Recebido em: **18/9/2009** Emitido parecer em: **5/10/2009** **Artigo original**

EMOÇÕES E COMPETIÇÃO: CONSTATAÇÕES NO FUTEBOL DE CAMPO

Mauro Klebis Schiavon[1]; Franz Fischer[2]; Marcelo Callegari Zanetti[3], Afonso Antonio Machado[4]

RESUMO

Estados emocionais estão sendo intensamente investigados em atletas, devido à importância que a alteração dos mesmos pode representar para uma equipe, resultando em vitória ou derrota em uma competição. Sabe-se que a Psicologia do Esporte não é tratada com muita ênfase em equipes esportivas, em especial no futebol amador. O presente trabalho teve como objetivo investigar os estados emocionais em jogadores de futebol, presentes nos Jogos Regionais na cidade de Atibaia em 2009. Para atingir esse propósito, o presente estudo tem dois momentos: o primeiro caracterizado pela revisão de literatura, discute os estados emocionais e o segundo que abrange a coleta de dados, por meio de uma entrevista estruturada, com 59 participantes, ou seja, 31 mulheres e 28 homens. Os atletas participantes responderam um questionário aberto com 22 questões. Os principais resultados foram que os atletas apresentaram: Vontade de lutar (72,84%), Apoio dos colegas (72,84%), Entusiasmo (64,4%), Ansiedade (59,29%), Empenho (59,29%), Tensão (54,2%) e Animação (49,12%). Foi observado que os participantes desse estudo, por causa de suas diferenças individuais, oscilam em seus estados emocionais, durante um jogo de futebol, o que sugere que cada sujeito deva ter uma intervenção por parte da psicologia do esporte, buscando maximizar os pontos positivos e minimizar os negativos e, acima de tudo, que estes estados interferem na performance do atleta e, por conseguinte, na equipe.

Palavras chave: Estados emocionais, futebol, competição, psicologia do esporte.

ABSTRACT

Emotional states have been intensively investigated in athletes because of the importance the alteration of those can represent to a team, resulting in victory or defeat in a competition. It's known that the Sports Psychology is not treated with so much emphasis in sport teams, especially in the amateur soccer. The present work had as objective to investigate the emotional states in soccer players who participated in the Regional Games in Atibaia city, 2009. To reach that purpose, the present study has two moments: the first, characterized by the review of the literature, discusses the emotional states and the second, which includes the data retrieval through a structured interview with 59 participants, that is, 31 women and 28 men. The participating athletes answered an open questionnaire with 22 questions. The main results were that the athletes presented: Will of fighting (72,84%), Support of the colleagues (72,84%), Enthusiasm (64,4%), Anxiety (59,29%), Determination (59,29%), Tension (54,2%), and Liveliness (49,12%). It was observed that the participants in this study, because of their individual differences, vary in their emotional states during a soccer match, what suggests that each subject must have an intervention by the sports psychology, trying maximizing the positive aspects and minimizing the negative ones and, above all, that those states interfere in the performance of the athlete and, therefore, of the team.

Key words: Emotional states, soccer, competition, sports psychology.

REVISÃO DE LITERATURA

O presente estudo traz um embasamento numa revisão bibliográfica que permite um estofo teórico atual e abrangente, dentro daquilo que mais moderno temos na Psicologia do Esporte. Analisar o futebol como um fenômeno da sociedade do espetáculo e as nuances emocionais que seus atores vivenciam é tratado a partir deste espaço.

A ORIGEM DO FUTEBOL

Seu nome vem do inglês football (foot, pé; ball, bola) e se configura num fenômeno esportivo que atrai milhões de pessoas de diversas faixas etárias no mundo inteiro em função de sua forma de disputa atraente e seu jeito simples de jogar, despertando grande interesse. Basta uma bola, alguns jogadores e

delimitar as metas, para que, em qualquer espaço, crianças, jovens e adultos, possam se divertir com o futebol. No clube, na escola, na rua, no campinho da esquina ou até mesmo no quintal de casa, desde cedo indivíduos de vários países começam a praticar o futebol.

Sua origem é muito antiga e controversa, pois não há um consenso entre os autores no que diz respeito a esta origem. Na China Antiga existe registros de formas primitivas de futebol onde os militares após as guerras, formavam equipes para chutar a cabeça dos soldados inimigos.

No Japão, acontecia um jogo chamado Kemari realizado num campo de aproximadamente 200 metros quadrados e a bola era feita de fibras de bambu. Na cidade grega de Esparta, onde os militares usavam uma bola feita de bexiga de boi cheia de areia ou terra sendo um jogo muito violento.

Na Itália Medieval apareceu um jogo denominado gioco del calcio. Era praticado em praças e os 27 jogadores de cada equipe deveriam levar a bola até os dois postes que ficavam nos dois cantos extremos da praça, também muito violento. (http://www.suapesquisa.com/futebol/).

Na Inglaterra, por volta do século XVII, o jogo ganhou regras diferentes e foi organizado e sistematizado. O campo deveria medir 120 por 180 metros e nas duas pontas seriam instalados dois gols. A bola era de couro e enchida com ar. Com regras claras e objetivas, o futebol começou a ser praticado por estudantes e filhos da nobreza inglesa. Aos poucos foi se popularizando. No ano de 1848, numa conferência em Cambridge, estabeleceu-se um único código de regras para o futebol. No ano de 1871 foi criada a figura do goleiro, que seria o único que poderia colocar as mãos na bola e deveria ficar próximo ao gol para evitar a entrada da bola. Em 1875, foi estabelecida a regra do tempo de 90 minutos e em 1891 foi estabelecido o pênalti, para punir a falta dentro da área. Somente em 1907 foi estabelecida a regra do impedimento.

HISTÓRIA DO FUTEBOL NO BRASIL

Ao retornar da Inglaterra para o Brasil em 1894, Charles Miller trouxe em sua bagagem, duas bolas, camisas e um conjunto de regras indispensáveis à prática do futebol, sendo então, considerado o introdutor do futebol no país. (BORSARI, 1989).Os primeiros times a serem formados, foram o Paulistano, em São Paulo e o Fluminense, no Rio de Janeiro. No início, o futebol era praticado apenas por pessoas da elite, sendo vedada à participação de negros em times de futebol.

Em São Paulo, os primeiros jogos ocorreram nas várzeas do rio Tietê e seus afluentes, onde nos fins de semana jogadores invadiam o pasto de vacas e bezerros. Essa é a origem da palavra futebol "varzeano", porque várzea, quase sempre, é a continuação da beira do rio. (NICOLINI, 2001).

A primeira Copa do Mundo de Futebol aconteceu em Montevidéu, Uruguai, em 1930 com a participação de 13 países, inclusive o Brasil. Em 1950, a Copa do Mundo foi realizada no Brasil, sendo que a Seleção Brasileira foi derrotada na final, em pleno Maracanã, pela Seleção Uruguaia por 2 a 1. Considerado uma paixão nacional, o futebol brasileiro teve Edson Arantes do Nascimento, o Pelé, como seu maior expoente, sendo considerado, o atleta do século.

O futebol brasileiro participou em todas as 18 Copas do Mundo, desde a copa de 1930 no Uruguai até a Copa de 2006 na Alemanha tendo conquistado o pentacampeonato no Japão/Coreia em 2002. Hoje no Brasil o futebol é considerado o esporte número um, sendo praticado em todas as camadas sociais.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS NO FUTEBOL

Dentro do contexto esportivo, vários aspectos podem interferir no rendimento dos atletas: condições físicas, condições técnicas, condições táticas e condições psicológicas.

Na área da Psicologia, no final da década de 1980, estudos de Leventhal e Tomarken (1986), contribuíram de forma significante para que os estados emocionais e suas importâncias recebessem o devido valor nos processos sociais.

Segundo Lavoura et al (2008),

> "... as emoções se manifestam e interferem no rendimento atlético, porque se sabe que os estados emocionais são responsáveis pelo aparecimento de várias sensações e emoções e que essas acompanham e regulam as ações esportivas, contribuindo para o êxito ou fracasso no esporte".

O estudo das capacidades psicológicas se constitui em um elemento essencial para entender o esporte de rendimento. Taylor e Wilson (2005) afirmam que os atletas durante competições e treinamentos, podem passar por experiências emocionais que vão desde as emoções negativas, tais como frustração e desapontamento, até as emoções positivas, tais como excitamento e satisfação.

Em seus estudos, Gutiérrez (2000), explica que cada ser humano vivencia o momento segundo sua própria percepção do meio e mostra um modelo da teoria da emoção fundamentado na objetividade, onde um indivíduo que se encontra em uma determinada situação, desencadeia uma emoção, que sempre é acompanhada de uma reação fisiológica que poderá influir como facilitadora ou inibidora na conduta do indivíduo.

O mesmo autor afirma ainda que as emoções primárias, como medo, vergonha, ira, amor, ódio, orgulho, alegria, aflições e suas variações, manifestam-se com mais intensidade sob as reações corporais do que as emoções mais sutis, como sentimentos morais e intelectuais.

Weinberg e Goud (2001) defendem que o indivíduo que vivenciar emoções positivas, como alegria, felicidade, satisfação, excitação e contentamento podem manter boa atenção e concentração, já os indivíduos que se sobrecarregam de emoções negativas podem experimentar medo, desespero, raiva, nervosismo intenso, frustração, tristeza, fúria, tensão, culpa, pânico, vergonha e embaraço alterando o nível de atenção e concentração e, como consequência, modifica a coordenação motora.

Brandão (2000) afirmou que a habilidade de lidar com os aspectos psicológicos distinguem um jogador vencedor de um jogador perdedor. O atleta que não sabe lidar com esses aspectos, aumenta sua ansiedade antes e durante as competições, aumenta sua insegurança, diminui seu autocontrole, sua autoconfiança e autoestima. Para Machado (2006) o esporte é um meio em que se vivenciam as emoções com muita intensidade, despertando sentimentos não só nos atletas, mas também nos espectadores, e essas emoções manifestadas podem vir a criar um ambiente acolhedor ou um ambiente muito adverso para todos.

Hackford e Schlattmann (1991) salientam que, dependendo da interpretação, percepção e intensidade da emoção, as ações dos atletas podem assumir um sentido (sentimento) positivo ou negativo, influenciando assim, no desempenho do indivíduo.

A atenção e concentração podem ser influenciadas quando em situações de baixo rendimento o atleta experimentar nervosismo, mau humor, inquietude e apatia mental. Por outro lado, em situações de bom rendimento, pode ocorrer um estado ótimo de ativação, otimismo, autoconfiança, motivação, com a possibilidade de manter sua orientação para o êxito (SAMULSKI, 1995). Brandão, Rebustini e Agresta (2002) nos apresentam as reações geradas pelas emoções negativas que podem provocar uma mudança de foco no atleta e, consequentemente, alteração no desempenho esportivo: distorção visual; diminuição da flexibilidade mental; sentimentos de confusão; esquecimento dos detalhes; aumento no número de pensamentos negativos; menor capacidade de concentrar-se na atuação; atenção inadequada às vivências internas; diminuição da capacidade de tomada de decisão; recorrer a hábitos antigos inadequados e aumento da tendência a precipitar-se na atuação.

Para Fogiel (1986), a intensidade na qual uma emoção pode ser manifestada é explicada pelo nível de ativação que envolve essa emoção, caracterizado como um estado complexo do organismo, que provoca mudanças no corpo, nas expressões e, consequentemente nas ações.

Lavoura et al (2008) defendem a ideia de que, uma situação vivenciada por um atleta, dependendo da intensidade com que a emoção é aflorada, pode caracterizar um quadro normal ou anormal, que pode ou não chegar a comprometer as ações do indivíduo. Em virtude da importância que as emoções representam para o rendimento esportivo de um atleta ou de uma equipe, Lazarus (2000), apresenta as principais emoções presentes no ambiente esportivo: medo (um imediato, concreto e esmagador perigo físico); ansiedade (ameaça a sua existência); preocupação (sentimentos de dúvidas e incertezas); raiva (uma ofensa dirigida contra mim); culpa (ter transgredido uma regra moral); vergonha (fracassar em uma meta pessoal) e tristeza (ter vivenciado uma perda).

Na mesma sequência, ainda buscando reforço na literatura, temos: inveja (desejar algo que outra pessoa tem); ciúme (culpar uma pessoa pela perda ou ameaça de perda do afeto de uma terceira pessoa); felicidade (fazer progressos razoáveis na direção da realização de uma meta); orgulho (crédito por ter alcançado algo valioso); alívio (uma condição que foi modificada para melhor); esperança (acreditar que o impossível é possível); amor (desejar ou participar de relação afetiva); gratidão

(apreciação de um presente altruísta que traz benefícios pessoais) e compaixão (movido pelo sofrimento do outro e desejo de ajudar).

Algumas outras percepções também se apresentam no ambiente esportivo: aborrecimento (desgosto, indisposto, entediado); alegria (contentamento, júbilo, prazer moral); ansiedade (aflição, angustia, ânsia); animação (alegria, entusiasmo); apoio dos colegas (amparo, suporte, auxílio, proteção); cansaço (fatigado, enfraquecido); confusão (falta de ordem, dificuldade em discernir, falta de clareza); desanimo (falta de ânimo, abatimento, desalento); descontração (relaxamento); desespero (falta de esperança); empenho (interesse, dedicação); euforia (sensação de bem-estar); entusiasmo (excitação, paixão, dedicação, alegria); solidariedade (repartir igualmente as responsabilidades de uma ação, mutualidade de interesses e deveres); tensão (rigidez). (MIRADOR, 1976).

Sendo assim, a influência dos estados emocionais pode determinar mudanças nas ações dos atletas. Por este motivo, torna-se imprescindível que os técnicos conheçam os seus jogadores, entendam dos estados emocionais e seus preciosos manejos, para que trabalhos possam ser realizados e direcionados para que as influencias sejam cada vez mais positivas.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Foram participantes desta pesquisa, 59 atletas de futebol, sendo 31 do sexo feminino (idade média de 18,54 anos e tempo de prática de 7,92 anos) e 28 do sexo masculino (idade média de 17,96 anos e tempo de prática de 8,5 anos), de equipes participantes dos Jogos Regionais de Atibaia (4ª região), realizado entre os dias 31 de junho e 10 de julho de 2009. Utilizou-se um termo de consentimento livre e esclarecido para cumprir com questões da ética em pesquisa com humanos e questionário aberto contendo 22 itens, que poderiam ser escolhidos conforme o estado emocional do atleta, no momento após a coleta. Nesta coleta é possível assinalar quantas respostas quiser, de modo a indicar a situação emocional do momento. As respostas foram grupadas por categorias e analisadas à luz da metodologia qualitativa, por meio de uma análise temática.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De um modo geral e, em sua totalidade, os atletas apresentaram:

	28 homens	**31 mulheres**	**Total 59**	**%**
Aborrecimento	16	9	25	42,35
Alegria	8	15	23	38,96
Animação	15	14	29	49,12
Ansiedade	15	**20**	35	59,29
Apoio dos colegas	**17**	**26**	43	72,84
Cansaço	9	15	24	40,65
Confusão	**1**	**1**	2	3,38
Desanimo	4	5	9	15,24
Descontração	**2**	4	6	10,16
Desespero	**0**	**2**	2	3,38
Empenho	**19**	16	35	59,29
Entusiasmo	**20**	**18**	38	64,4
Euforia	4	5	9	15,24
Medo	2	11	13	22
Raiva	5	3	8	13,56
Saudades da família	**1**	6	7	11,85
Saudades do namorado (a)	2	**1**	3	5,08
Solidariedade	6	10	16	27,12
Tensão	16	16	32	54,2
Vergonha	3	**2**	5	8,47
Vontade de desistir	**1**	**2**	3	5,08
Vontade de lutar	**22**	**22**	44	74,53

Entre os atletas do sexo masculino observamos os maiores índices nos itens: apoio dos colegas, empenho, entusiasmo e vontade de lutar, o que demonstra no grupo entrevistado importância para dedicação, interesse, auxílio recebido pelos colegas e alegria. Os menores índices foram encontrados nos itens: confusão, descontração, saudades da família e vontade de desistir, evidenciando a necessidade de intervenção por parte do psicólogo do esporte. Embora a porcentagem nesses itens seja pequena, esses atletas estão passando por momentos de crise. Esses momentos de crise são momentos especiais para uma intervenção psicológica, propondo novos planos de ação para que os atletas busquem de maneira adequada atingir seus objetivos, como propõe em seus estudos, Brandão e Machado (2008). A descontração relatada é preocupante, pois os atletas podem ficar relaxados, podendo ocorrer falta de atenção e sendo o futebol um jogo dinâmico, isto pode representar uma derrota.

No grupo composto pelo sexo feminino, encontramos os maiores índices em: ansiedade, apoio dos colegas, entusiasmo e vontade de lutar. As emoções positivas devem ser maximizadas, mas a ansiedade em excesso, torna-se negativa, podendo deixar os atletas aflitos e angustiados. Os menores índices encontrados nesse grupo foram: confusão, desespero, saudades do namorado(a), vergonha e vontade de desistir. Desespero e vontade de desistir podem ser entendidos como falta de esperança e atletas que estão dentro de uma competição e buscam a vitória, necessitam estar motivados o tempo todo. Segundo Lazarus (2000), os atletas propensos a sentirem vergonha, quando falham, podem pensar que essa falha revela uma séria falha de caráter e que todos irão perceber e se retrair, interferindo assim, no desempenho. Tensão e medo são estados emocionais que merecem atenção especial para serem trabalhados nesse grupo, pois são emoções que podem prejudicar em muito o desempenho dos atletas. O medo pode provocar falta de decisão, inibição e determinados bloqueios em certas ações, transtornos na coordenação dos movimentos, fuga ou aversão à competição ou ao jogo. (LAVOURA et al., 2008).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esses dados constatam a realidade de um grupo específico entrevistado, contudo acreditamos que diferentes análises poderão surgir com a ampliação da amostra. Também refletimos sobre a forma como essa investigação poderia auxiliar os técnicos de futebol que participam de competições e dependem de bons resultados, pois quando falamos em rendimento esportivo no futebol, devemos levar em consideração as alterações emocionais, advindas de uma combinação de fatores e processos psicológicos interdependentes e possíveis mudanças nas ações dos indivíduos, além dos dados fisiológicos que sempre e tão somente são indagados.

Conhecer e comparar os estados emocionais presentes nos atletas de futebol fez parte dos objetivos deste estudo. Seus resultados permitiram a compreensão das emoções presentes nos atletas durante o jogo de futebol e a possível influência na ação desses indivíduos, sobrepondo às demais ciências do esporte as possibilidades de alterações conforme as flutuações dos estados emocionais. Estado este que, de certo modo, aponta para uma preocupação silenciosa deles, em relação ao preparo psicológico.

Os jogadores, envolvidos nessa pesquisa, demonstraram grande prestatividade ao se submeterem à entrevista, revelando suas opiniões e estados emocionais ao entrevistador, o que, por si só assinala que um investimento na preparação psicológica já passa a ser uma necessidade, além de um diferenciador na performance atlética. Hoje, diante das variações de intervenções na carreira atlética, a Psicologia do Esporte é uma realidade inquestionável, apesar de certa preocupação daqueles que não conseguem compreender sua presença dentre as demais Ciências do Esporte

REFERÊNCIAS

BORSARI, J. R. **Futebol de Campo**. São Paulo; EPU, 1989.

BRANDÃO, M. R. F., **Fatores de stress em jogadores de futebol profissional.** Tese de Doutorado. Campinas, Unicamp, 2000.

BRANDÃO, M.R.F., MACHADO, A.A. Viajando com a equipe: o papel do psicólogo do esporte. **Motriz**, Rio Claro, v.14 n.4, p.513-518, out./dez. 2008.

BRANDÃO, M.R.F., REBUSTINI, F. AGRESTA, M. Estados emocionais de técnicos de brasileiros de alto rendimento. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, 2002.

FOGIEL, M. **The psychology problem solver.** New York: Research and Education association, 1986.

GUTIÉRREZ I. G. **Psicologia de la emoción.** Madrid: Editorial Síntesis, 2000.

HACKFORD, D., SCHLATTMANN A. **Functions of emotion representation in sport.** In: Hackfort D, ed. Research on emotions in sport. Köln: bundesinstitut für Sportwinssenschaft, 1991.

HISTÓRICO DO FUTEBOL. Disponível em: **http://www.suapesquisa.com/futebol/.** Acesso em: 24/06/2009 as 17h08m.

LAVOURA, T.N., MIGUEL, M.C.N., PRESOTO, D., IIZUCA, C.A. Um Novo Olhar para as Emoções no Esporte de Alto Rendimento. In: BRANDÃO, M.R. F., MACHADO, A.A. **Aspectos Psicológicos do Rendimento Esportivo.** São Paulo: Editora Atheneu, 2008. Coleção psicologia do esporte e do exercício; v.2.

LAZARUS, R.S. How emotions influence performance in competitive sports. **The Sport Psychologist**, 2000.

LEVENTHAL, H., TOMARKEN, A. J. Emotion; today's problems. **Annual Review of Psychology**, 1986; 37; p.565-610.

MACHADO, A.A. **Psicologia do Esporte:** da educação física escolar ao treinamento esportivo. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

MIRADOR. **Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa.** São Paulo: Editora Melhoramentos. 2. ed. 1976.

NICOLINI, H. **Tietê:** o rio do esporte. São Paulo: Phorte Editora, 2001.

SAMULSKI, D. **Psicologia do Esporte: teoria e aplicação prática.** Belo Horizonte: imprensa Universitária/UFMG, 1995.

TAYLOR, J. WILSON, G. **Applying Sport Psychology.** Champaign, Illinois: Human kinetics, 2005. Cap. 5. Emotions. p.65-82.

WEINBERG, R S., GOUD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício.** 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

[1] Membro do Laboratório de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte – LEPESPE/I.B./UNESP – Rio Claro. Especialista e Professor do Centro Universitário Anhanguera (UNIFIAN) - Leme.

[2] Membro do Laboratório de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte – LEPESPE/I.B./UNESP – Rio Claro. Graduando em Educação Física e bolsista PIBIC-CNPq.

[3] Membro do Laboratório de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte – LEPESPE/I.B./UNESP – Rio Claro. Coordenador das equipes de futsal do Departamento de Esportes e Cultura – São José do Rio Pardo. Professor Efetivo da Rede Estadual de Ensino. Coordenador Geral da Academia Conexão Saúde.

[4] Coordenador do Laboratório de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte – LEPESPE/I.B./UNESP – Rio Claro. Professor Adjunto no DEF-IB-UNESP – Rio Claro.
Endereço para contato: afonsoa@gmail.com