadro 9. Resultados do teste de <i>U Mann Whitney</i> na comparação por nível de competição em relação à coesão de grupo e ansiedade pré-competitiva (N=272)	18
Quadro 10. Coeficientes de correlação de <i>Spearman's Rho</i> entre as subescalas da coesão de grupo e da ansiedade pré-competitiva na amostra total (N=272)	21

## 1. INTRODUÇÃO

---

### 1.1. Revisão de Literatura

Ao longo dos anos de crescimento e desenvolvimento das ciências aplicadas ao desporto, são muitos os temas que suscitaram interesse nos investigadores, treinadores, professores, atletas etc., e entre eles está a Ansiedade, que parece ser um tema transversal ao longo dos anos de desenvolvimento destas ciências, nomeadamente da Psicologia do Desporto.

Desde muito cedo se percebeu que a Ansiedade influenciava o rendimento dos desportistas, nomeadamente através de aspectos físicas como a tensão muscular ou a dificuldade de coordenação, e aspectos psicológicas como a diminuição do foco atencional ou abandono precoce da prática desportiva. Por exemplo, Griffith (1934) identificou atletas que dispo de boas técnicas na prática desportiva, eram fracos no rendimento desportivo, na expressão original “*poor game performers*”, que falhavam completamente nas competições.

O contínuo estudo desta área permitiu o seu desenvolvimento e um aprofundar dos conhecimentos sobre uma área de interesse que se tornou cada vez mais especializada e que permitiu mais tarde concluir que tem raízes em dois elementos, entre outros, que resultam da situação competitiva que podem induzir percepção de ameaça e casusar estados de ansiedade: a incerteza dos acontecimentos e a importância do resultado (Martens, Burton, Vealey, Bump & Smith, 1990).

A própria definição de Ansiedade merece alguma atenção, uma vez que não deve ser confundida com conceitos como *Stress* ou *Arousal*, apesar de estes lhe estarem intimamente associados. De forma genérica, a Ansiedade consiste numa resposta à percepção de ameaças que podem ocorrer quer nos momentos de aprendizagem quer nos momentos de avaliação da prática desportiva (Cruz, 1996).

A investigação sobre a relação entre Ansiedade e Rendimento foi inicialmente baseada na Teoria do U-invertido (Yerkes & Dodson, 1908, como cit. por Craft e col., 2003). Assim, níveis moderados de ansiedade estavam geralmente associados com melhor rendimento, enquanto que níveis muito altos ou muito

baixos enfraqueciam o rendimento (Gould & Krane, 1992, Spielberger, 1989, como cit. Craft, e col., 2003).

Actualmente, uma das abordagens mais consensuais sobre o tema identifica a Ansiedade como um constructo multidimensional que, além da distinção ansiedade-estado e ansiedade-traço, é também composta pelas suas dimensões cognitiva e somática (Jones, 1995; Martens, Burton, Vealey, Bump, & Smith, 1990; Woodman & Hardy, 2001; Craft, e col., 2003) além ainda da Auto-confiança que Martens e colaboradores (1990) associam positivamente ao rendimento desportivo no estudo da Ansiedade e que é considerada como factor de crescimento linear do rendimento desportivo. Para os mesmos autores a Ansiedade Cognitiva é descrita como estando intimamente relacionada com preocupação e inclui expectativas negativas sobre o rendimento e uma auto-avaliação negativa; a Ansiedade somática é referida como a parte fisiológica e afectiva da resposta dos sujeitos, decorrente da activação (*Arousal*) autonómica.

Este contínuo trabalho de estudo sobre o tema e em particular sobre o binómio estado-traço, foi acompanhado pelo desenvolvimento de ferramentas específicas para desporto que permitissem aferir os níveis de Ansiedade estado e traço. É assim que surge o *CSAI* e posteriormente o *CSAI-2 – Competitive State Anxiety Inventory* (Martens, Burton, Vealey, Bump, & Smith, 1983), em português Inventário do Estado de Ansiedade Competitiva, traduzido e adaptado para a população portuguesa por Serpa e Santos (1991), que pretende medir o estado de ansiedade dos atletas antes das competições, a chamada ansiedade pré-competitiva, nas três dimensões acima referidas: Ansiedade Cognitiva, Ansiedade Somática e Auto-Confiança. Também surgiu o *SCAT – Sport Competition Anxiety Test*, em português Teste de Ansiedade no Desporto de Competição, que pretende medir o traço de ansiedade dos atletas através da distinção de percepção de situações competitivas possivelmente ameaçadoras (Martens, 1977; Martens, Burton, Vealey, Bump & Smith, 1990).

Um novo e importante factor a ponderar no estudo da Ansiedade, introduzido por Jones e Swain (1992; 1995) e reforçado por Jones e Harnton (1996), é a necessidade de distinguir a intensidade da Ansiedade manifestada da direcção, ou seja, se a Ansiedade reconhecida pelo atleta é percebida por si como facilitadora ou debilitadora do seu rendimento, dando origem ao *CSAI-2D* (, Eys, Hardy, Carron

& Beauchamp, 2003) pela inclusão de uma escala de Likert de 7 pontos, num contínuo de -3 a 3 incluindo 0, para recolher o carácter debilitativo (extremo negativo -3) ou facilitativo (extremo positivo 3) com que os atletas percepcionavam a intensidade da Ansiedade manifestada. Deste modo, o estudo deste tema e do seu impacto no rendimento desportivo evoluiu bastante e permitiu o desenvolvimento de novas abordagens orientadas com este factor, tais como a necessidade de se entender que entre alguns atletas a ansiedade pode funcionar como factor perturbador e prejudicar o seu rendimento, enquanto que, com outros atletas que a consigam gerir bem, pode até funcionar como factor facilitador e potenciar o seu rendimento (Ludqvist, 2006).

Outro tema de bastante e duradouro interesse em Psicologia do Desporto remete-nos para os processos de formação e coesão dos grupos e equipas desportivas. A definição de Coesão de grupo foi evoluindo ao longo dos anos e Carron, Widmeyer & Brawley (1985) desenvolvem uma definição operacional de coesão que incluía dimensões individual e colectiva para a coesão social e para a tarefa. Assim, surgem quatro dimensões que conceptualizam a abordagem ao tema: Atração Individual para o Grupo em relação à Tarefa (AIG-T), Atração Individual para o Grupo em relação aos Aspectos Sociais (AIG-S), Integração no Grupo em relação à Tarefa (IG-T) e Integração no Grupo em relação a Aspectos Sociais (IG-S).

Desta forma, a coesão de grupo passou de unidimensional a multidimensional (Carron, 1981, como cit. por Cruz & Antunes, 1996) podendo ser definida como o processo dinâmico que se reflecte na tendência para o grupo se manter unido na perseguição das suas metas e objectivos e/ou da satisfação das necessidades afectivas dos seus membros (Carron, Brawley & Widmeyer, 1998).

Foi precisamente o estudo de Carron, Widmeyer & Brawley (1985) que criou o *Group Environment Questionnaire* (GEQ), em português Questionário de Ambiente de Grupo (QAG), traduzido e adaptado para a população portuguesa por Serpa, Mendes e Bártolo (1993), que se aplica neste estudo.

Este tema da coesão dos grupos revela-se particularmente importante nas modalidades colectivas, embora possa funcionar também como catalisador sistémico nas modalidades individuais mas em que os atletas treinam em equipa podendo ser nas provas avaliados individualmente, como por exemplo no ciclismo.

São vários os benefícios do desenvolvimento da coesão dos grupos e que permitem identificar benefícios a vários níveis. Por exemplo, Prapavessis e Carron (1996) indicam que as melhorias na dinâmica de grupo podem melhorar o estado psicológico individual dos atletas.

Apesar de dois temas bastante comuns neste domínio do conhecimento, poucos estudos se debruçaram sobre a relação entre Ansiedade e Coesão de grupos. Ainda assim, Prapavessis e Carron (1996) indicam que atletas com um maior nível de Coesão manifestado na Atracção Individual para o Grupo em relação à tarefa (AIG-T), apresentavam níveis menores na Ansiedade Pré-competitiva. Eys e colaboradores (2003), concluem dois aspectos importantes de realçar na abordagem a esta investigação: primeiro, que os atletas que percebem a Ansiedade Cognitiva como facilitadora do seu rendimento, tem melhores resultados na Atracção Individual para o Grupo em relação à tarefa (AIG-T) e na Integração no Grupo para a Tarefa do que os atletas que percebem a Ansiedade Cognitiva como debilitadora; segundo, que os atletas que percebem a Ansiedade Somática como facilitadora do seu rendimento apresentam maiores percepções na Integração no Grupo para a Tarefa (IG-T).

Deste modo, surge o interesse em conhecer mais sobre a relação entre estes dois temas (Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva), acreditando-se que é pertinente e importante a realização desta investigação, como forma de promover alguns avanços nomeadamente no aprofundamento do carácter facilitador ou debilitativo que os atletas referem sobre os seus níveis de Ansiedade pré-competitivo.

## **1.2. Apresentação do problema**

A presente investigação refere-se a dois temas de interesse que são a Coesão de grupo e a Ansiedade Pré-competitiva. O seu interesse consiste em procurar particularmente a influência que a Coesão de Grupo poderá ter na Ansiedade Pré-Competitiva. Pretendemos ainda observar o comportamento da Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-competitiva em função do género e nível competitivo.

### **1.3. Objetivos**

À partida para esta investigação foram definidos objectivos que irão orientar todo o processo, sendo alguns mais específicos e outros mais gerais, com a finalidade de melhor se conhecerem estes conceitos tão presentes nos contextos desportivos a estudar. Assim, são estes os objectivos:

- Caracterizar e analisar a Coesão de grupo consoante as variáveis Nível Competitivo e Género;
- Caracterizar e analisar a Ansiedade Pré-Competitiva consoante as variáveis Nível Competitivo e Género;
- Analisar a relação e influência da Coesão de grupo na Ansiedade Pré-Competitiva.

### **1.4. Variáveis**

- Variáveis Dependentes: Coesão de grupo; Ansiedade Pré-Competitiva;
- Variáveis Independentes: Nível Competitivo e Género.

### **1.5. Hipóteses de Estudo**

#### **Estudo 1**

Hipótese 1: Esperam-se diferenças estatisticamente significativas ao nível da coesão de grupo e ansiedade pré-competitiva em função do género.

Hipótese 2: Esperam-se diferenças estatisticamente significativas ao nível da coesão de grupo e ansiedade pré-competitiva em função do nível competitivo.

#### **Estudo 2**

Hipótese 1: Esperam-se uma associação negativa entre a coesão de grupo e a ansiedade pré-competitiva.

Hipótese 2: Prevê-se que a coesão de grupo influencie negativamente a ansiedade pré-competitiva, tendo em conta o género e o nível competitivo.

## 2. MÉTODO

---

Estes estudos assentam numa abordagem quantitativa, de carácter descritivo e correlacional. É um estudo transversal de comparação de grupos, dado que a avaliação foi feita num único momento.

O tipo de amostragem é não aleatório por conveniência, uma vez que a amostra não é representativa da população em estudo.

### 2.1. Participantes

A amostra deste estudo é composta por 272 atletas, de 18 equipas desportivas de modalidades desportivas colectivas e de carácter aberto. Estas 18 equipas distribuem-se equitativamente por 3 grupos: Séniores Masculinos, Séniores Femininas e Formação Masculinos.

Considera-se neste estudo que corresponde a um Nível Competitivo de Elite de uma modalidade a competição de escalão sénior na sua divisão ou categoria mais alta. O Nível Competitivo de Formação é composto pelos escalões etários Sub-17, Sub-18 e Sub-19.

Dos 272 participantes, 83 são do género feminino (30,5%) e 189 do género masculino (69,5%), com idades compreendidas entre 17 e os 46 anos ( $M=24$ ;  $DP=5.27$ ). Além disto, 160 pertencem ao Nível Competitivo de Elite (58,8%) e 112 ao Nível Competitivo de Formação (41,2%).

Entre as posições que ocupam nas diferentes modalidades, 20 são guarda-redes (7,4%), 74 são defensivos (27,2%), 104 são centro-campistas ou ocupam a posição intermédia (38,2%) e 74 são ofensivos (27,2%). Apenas 34 são capitães (12,5%).

Os participantes têm uma experiência de prática desportiva entre 1 a 34 anos ( $M=9,87$ ;  $DP=5.37$ ). Para além disso, por semana dedicam 2 a 20 horas de treino/prática ( $M=8,17$ ;  $DP=3.19$ ) e têm em média quatro treinos por semana ( $Min. 1$ ,  $Max. 8$ ;  $DP=1,18$ ).

### 2.2. Instrumentos

Para avaliar a Coesão de Grupo será utilizado o GEQ - *Group Environment Questionnaire*, em português QAG - Questionário do Ambiente de Grupo (Serpa,

Mendes & Bártolo, 1993). Este instrumento desenvolvido para avaliar a Coesão e ambiente de grupo, é constituído por duas grandes dimensões, a Atracção Individual para o Grupo (AIG) e a Integração no Grupo (IG) que posteriormente se dividem em Atracção Individual para o Grupo em aspetos Sociais (AIG-S), (exemplo de item: “*Não gosto de participar nas atividades sociais desta equipa*”) e Atracção Individual para o Grupo em relação à Tarefa (AIG-T), (exemplo de item: “*Não estou satisfeito com o tempo que tenho para treinar*”); e igualmente Integração no Grupo relativamente a aspetos Sociais (IG-S), (exemplo de item: “*Os membros da nossa equipa raramente se vão divertir juntos*”) e Integração no Grupo relativamente à Tarefa (IG-T), (exemplo de item: “*A nossa equipa é unida na tentativa de atingir os seus objetivos desportivos*”). O questionário tem 18 itens e uma escala de resposta do tipo *Likert* de 9 pontos que varia entre o 1 (Discordo absolutamente) e o 9 (Concordo absolutamente). Para os itens existem cotações diretas e inversas das respostas. Nos itens de cotação direta a cotação atribuída corresponde ao valor da escala (1=1, 2=2, ...9=9) e nos itens de cotação inversa a cotação é atribuída invertendo os valores da escala (1=9, 2=8, ...9=1).

Da análise dos resultados da fidelidade neste estudo, verificamos que as dimensões apresentam uma consistência interna razoável, que varia entre .56 (Atração Individual para o Grupo em relação aos Aspetos Sociais) e .66 (Atração Individual para o grupo em relação à Tarefa). As restantes dimensões apresentam um Alfa de *Cronbach* de .66 (Integração no Grupo em relação aos Aspetos Sociais) e .65 (Integração no grupo em relação à tarefa). O total do questionário apresentou um alfa de .82, o que indica uma boa consistência interna (Anexo III). Os resultados apresentam-se semelhantes aos do estudo de validação de Serpa, Mendes e Bártolo (1993), que variam entre .62 e .67, e dos valores obtidos na análise factorial confirmatória realizada por Borrego, Leitão, Silva, Alves e Palmi (2010), na qual os valores variaram entre .55 e .82.

A Ansiedade Pré-Competitiva foi avaliada com recurso ao *CSAI-2 - Competitive Anxiety State Inventory-2* (Martens, Burton, Vealey, Bump, & Smith, 1983), em português Inventário do Estado de Ansiedade Competitiva, traduzido e adaptado para a população portuguesa por Serpa e Santos (1991). O questionário é constituído por 27 itens que avaliam a intensidade da Ansiedade e integram 3 dimensões com 9 itens cada, a saber: Ansiedade Somática (exemplo de item:

“*Sinto-me agitado*”), Ansiedade Cognitiva (exemplo de item: “*Estou preocupado com esta competição*”) e Auto-confiança (exemplo de item: “*Tenho confiança em mim mesmo*”). A escala de resposta tem uma sensibilidade do tipo Likert de 1 (Nada) a 4 (Muito), e a cotação das respostas é dada de acordo com a soma directa dos pontos obtidos em cada uma das questões, onde valores elevados nas dimensões correspondem a valores elevados de Ansiedade Somática, Cognitiva e Auto-confiança. Além disto, de acordo com as indicações tidas em conta após a revisão de literatura, decidiu-se medir também a direcção da Ansiedade Pré-competitiva, isto é, se esta é considerada pelos atletas como facilitadora ou debilitadora do seu rendimento. Assim, será avaliada pela presença de uma coluna adicional à direita da coluna da intensidade, onde para cada uma dos itens, após responderem à parte relativa à intensidade da Ansiedade, respondem à direcção da Ansiedade, ou seja, a forma como percebem essa Ansiedade, numa escala tipo Likert de 7 pontos, com extremo negativo em -3 (*Debilitador - Muito negativo*) e extremo positivo em 3 (*Facilitador - Muito positivo*).

Da análise da fidelidade deste instrumento na amostra em estudo, verificamos que os valores de Alfa de *Cronbach* variam entre .67 (Ansiedade somática) .88 (autoconfiança). Para além disso, o valor de Alfa da Ansiedade cognitiva é de .77 (Anexo IV). Estes resultados indicam uma consistência interna no geral boa, apesar de um pouco abaixo dos valores apurados no estudo de validação, nomeadamente de .89 (Auto-confiança), .87 (Ansiedade Cognitiva) e .81 (Ansiedade Somática).

## 2.3. Procedimentos

### 2.3.1 Procedimentos de Recolha de Dados

Inicialmente procedeu-se ao contacto com os clubes para conhecer a sua disponibilidade em participarem no estudo. Posteriormente foi realizada uma breve reunião com os responsáveis das equipas a fim de explicar todos os passos do processo e a acordar a sua participação.

Confirmada a participação das equipas, com os devidos consentimentos informados dos responsáveis e assegurando o anonimato dos participantes, assim como outras questões éticas de carácter confidencial, foi definido o dia de treino

em que seria aplicado o QAG, que se pretendeu que fosse a meio da semana para que o resultado desta avaliação não seja influenciado quer pelo jogo anterior quer pelo próximo. Também foi definido o dia de competição em que foi aplicado o CSAI-2, assim como as condições de participação e preenchimento dos instrumentos. Segundo a literatura, Craft e col. (2003), o protocolo de aplicação do CSAI-2 deverá ser entre 31 e 59 minutos antes do início da competição pois foi o período em que o teste teve o valor preditivo mais forte.

Nos momentos de recolha dos dados o investigador deslocou-se às instalações dos clubes de forma a cumprir com o protocolo de aplicação dos instrumentos e das condições devidas, salvaguardando deste modo a qualidade da investigação e a veracidade dos dados.

### **2.3.2 Procedimentos de análise dos dados**

Para a apresentação adequada dos dados, recorreu-se ao uso de tabelas e dados estatísticos antecedidos da respetiva análise. Obteve-se a análise dos dados por estatística descritiva e inferencial, através da utilização do software SPSS-22.0 (*Statistical Package for the Social Sciences*).

Tendo em consideração o cumprimento dos critérios necessários para a realização de testes de hipóteses paramétricos, conclui-se que a amostra não segue uma distribuição normal para as variáveis em estudo. Desta forma, foram utilizados testes não-paramétricos de Qui-Quadrado, Teste de Correlação de Spearman, Teste de Mann-Withney e Teste de Kruskall-Wallis.

O teste do Qui-Quadrado ( $\chi^2$ ) serve para testar se duas ou mais populações (ou grupos) independentes diferem relativamente a uma determinada característica, isto é, se a frequência com que os elementos da amostra se repartem pelas classes de uma variável qualitativa é ou não aleatória. O coeficiente de Correlação de Spearman é uma medida de associação não paramétrica entre duas variáveis pelo menos ordinais. Este coeficiente é obtido através da substituição dos valores das observações pelas respetivas ordens. As medidas de associação quantificam a intensidade e a direção da associação entre duas variáveis. O Teste de Mann-Withney é o teste não-paramétrico adequado para comparar as funções de distribuição de uma variável pelo menos ordinal medida em duas amostras independentes. O Teste de Kruskall-Wallis é o teste não-

paramétrico apropriado para comparar as distribuições de duas ou mais variáveis pelo menos ordinais observadas em duas ou mais amostras independentes (Marôco, 2014).

### 3. RESULTADOS

#### 3.1 Caracterização da amostra

Relativamente à modalidade dos participantes podemos observar no Gráfico 1 que a modalidade que apresenta maior distribuição é o Futebol (32,35%), seguindo-se o Rugby (21,69%), o Voleibol (17,38%), o Andebol (16,18%), Futsal (8,82%) e por fim o Hóquei em Patins (3,68%).

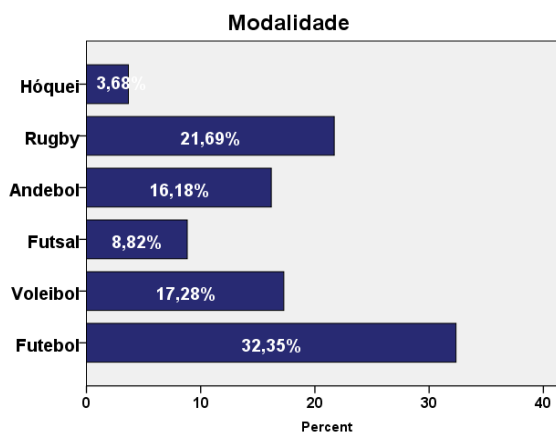


Gráfico 1

Através do Gráfico 2 é possível perceber, além da distribuição por modalidade, também a distribuição por género dentro dos participantes no estudo afectos a cada modalidade. Distinguem-se claramente: o Futebol, em que se apresenta o maior nº de participantes femininas (N=36) e que no Hóquei apenas se obteve a participação de atletas masculinos.

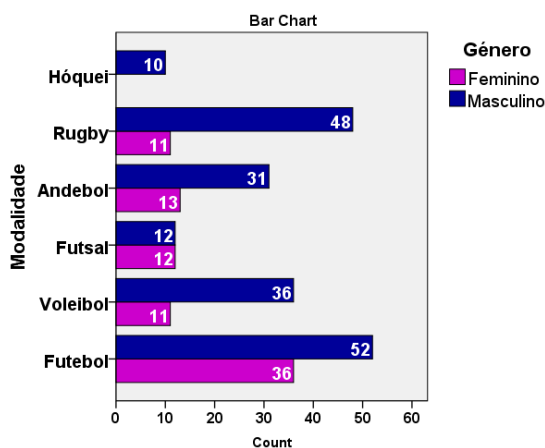


Gráfico 2

Para efeitos de cruzamento das variáveis modalidade e género recorreu-se ao Teste do Qui-Quadrado, apresentado no Quadro 1, onde podemos verificar que existem associações estatisticamente significativas ( $p=0,003$ ), o que nos leva a concluir acerca da dependência das variáveis.

Quadro 1. Teste do qui-quadrado (Modalidade \* Género)

			Género		Total
			Feminino	Masculino	
Modalidade	Futebol	Count	36	52	88
		% within Modalidade	40,9%	59,1%	100,0%
	Voleibol	Count	11	36	47
		% within Modalidade	23,4%	76,6%	100,0%
	Futsal	Count	12	12	24
		% within Modalidade	50,0%	50,0%	100,0%
	Andebol	Count	13	31	44
		% within Modalidade	29,5%	70,5%	100,0%
	Rugby	Count	11	48	59
		% within Modalidade	18,6%	81,4%	100,0%
	Hóquei	Count	0	10	10
		% within Modalidade	0,0%	100,0%	100,0%
Total	Count		83	189	272
	% within Modalidade		30,5%	69,5%	100,0%

$p=0,003$

No Quadro 2, apresentado em baixo, está a mediana do QAG - Questionário do Ambiente de Grupo e respetivas dimensões por modalidade e valor de  $p$  do **Teste Kruskal-Wallis** (Grouping Variable: Modalidade), onde podemos verificar diferenças estatisticamente significativas entre as modalidades no QAG ( $p=0,004$ ), as dimensões AIG\_T ( $p=0,000$ ), no **IG\_S** ( $p=0,034$ ) e no IG\_T ( $p=0,000$ ).

Quadro 2. Mediana das dimensões do QAG - Questionário do Ambiente de Grupo por modalidade, e valor de  $p$  do Teste Kruskal-Wallis

Modalidade	QAG	AIG_S	AIG_T	IG_S	IG_T
Futebol	6,77	7,20	7,25	5,88	6,50
Voleibol	6,38	7,40	6,25	6,75	5,75
Futsal	7,22	7,40	7,38	6,25	7,25
Andebol	7,18	7,70	8,00	6,75	6,88
Rugby	6,81	7,40	6,75	6,75	6,25
Hóquei	7,45	8,00	8,50	6,00	8,00
Chi-Square	17,546	5,272	22,331	12,084	24,293
df	5	5	5	5	5
Asymp. Sig.	<b>,004</b>	,384	<b>,000</b>	<b>,034</b>	<b>,000</b>

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Modalidade

No Quadro 3 está apresentada a mediana do (CSAI) - Inventário do Estado de Ansiedade Competitiva e respetivas dimensões por modalidade e valor de  $p$  do Teste Kruskal-Wallis (Grouping Variable: Modalidade), onde podemos verificar diferenças estatisticamente significativas entre as modalidades no CSAI ( $p=0,009$ ), na Ansiedade Somática ( $p=0,000$ ) e na Ansiedade Cognitiva ( $p=0,005$ ).

Quadro 3. Mediana do (CSAI) - Inventário do Estado de Ansiedade Competitiva e respetivas dimensões por modalidade, e valor de $p$ do Teste Kruskal-Wallis							
Modalidade	CSAI	Intensidade			Direcção		
		Ansiedade Somática	Ansiedade Cognitiva	Auto confiança	Ansiedade Somática	Ansiedade Cognitiva	Auto confiança
Futebol	2,30	1,56	2,22	3,11	4,56	4,50	6,00
Voleibol	2,19	1,56	1,89	3,00	4,56	4,33	5,89
Futsal	2,37	1,78	2,33	2,89	4,94	4,44	5,33
Andebol	2,17	1,44	2,11	3,00	4,56	4,67	5,72
Rugby	2,30	1,72	2,22	3,00	4,33	4,28	5,67
Hóquei	2,35	1,72	2,11	3,22	4,72	5,50	6,33
Chi-Square	15,421	25,320	16,931	6,117	4,308	7,455	7,122
df	5	5	5	5	5	5	5
Asymp. Sig.	,009	,000	,005	,295	,506	,189	,212

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Modalidade

Recorreu-se ao Teste de Mann-Whitney para amostras independentes com o objetivo de avaliar se existem diferenças estatisticamente significativas entre o Género nas dimensões em estudo. Os resultados são apresentados no Quadro 4, onde podemos verificar a existência de diferenças estatisticamente significativas no AIG\_T ( $p=0,001$ ), na Ansiedade Cognitiva ( $p=0,000$ ), na Autoconfiança ( $p=0,000$ ) e nas dimensões da Direcção da Ansiedade Somática ( $p=0,003$ ), na Ansiedade Cognitiva ( $p=0,011$ ) e na Autoconfiança ( $p=0,001$ ).

Quadro 4. Teste de Mann-Whitney para diferença de médias entre o Género nas dimensões em estudo

	Feminino	Masculino	
	Mediana	Mediana	<i>p</i>
QAG	7,08	6,76	0,069
AIG_S	7,40	7,40	0,530
AIG_T	7,75	7,00	<b>0,001</b>
IG_S	6,25	6,25	0,623
IG_T	6,75	6,50	0,172
CSAI	2,26	2,26	0,815
Intensidade			
Ansiedade Somática	1,67	1,56	0,080
Ansiedade Cognitiva	2,33	2,11	<b>0,000</b>
Autoconfiança	2,78	3,11	<b>0,000</b>
Direcção			
Ansiedade Somática	4,33	4,56	<b>0,003</b>
Ansiedade Cognitiva	4,28	4,56	<b>0,011</b>
Autoconfiança	5,56	6,00	<b>0,001</b>

### ***Estudo 1 – Comparação da coesão e ansiedade pré-competitiva em função das variáveis nível competitivo e género.***

#### **3.2. Resultados Descritivos**

##### **Coesão de Grupo**

Da análise ao Quadro 5 verifica-se que entre as dimensões de avaliação da Coesão de Grupo a que se apresenta mais elevada é a AIG-S - Atração Individual para o Grupo em Relação aos aspetos Sociais ( $M=7,27$ ;  $DP=1.25$ ) e a AIG-T - Atração Individual para o Grupo em Relação à Tarefa ( $M=7.02$ ;  $DP=1.57$ ). Além disso, a média de todas as dimensões apresenta-se superior à média da escala (4,5 em 9), o que indica que os inquiridos apresentam uma elevada coesão de grupo quer ao nível da Atração Individual quer da Integração no grupo, nos aspetos sociais e para a tarefa.

Quadro 5. Resultados descritivos da Coesão de Grupo (N=272)

	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>	<b>Min.</b>	<b>Max.</b>
AIG-S	7,27	1.25	2,60	9
AIG-T	7,02	1.57	2,00	9
IG-S	6,34	1.43	1,75	9
IG-T	6,47	1.46	2,25	9
QAG Total	6,80	1.05	3,89	8,83

### **Ansiedade Pré-Competitiva**

No que se refere à análise da Ansiedade Pré-Competitiva, com a análise do Quadro 6 constata-se que a dimensão que apresenta resultados mais elevados é a Auto-confiança ( $M=2.98$ ;  $DP=.25$ ), superiores à média da escala, que indica que de um modo geral os atletas estão convictos de que conseguem realizar a tarefa a que se propõe. Porém, a dimensão Ansiedade Cognitiva também apresenta resultados médios ligeiramente superiores à média da escala ( $M=2,17$ ;  $DP=.50$ ), o que pode indicar ansiedade mental moderada devido a expectativas negativas relativas ao sucesso ou a uma autoavaliação negativa.

Quadro 6. Resultados descritivos da Intensidade da Ansiedade Pré-Competitiva (N=272)

	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>	<b>Min.</b>	<b>Max.</b>
Ansiedade somática	1,69	.39	1	3,33
Ansiedade cognitiva	2,17	.50	1	3,67
Autoconfiança	2,98	.57	1	4
CSAI Total	2,28	.25	1,74	3,07

Ainda relativamente à análise da variável Ansiedade, no que concerne à direção da Ansiedade Pré-Competitiva, como se constata da análise do Quadro 7, a dimensão que apresenta resultados mais elevados, indicando que se apresenta como um facilitador ao nível do rendimento é a Auto-confiança ( $M=5.66$ ;  $DP=.95$ ), como seria de esperar pelo facto de esta ser um factor positivo na análise da Ansiedade. Apesar disso, as restantes dimensões são vistas pelos atletas como um facilitador para o seu rendimento.

Quadro 7. Resultados descritivos da Direção da Ansiedade Pré-Competitiva (N=272)

	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>	<b>Min.</b>	<b>Max.</b>
Ansiedade somática	4,55	.98	1,44	7
Ansiedade cognitiva	4,48	1.02	1,44	7
Autoconfiança	5,66	.95	2,33	7
CSAI Total	4,90	.81	2,48	7

### 3.3. Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva em função do Género

*Hipótese 1: Esperam-se diferenças estatisticamente significativas ao nível da Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva em função do género.*

No que se refere à primeira hipótese deste estudo, verifica-se, pela análise do Quadro 8, que, relativamente à Coesão de Grupo, apenas se encontram diferenças estatisticamente significativas ao nível do género na dimensão AIG-T - Atração Individual para o Grupo em relação à Tarefa ( $Z=-3.34$ ;  $p=.00$ ), sendo que os resultados se apresentam mais elevados nas Mulheres, o que indica que as mulheres apresentam maior atração para a realização das tarefas desportivas nas suas equipas.

Relativamente aos resultados da Ansiedade Pré-Competitiva, verificamos que existem diferenças significativas em todas as dimensões: Ansiedade Somática ( $Z=-1.96$ ;  $p=.05$ ), Ansiedade Cognitiva ( $Z=-3.38$ ;  $p=.00$ ) e Auto-confiança ( $Z=-4.04$ ;  $p=.00$ ), sendo as duas primeiras mais elevadas na Mulheres e a última mais elevada nos Homens.

Ainda em relação à Direção da Ansiedade, apuraram-se diferenças significativas também em todas as dimensões avaliadas: Ansiedade Somática ( $Z=-3.29$ ;  $p=.00$ ), Ansiedade Cognitiva ( $Z=-2.69$ ;  $p=.01$ ) e Auto-confiança ( $Z=-3.45$ ;  $p=.00$ ), sendo todas mais elevadas nos Homens, o que indica que estes avaliam mais a Ansiedade nas suas dimensões como um facilitador no seu rendimento.

Quadro 8. Resultados do teste de *U Mann Whitney* na comparação por género em relação à coesão de grupo e ansiedade pré-competitiva (N=272)

	Feminino (n=83)	Masculino (n=189)	Z	p
	Mean Rank	Mean Rank		
AIG-S	141.01	134.52	-.63	.53
AIG-T	160.45	125.98	-3.34	.00
IG-S	133.49	137.82	-.42	.68
IG-T	146.33	132.19	-1.37	.17
Ansiedade somática	135.56	116.80	-1.96	.05
Ansiedade cognitiva	145.16	112.67	-3.38	.00
Autoconfiança	98.22	137.05	-4.04	.00
Ansiedade somática – direção	100.65	132.29	-3.29	.00
Ansiedade cognitiva – direção	106.27	132.11	-2.69	.01
Autoconfiança – direção	101.42	134.54	-3.45	.00

Constatamos, assim, que a primeira hipótese deste estudo foi comprovada parcialmente, tendo-se verificado efetivamente diferenças ao nível da Ansiedade Pré-Competitiva e em uma das dimensões da Coesão de Grupo, a AIG-T -Atração Individual para o Grupo em relação à Tarefa.

### 3.4. Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva em função do Nível Competitivo

*Hipótese 2: Esperam-se diferenças estatisticamente significativas ao nível da Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva em função do nível competitivo.*

Relativamente à comparação de grupos em função do Nível Competitivo, como se verifica da análise do Quadro 9, existem diferenças estatisticamente significativas nas seguintes dimensões da Coesão de Grupo: AIG-T - Atração Individual para o Grupo em relação à Tarefa ( $Z=-4.12$ ;  $p=.00$ ), IG-S - Integração do Grupo em relação aos aspetos Sociais ( $Z=-2.53$ ;  $p=.01$ ) e IG-T - Integração no grupo em relação à Tarefa ( $Z=-2.10$ ;  $p=.04$ ), sendo em todas elas o resultado mais elevado no Nível competitivo de Elite.

No que concerne à Ansiedade Pré-Competitiva, apuraram-se diferenças estatisticamente significativas apenas na dimensão Ansiedade Cognitiva ( $Z=-1.99$ ;  $p=.05$ ). No que respeita à Direção da Ansiedade Pré-Competitiva, não foram

apuradas diferenças significativas entre o Nível Competitivo de Elite e o de Formação.

Quadro 9. Resultados do teste de *U Mann Whitney* na comparação por nível de competição em relação à Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva (N=272)

	Nível Competitivo de Elite (n=160)	Nível Competitivo de Formação (n=112)	Z	p
	Mean Rank	Mean Rank		
AIG-S	141.13	129.88	-1.16	.25
AIG-T	152.90	113.07	-4.12	.00
IG-S	146.57	122.12	-2.53	.01
IG-T	144.86	124.56	-2.10	.04
Ansiedade somática	128.71	112.64	-1.71	.09
Ansiedade cognitiva	130.16	111.32	-1.99	.05
Autoconfiança	121.10	129.33	-.87	.39
Ansiedade somática – direção	117.51	130.05	-1.33	.18
Ansiedade cognitiva – direção	125.41	120.01	-.57	.57
Autoconfiança – direção	121.16	127.77	-.70	.49

Assim, constata-se que a segunda hipótese também é parcialmente comprovada, tendo-se apurado diferenças significativas em função do Nível Competitivo em três das quatro dimensões da Coesão de Grupo (AIG-T, IG-S e IG-T) e numa dimensão da Ansiedade Pré-Competitiva (Ansiedade Cognitiva).

### 3.5. Discussão dos Resultados

No que concerne à Coesão de Grupo, através dos resultados obtidos verificamos que as Mulheres apresentam maiores níveis de coesão na segunda dimensão do questionário (Atração Individual), quando comparadas com os seus colegas de sexo masculino. Em termos de diferenças estatisticamente significativas, podemos ainda mencionar as variáveis inerentes à tarefa, nomeadamente no que respeita à AIG-T - Atração Individual e para a Tarefa ao nível do género nos atletas de Nível Competitivo de Elite.

Por outro lado, verificamos também que as atletas do género feminino quando comparadas com os atletas do género masculino percecionam mais necessidade de integração social entre os elementos do grupo, sentindo-se assim mais atraídas pelas atividades sociais, o que vai de encontro à revisão da literatura, Gomes, Pereira e Pinheiro (2008) num estudo realizado com atletas, de várias modalidades, constatarem diferenças semelhantes no que concerne aos aspetos

sociais e de interação para o género feminino. Os atletas do sexo masculino parecem estar mais distantes da atração individual e dos aspetos sociais, no que concerne às tarefas e atividades realizada em equipa. Nesta linha de pensamento, Santos (2004) menciona que no estudo efetuado também encontrou diferenças estatisticamente significativas na AIG-T Atração Individual para o Grupo em relação à Tarefa, quando procedeu à avaliação das diferenças de género, tendo o masculino demonstrado uma atitude mais favorável em relação à dimensão mencionada o que não se verifica neste estudo.

Martens e Peterson (1971) levam a cabo uma investigação com 1.200 sujeitos com o intuito de compreender a Coesão de Grupo e o rendimento desportivo. Os resultados obtidos neste estudo demonstram que a relação entre a Coesão de Grupo e o rendimento desportivo tanto pode ser positiva como negativa. Nos aspetos negativos, os autores verificam que os atletas não se empenham tanto como poderiam, com o objetivo de evitar conflitos com os colegas de equipa. Por outro lado, no que concerne aos aspetos positivos destaca-se o fato da equipa ser coesa, o que permite maior obtenção de sucesso. Em relação aos fatores de coesão inerentes à própria equipa, Cruz e Antunes (1996) mencionam que fatores como a experiência partilhada (partilha de sucessos ou insucessos) bem como a participação dos elementos na formulação dos objetivos e na natureza da tarefa emergem como fatores que estão positivamente relacionados com a Coesão de Grupo. Ainda dentro desta análise e tendo em consideração os resultados obtidos no nosso estudo, Gomes (2005) num estudo realizado com atletas portugueses de várias modalidades, menciona que os resultados que mais se evidenciam estão relacionados com o envolvimento pessoal, tanto a nível da realização da tarefa como a nível social. Deste modo, os participantes que integraram o estudo demonstram um maior bem-estar, no que concerne à coesão e ao ambiente da equipa. Os aspetos mencionados e o facto de os atletas praticarem várias modalidades e estarem em diferentes níveis competitivos pode ajudar a explicar o bom relacionamento entre os elementos da equipa e o bom clima que se vivencia dentro da mesma.

Observando agora as diferenças ao nível da Ansiedade em função do género, há que destacar que as três dimensões do questionário aplicado foram significativas, sendo os resultados mais elevados na dimensão Ansiedade

Somática e Cognitiva no género feminino, enquanto no género masculino foi na dimensão da Auto-confiança. Os resultados do nosso estudo vão de encontro á revisão da literatura. Nos últimos anos, Martens e colaboradores (1990) após um estudo levado a cabo sobre a complexa relação entre Ansiedade e rendimento competitivo, evidenciam que a Ansiedade Cognitiva se manifesta, por norma, através das expectativas negativas no que concerne ao rendimento e a auto-avaliação negativa. Por outro lado, a Ansiedade Somática parece estar relacionada com um processo desencadeado por respostas de cariz negativo em que se destacam sintomas a nível fisiológico como rápido batimento cardíaco, respiração “curta”, mãos húmidas, músculos tensos e “borboletas na barriga”. Neste sentido, para alguns autores, a distinção entre Ansiedade Competitiva como facilitadora ou debilitativa, parece refletir um artefacto metodológico. Deste modo, e partindo da abordagem mencionada, Burton e Naylor (1996) mencionam que a Ansiedade Cognitiva nem sempre prejudica o rendimento competitivo, visto que desencadeia emoções positivas, como o desafio e Auto-Confiança.

Para Carron (2002) os níveis satisfatórios de perceção de Coesão de Grupo favorecem o melhor desempenho e a possibilidade de sucesso na equipa. Portanto, segundo o autor supracitado é imprescindível desenvolver a Coesão de Grupo, principalmente em atletas de Nível Competitivo de Elite, uma vez que estes tentam continuamente melhorar o seu desempenho. Além do mencionado, a Coesão de Grupo constitui um fator de extrema importância, visto que permite melhorar o estado psicológico dos jogadores (Prapavessis & Carron, 1996). Segundo as conclusões destes últimos autores num estudo com desportistas de alto rendimento, bons níveis de coesão, principalmente na AIG-T - Atração individual para o Grupo em relação à Tarefa, contribuem para a diminuição da Ansiedade dos atletas. Os resultados do nosso estudo demonstraram que os atletas participantes apresentaram bons níveis de perceção de Coesão de Grupo, existindo uma diferença significativa na Coesão entre a AIG-T e a AIG-S, ou seja, entre a Atração Individual para o Grupo em relação a aspectos de Tarefa ou Sociais.

Assim, podemos concluir que embora o desporto esteja envolto pelo contexto competitivo (relativo a tarefas), o relacionamento interpessoal (vertente social) entre os atletas também é importante para a conquista de objetivos.

## **Estudo 2 – Correlação entre as variáveis Coesão de grupo e Ansiedade Pré-Competitiva em função das variáveis Nível Competitivo e Género.**

### **3.6. Resultados da correlação entre a Coesão de Grupo e a Ansiedade Pré-Competitiva**

*Hipótese 1: Espera-se uma correlação negativa entre a Coesão de Grupo e a Ansiedade Pré-Competitiva.*

Quadro 10. Coeficientes de correlação de *Spearman's Rho* entre as subescalas da Coesão de Grupo e da Ansiedade Pré-Competitiva na amostra total (N=272)

	AIG-S	AIG-T	IG-S	IG-T
Ansiedade somática	-.08 (.20)	-.01 (.90)	.01 (.83)	-.02 (.79)
Ansiedade cognitiva	-.03 (.60)	-.06 (.39)	.07 (.25)	-.03 (.66)
Autoconfiança	.00 (.96)	.03 (.62)	.09 (.18)	-.02 (.77)
Ansiedade somática – direção	.01 (.93)	-.05 (.43)	.07 (.30)	-.10 (.12)
Ansiedade cognitiva – direção	.07 (.25)	.03 (.68)	.07 (.28)	-.06 (.33)
Autoconfiança – direção	.10 (.13)	.05 (.44)	.01 (.88)	-.04 (.55)

Analisando-se os dados da correlação apresentados no Quadro 10, constata-se que não se verifica nenhuma associação entre as dimensões de ambas as variáveis. Do mesmo modo, não foi apurada nenhuma correlação entre a Coesão de Grupo e a Direção da Ansiedade Pré-Competitiva.

### **3.7. Preditores da Ansiedade Pré-Competitiva**

*Hipótese 2: Prevê-se que a Coesão de Grupo influencie negativamente a Ansiedade Pré-Competitiva, tendo em conta o género e o nível competitivo.*

Tendo em conta que não foi verificada correlação entre a Coesão de Grupo e a Ansiedade Pré-Competitiva e uma vez que não podem ser utilizados testes de regressão, não foi possível apurar quais as variáveis que influenciam a Ansiedade Pré-Competitiva.

### **3.8. Discussão dos Resultados**

O objetivo deste estudo foi analisar a correlação entre as dimensões da Coesão e Ansiedade Pré-Competitiva. Os resultados do nosso estudo indicam que as variáveis não se encontram positivamente correlacionadas, no que concerne ao género. No entanto, para os atletas no Nível Competitivo de Elite existe uma associação entre Integração dos aspetos Sociais e Ansiedade Somática.

Moraes (1990) afirma que existe uma relação entre Ansiedade e desempenho e que este parece variar de acordo com vários outros fatores, como tipo de desporto, dificuldade da tarefa, traço de personalidade do atleta, e ambiente. Em relação às variáveis situacionais (Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva) os estudos do impacto dos fatores da equipa na Ansiedade são mais escassos. Neste estudo verifica-se que não existe correlação entre Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva. Uma possível explicação suportada por Martens, Vealey e Burton (1990) é que a Ansiedade é menos saliente em equipas desportivas, uma vez que a responsabilidade pelos resultados negativos é mais diluída entre colegas, reduzindo assim a ameaça avaliativa individual sobre os membros da equipa quando comparando com atletas que fazem participações individualizadas onde estão muito mais responsabilizados. No entanto, embora a responsabilidade seja diluída, os atletas continuam a experienciar sentimentos e pensamentos de Ansiedade Pré-Competitiva associados com fatores de integração na equipa.

Prapavessis e Carron (1996) verificaram um efeito da Coesão de Grupo na Ansiedade Pré-Competitiva, referindo que a coesão estava relacionada com as respostas de Ansiedade Pré-Competitiva, mais especificamente, atletas com perceções mais altas de coesão de tarefa tiveram o fator cognitivo de Ansiedade Pré-Competitiva mais baixo, e nenhuma relação foi encontrada entre a vertente social da Coesão e a Ansiedade Pré-Competitiva.

Os resultados obtidos no estudo de Prapavessis e Carron (1996) apresentaram uma correlação estatística significativamente inversa para as seguintes variáveis: Ansiedade Cognitiva e Integração no Grupo-Tarefa. Desta forma, observa-se que quando a Ansiedade Cognitiva aumenta, os fatores Integração Grupo-Tarefa e Atração individual para o Grupo-Tarefa da Coesão tendem a diminuir e vice-versa. Mais especificamente, nos atletas com perceções

mais altas de coesão de tarefa tiveram o fator cognitivo de Ansiedade Pré-Competitiva mais baixo (Prapavessis & Carron, 1996).

Pode-se entender que esses sujeitos, à medida que estão mais apreensivos e preocupados, sentindo tensão, medo e apresentando comportamentos desorganizados, obtiveram diminuição de sua aproximação e Coesão de Grupo, da sua intimidade com os colegas, da sua atração por estes em torno dos objetivos da tarefa (Carron, Widmeyer, Brawley, 1985; Balaguer, 1994). Prapavessis e Carron (1996) não encontraram nenhuma relação entre Coesão na vertente social e a Ansiedade Pré-Competitiva. Entretanto, quanto a isso, os resultados desta pesquisa apresentaram discordância, pois se demonstrou que quando a ansiedade cognitiva aumentou, a Atração Individual para o Grupo-Social diminuiu e vice-versa, o que sugeriu a existência de uma relação inversa entre essas duas variáveis.

Em relação ao género existem neste estudo diferenças estatisticamente significativas no género feminino entre a dimensão individual nos aspetos sociais da Coesão de Grupo e Auto-Confiança e entre a Ansiedade Cognitiva e Auto-Confiança. Relativamente ao género masculino não existe associação entre as variáveis em estudo. Este resultado corrobora com um estudo realizado por White e Zellner (1996), em que as atletas femininas assumiam uma maior Ansiedade Somática que os atletas masculinos. Estes resultados vão de encontro ao estudo realizado por Cox e Liu (1993) que concluíram que os atletas do género masculino em comparação com os do género feminino apresentaram superioridade nas habilidades. Mahoney, Gabriel e Perkins (1987) realizaram um estudo que vai parcialmente ao encontro dos resultados obtidos, concluindo que as atletas do género feminino são menos confiantes e tendem a ter mais problemas ao nível da Ansiedade. Por seu lado Cruz (1997) no seu estudo com atletas nacionais de competição, concluiu que os atletas do género masculino manifestaram níveis mais baixos na perceção de ameaças gerada pela competição desportiva.

Com efeito, diversos estudos têm demonstrado que independentemente do nível de sucesso ou competição, os atletas do género masculino, quando comparados com atletas do género feminino, exibem níveis de mais baixos de ansiedade (Cruz & Caseiro, 1997). O resultado do nível de Auto-Confiança dos atletas do género masculino apresentou-se elevado, o nível de Auto-Confiança tem

relação com a motivação, assim o atleta ao estar motivado tem maior probabilidade de sair vencedor.

Quando comparamos a coesão do grupo com a ansiedade verificamos que os nos atletas de alta competição existe uma correlação positiva entre a integração dos aspetos sociais e a ansiedade somática. Ao contrário do que é apontado pela literatura, Carron (2005) e Nascimento e colaboradores (2011) referem uma característica recorrente em atletas de alta competição: a constante procura pelo melhor desempenho não se constitui como principal foco, sendo de extrema importância a coesão social.

Segundo Bocchini (2008) ter um elevado nível de ativação através da Ansiedade Somática é muito importante para as atividades que requerem rapidez, resistência física e força, como o futebol, mas no Nível Competitivo de Elite, o elevado nível de Ansiedade Somática é prejudicial para as habilidades complexas que utilizam movimentos musculares finos, coordenação, concentração e equilíbrio.

Para Lawther (1974) o grau de Ansiedade e a forma como este prejudica a performance do atleta, está dependente de inúmeras variáveis, destacando a exigência da tarefa a que o atleta está sujeito. Melo (2004) acrescenta que a ansiedade pode aumentar ou diminuir em função consoante as características individuais e consoante a tarefa. Rubio (2001) corrobora com a ideia apresentada e acrescenta que é comum ouvirem-se relatos de atletas que mencionam sentir Ansiedade antes ou durante a competição, sendo a performance afetada pela Ansiedade.

Com os resultados deste estudo, podemos concluir que as atletas femininas apresentam Ansiedade Pré-Competitiva, tendo níveis mais elevados de Ansiedade Somática, sem, no entanto, existir uma correlação entre a Coesão de Grupo e Ansiedade Pré-Competitiva.

#### 4. BIBLIOGRAFIA

---

- Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento en el deporte. Principios y Aplicaciones*. S.L.: Albatros Educación.
- Bocchini, D. (2008). Análise dos tipos de ansiedade entre jogadores titulares e reservas de futsal. *Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP*, 6, 522-532.
- Borrego, C.; Leitão, J.; Silva, C.; Alves, J., Palmi, J. (2010). "Análise Factorial Confirmatória do Group Environment Questionnaire, com atletas Portugueses", *Revista Avaliação Psicológica – IBAP*, 5, 5: 20 - 30.
- Burton, D. & Naylor, S. (1996). Is anxiety really facilitative?. Reaction to the myth that cognitive anxiety always impairs sport performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 295 –302.
- Carron, A., Brawley, L., & Widmeyer, W. (1998). *The measurement of Cohesiveness in Sport Groups*. In J. Duda (Ed.), *Advances in Sport and Exercise Measurement* (cap.12, pp. 213-225). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Carron, A., Bray, S. R., & Eys, M. A. (2002). Team cohesion and team success in sport. *Journal of Sport Sciences*, 20, 119-226.
- Carron, A., Hausenblas, H. A., & Eys, M. A. (2005). *Group dynamics in sport*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Carron, A., Widmeyer, W. & Brawley, L., (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The Group Environment Questionnaire. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 7, 244-266.
- Cox, R.H. & Liu, Z. (1993). Psychological skills: A cross-cultural investigation International. *Journal of Sport Psychology*, 24, 326-340.

- Craft, L., Magyar, M., Becker, B., & Feltz, D. (2003). The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and Sport Performance: A Meta-Analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 44-65.
- Cruz, J.F. (1996). *Stress e Ansiedade na Competição Desportiva: Natureza, Efeitos e Avaliação*. In J.F. Cruz (Ed.), Manual de Psicologia do Desporto (pp. 173-214). Braga: Sistemas Humanos e Organizacionais, Lda.
- Cruz, J.F. (1997). *Stress, Ansiedade e Competências Psicológicas em Atletas de Elite e de Alta Competição: Relação com o Sucesso Desportivo*. Psicologia aplicada ao Desporto e à Atividade Física -Teoria, Investigação e Intervenção - 1º Encontro Internacional, 111-139.
- Cruz, J.F., Antunes, J. (1996). *Dinâmica de Grupos e Coesão nas equipas desportivas*. In J.F. Cruz (Ed.), Manual de Psicologia do Desporto (pp. 425-446). Braga: Sistemas Humanos e Organizacionais, Lda.
- Cruz, J., & Caseiro, J. (1997). *Competências psicológicas e sucesso desportivo no voleibol de alta competição*. In J. C. A. Gomes (Ed.), Psicologia aplicada ao desporto e à atividade física: teoria, investigação e intervenção. Braga: Universidade do Minho.
- Eys, M., Hardy, J., Carron, A. & Beauchamp, M. (2003). The relationship between task cohesion and Competitive State Anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 66-76.
- Gomes, A. R. (2005). *Liderança e relação treinador-atleta em contextos desportivos*. Tese de Doutoramento não-publicada. Universidade do Minho. Braga, Portugal.
- Gomes, A., Pereira, A. & Pinheiro, A. (2008). *Liderança, Coesão e Satisfação em Equipas Desportivas: Um Estudo com Atletas Portugueses de Futebol e Futsal*. Psicologia: Reflexão e Crítica, 21 (3), 482-491.
- Griffith, C.R. (1934). *An Introduction to applied psychology*. New York: The MacMillan Company.

- Jones, G. (1995). More than just a game: Research Developments and issues in competitive anxiety in sport. *British Journal of Psychology*, 86, 449-478.
- Jones, G. & Harnton, S. (1996). Interpretation of competitive anxiety symptoms and goal attainment expectancies. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 144-157.
- Jones, G., & Swain, A. (1992). Intensity and direction as dimensions of competitive state anxiety and relationships with competitiveness. *Perceptual and motor skills*, 74, 467-472.
- Jones, G., & Swain, A. (1995). Predispositions to experience debilitating and facilitative anxiety in elite and nonelite performers. *The Sport Psychologist*, 9, 201-211.
- Lawther, J. D. (1974). *Psicologia desportiva*. Rio de Janeiro.
- Lundqvist, C. (2006). *Competing under pressure. State Anxiety, Sports Performance and Assessment*. Tese de Doutorado. Stockholm University – Department of Psychology.
- Mahoney, M. J., Gabriel, T. J., & Perkins, T. S. (1987). Psychological skills and exceptional athletic performance. *Sport Psychologist*, 1, 181-199.
- Marôco, J. (2014). *Análise Estatística: Com o SPSS Statistics* (6ª ed.). Lisboa: ReportNumber. ISBN 978-989-96763-4-3
- Martens, R. (1977). *Sport Competition Anxiety Test*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L., & Smith, D.E., (1990). *Development and validation of the Competitive State Anxiety-2 (CSAI-2)*. In R. Martens, R.S. Vealey, & D. Burton (Eds.), *Competitive Anxiety in Sport* (pp. 117-232). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, R., Peterson R.F. (1971). Group cohesiveness as a determinant of success and member satisfaction in team performance, *International Review of Sport Sociology*, 6, 49-61.

- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Melo, M. P. (2004) *Lazer, esporte e cidadania: debatendo a nova moda do momento*. Porto Alegre: Edições Movimento.
- Moraes, L. C. (1990). Ansiedade e desempenho no esporte. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 4 (2), 51-56.
- Nascimento Junior, R. A., Junior, Vieira, L. F., Sousa, E. A., & Vieira, J. L. L. (2011). Nível de satisfação do atleta e coesão de grupo em equipes de futsal adulto. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 13 (2), 138-144.
- Prapavessis, H. & Carron, A. (1996). The effect of group cohesion on competitive state anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18, 64-74.
- Rubio, K. (2001). *Encontros e desencontros: Descobrendo a Psicologia do Esporte*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Santos, A. (2004). *Impacto da liderança, coesão e satisfação dos atletas no rendimento desportivo: estudo no voleibol de alta competição*. Dissertação de Mestrado, Universidade do Minho, Braga.
- Serpa, S., Mendes, C. & Bártolo, R. (1993). *Questionário do ambiente do grupo*. ISPA/FMH-UTL, Lisboa.
- Serpa, S., Santos, A. (1991). *Ansiedade competitiva. Relação treinador atleta – Estudo da influência do treinador em atletas de ténis*. Tese de licenciatura. Doc. não publicado. Cruz-Quebrada: UTL – FMH.
- White, S.A., Zellner, S.R. (1996). The relationship between goal orientation, beliefs about the causes of sport success, and trait anxiety among high school, intercollegiate, and recreational sport participants. *The Sport Psychologist*, 10, 58-72.

Woodman, T., Hardy, L. (2001). Stress and anxiety. In R.N. Singer, H.A. Hausenblas, & M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (2nd ed.) (pp. 290-318). New York: John Wiley & Sons, Inc.