

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**RELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO: UMA ANÁLISE NO FUTSAL
COM ADOLESCENTES DO PROJETO ATLETA DO FUTURO.**

GANDHI NUNES GOMES

**JOÃO PESSOA/PB
2010**

GANDHI NUNES GOMES

**RELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO: UMA ANÁLISE NO
FUTSAL COM ADOLESCENTES DO PROJETO ATLETA DO FUTURO.**

Monografia apresentada ao curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, como exigência parcial para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

ORIENTADOR: Prof. Dr.º IRAQUITAN DE OLIVEIRA CAMINHA

**JOÃO PESSOA
2010**

GANDHI NUNES GOMES

**RELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO: UMA ANÁLISE NO FUTSAL
COM ADOLESCENTES DO PROJETO ATLETA DO FUTURO.**

Monografia apresentada ao curso de
Licenciatura em Educação Física do
Centro de Ciências da Saúde da
Universidade Federal da Paraíba –
UFPB, como exigência parcial para
obtenção do grau de Licenciado em
Educação Física.

Data de defesa: 13 de DEZEMBRO de 2010.

Resultado: 8,0

Banca Examinadora

Nome do orientador
UFPB/CCS/DEF

Prof. Dr.º Iraquitan de Oliveira Caminha

Nome Membro da banca
UFPB/CCS/DEF

Prof. Dr.º Rogério Márcio Luckwu dos Santos

Nome Membro da banca
UFPB/CCS/DEF

Prof. Ms. Eugênio Pacelli do Nascimento

Dedico este trabalho em primeiro lugar a Deus e depois a minha família e todas as pessoas que me ajudaram.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradeço a Deus.

Aos meus pais Hermínio Gomes da Silva e Maria Selia Lopes Nunes.

Aos meus irmãos Amanda Nunes e Hermano Gomes

Aos meus irmãos da Igreja Adventista do 7º dia

Aos meus familiares pelo apoio e compreensão nos momentos mais difíceis.

A todos os colegas de curso que estudaram na turma Educação física 2006.2

Ao meu orientador Iraquiton de Oliveira Caminha, pela ajuda que me foi dada na concretização deste trabalho.

Ao SESI, por ser estagiário desta instituição.

Aos alunos do Projeto Atleta do Futuro por terem sido indispensáveis na realização da pesquisa.

Apesar dos nossos defeitos, precisamos enxergar que somos pérolas únicas no teatro da vida e entender que não existem pessoas de sucesso e pessoas fracassadas. O que existem são pessoas que lutam pelos seus sonhos ou desistem deles (Augusto Cury)

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo analisar a influência da auto-estima sobre o desempenho em adolescentes que praticam futsal no Projeto Atleta do Futuro. A identificação de associações entre a auto-estima e o desempenho esportivo possibilita uma maior compreensão acerca da influencia que aspectos psicológicos podem ter no esporte. Foram investigados 12 adolescentes matriculados na escolinha de futsal do Projeto Atleta do Futuro. Os participantes responderam ao questionário que avalia a auto-estima. Além da avaliação da auto-estima, os sujeitos também se submeteram a avaliação de desempenho. Esta avaliação foi realizada pelo professor de futsal que investigou três fundamentos importantes no futsal que são o Controle, Finalização e Passe. A amostra foi composta por adolescentes do sexo masculino com idade compreendida entre 12 e 14 anos. O estudo apresentou resultados que confirmam a hipótese levantada e outros resultados que contrariam. Os resultados apresentaram também que existe relação entre auto-estima e desempenho, no sentido que o desempenho influencia o nível de auto-estima. No estudo também se evidenciou que não houve relação entre auto-estima e desempenho em alguns casos. Se torna importante correlacionar aspectos psicológicos relacionados ao desempenho esportivo, já que essa informação pode auxiliar as equipes que se preocupam com o desempenho seus atletas. O treinador pode se apropriar dessas informações para fazer não só o treino físico e tático, como também de aspectos psicológicos como a auto-estima, haja visto a importância da auto-estima no contexto desportivo.

Palavras-chave: Auto-estima, adolescentes, desempenho esportivo.

ABSTRACT

This study aimed to examine the influence of self-esteem on performance in adolescents who play soccer in the Athlete of the Future Project. The identification of associations between self-esteem and sports performance enables greater understanding of the influence that psychological aspects can have in sports. Were investigated 12 adolescents enrolled in school for soccer Athlete of the Future Project. Participants responded to questions assessing self-esteem. Besides the evaluation of self-esteem, the subjects also underwent assessment of performance. This evaluation was conducted by Professor of soccer that investigated three fundamentals that are important in futsal Control, Scoring and Pass. The sample was composed of male adolescents aged between 12 and 14 years. The study presented results confirm the hypothesis and contradicting other results. The results also showed that a relationship exists between self-esteem and performance in the sense that performance influences the level of self-esteem. In the study also showed that there was no relationship between self-esteem and performance in some cases. Becomes important to correlate psychological aspects related to sports performance, since this information can help teams who are concerned with performance athletes. The coach can take possession of such information to make not only the physical and tactical training, as well as psychological aspects such as self-esteem, given the importance of self-esteem in the context of sport.

Key-words: Self-esteem, adolescents, sports performance

LISTA DE TABELAS

Tabela 1-.....33

Tabela 2-.....34

Tabela 3-.....35

Tabela 4-.....36

Tabela 5-.....37

Tabela 6-.....38

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	10
2 REVISÃO DE LITERATURA.....	13
2.1 CONCEPÇÕES ACERCA DA AUTO-ESTIMA.....	13
2.2 AUTO-ESTIMA NA ADOLESCÊNCIA.....	17
2.3 AUTO-ESTIMA E ESPORTE.....	21
2.4 AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO.....	25
3 METODOLOGIA.....	30
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	32
4.1 QUESTÕES DA ESCALA DE AUTO-ESTIMA RELACIONADAS AO DESEMPENHO.....	34
4.2 CORRELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E QUANTIDADE DE ACERTOS E ERROS.....	38
4.2.1 Quantidade de acertos maior do que de erros.....	38
4.2.2 Quantidade de acertos menor do que de erros.....	40
4.3 CORRELAÇÃO POSITIVA ENTRE AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO.....	41
4.4 CORRELAÇÃO POSITIVA ENTRE AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO.....	42
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	44
REFERÊNCIAS.....	45
APÊNDICES.....	49
APÊNDICE A- Escala de Auto-Estima de Rosenberg	50
APÊNDICE B- Avaliação de desempenho.....	51
APÊNDICE C- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	52
ANEXOS.....	54
ANEXO A- Certidão de aprovação do CEP.....	55

1 INTRODUÇÃO

Por volta do final do século XIX, a partir do momento em que alguns estudiosos começaram a estudar os efeitos dos aspectos psicofisiológicos sobre as atividades físicas e esportivas, o esporte e a psicologia começaram a ter uma relação mais estreita. O desenvolvimento do conhecimento de si mesmo depois de um longo período de esquecimento converteu-se em tema relevante para a Psicologia. A American Psychological Association (APA,2005) afirma que a Psicologia do Esporte e do Exercício é considerada como o “estudo científico dos fatores psicológicos associados com a participação e a performance (desempenho) no esporte, exercício e outros tipos de atividade física”.

A auto-estima é um tema importante de ser estudado por causa da influência que esse aspecto psicológico tem em vários aspectos na vida das pessoas. A auto-estima se refere aos juízos e sentimentos qualitativos ligados às descrições atribuídas por cada um a si próprio. É através da auto-estima que o indivíduo expressa sentimento ou atitude de aprovação ou de repulsa de si mesmo, e até que ponto ele se considera capaz, significativo, bem-sucedido e valioso. Segundo Campbell (1984, apud BARROS & LIMA, 2002) alguns autores consideram que uma elevada auto-estima é o estímulo desencadeador da alegria e da saúde, assumindo uma importância relevante no comportamento dos sujeitos.

Embora grande parte dos adolescentes pratique esporte apenas com a intenção de fazer novas amizades e ocupar o tempo, eles também se preocupam em apresentar um bom desempenho. Quando o indivíduo apresenta bom desempenho passa a ser visto pelas pessoas que a cercam de maneira positiva, passando a ser reconhecido e elogiado, aumentando assim a auto-estima.

O tema investigado é relevante, já que é comum observar adolescentes com baixa auto-estima experimentarem um desempenho ruim em seus afazeres cotidianos, por isso se torna importante saber qual a contribuição da auto-estima ao desempenho. A auto-estima é um elemento indispensável para o desempenho, seja

acadêmico, social ou esportivo; assim se torna evidente que a auto-estima, além de determinar o comportamento, também influencia o desempenho em diversas áreas.

A adolescência é uma fase importante do desenvolvimento do indivíduo. O ponto de partida para um adolescente gozar a vida, para iniciar e manter relações positivas com os outros, ser autônomo e capaz de aprender, é através da auto-estima. A adolescência é um período em que a auto-estima assume um importante papel, pois influencia as aspirações e a realização posterior. Dentre os aspectos que podem influenciar o desempenho, a auto-estima parece ser o mais determinante. Na adolescência ocorrem alterações fisiológicas e psicológicas, por isso se torna importante desenvolver a auto-estima do adolescente através da prática esportiva, pois essa atividade provoca alterações positivas na auto-estima. A auto-estima positiva vai ser importante para que o adolescente possa ter um bom desempenho esportivo.

O esporte tem se tornado cada vez mais importante, pois se tem percebido que indivíduos que praticam esporte podem se tornar mais motivados e aumentam a auto-estima. A participação dos professores de educação física é importante estimulando para que a relação entre auto-estima e a prática desportiva seja desenvolvida em contexto escolar. O adolescente passa uma parte significativa do seu tempo na escola, por isso lá se constitui um local privilegiado para a sua socialização, bem como para o seu processo de construção de identidade.

A prática esportiva pode servir como uma intervenção no campo da saúde, trabalhando ao nível da prevenção da doença e manutenção do bem-estar físico e psicológico. A Sociedade Internacional de Psicologia do Desporto (ISSP, 1992), afirma que o exercício físico acarreta benefícios ao nível psicológico, parecendo estar correlacionado de forma positiva com a auto-imagem, sensações de bem-estar, auto-confiança, mudanças positivas no humor, no stress, depressão, ansiedade, vigília, clareza de pensamento, aumentos de energia, entre outros.

A preparação psicológica deve ser entendida como parte integrante do treinamento, sendo inseparável da preparação física, técnica e tática de qualquer modalidade esportiva. A psicologia do esporte é de fundamental importância para o contexto esportivo atual na preparação e formação de atletas. A prática desportiva

provoca alterações positivas na auto-estima. Indivíduos que participam em atividades físicas apresentam níveis mais elevados de auto-estima. Com o esporte se pode criar um ambiente que forneça situações que auxiliem e fortaleçam a auto-estima dos participantes. Segundo Cruz et al. (1996 apud GOUVEIA 2003) a prática esportiva resulta em benefícios psicológicos evidentes, nomeadamente, na melhoria da auto-estima, da imagem corporal e do funcionamento cognitivo. Indivíduos que praticam esporte apresentam níveis mais elevados de auto-estima.

Através do esporte o adolescente começa a se envolver em jogos escolares entre os próprios colegas, onde passa a existir uma exigência maior por bons desempenhos desportivos. Nessa fase, a importância pelo bom desempenho desportivo começa a aumentar.

Esta pesquisa tem como principal enfoque, analisar a influência da auto-estima sobre o desempenho esportivo em adolescentes que jogam futsal no Projeto Atleta do Futuro - SESI. Mais especificamente o estudo irá comparar os índices de desempenho dos atletas que apresentam baixa e alta auto-estima e verificar como se dá a relação entre auto-estima e desempenho.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 CONCEPÇÕES ACERCA DA AUTO-ESTIMA

O conceito de auto-estima diz respeito à forma como o indivíduo elege suas metas, aceita a si mesmo, valoriza o outro e projeta suas expectativas e projetos. Godin e Levai (1993, apud GOUVEIA, 2003) definem a auto-estima como medida de aprovação e desaprovação sentida pela pessoa.

A auto-estima traduz o resultado de julgamentos, positivos ou negativos, que o indivíduo faz acerca de si próprio, considerando aspectos relevantes do seu modo particular de existir. Segundo Serra (1986), a auto-estima não é mais que a avaliação que o indivíduo faz das suas qualidades, dos seus desempenhos, das suas virtudes ou valores morais, por isso resulta dos julgamentos que o sujeito faz de si próprio e encontra-se associada aos fenômenos de compensação ou de descompensação emocional do indivíduo.

A qualidade de vida está relacionada à auto-estima e ao bem-estar pessoal e abrange uma série de aspectos como a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, a atividade intelectual, o auto-cuidado, o suporte familiar, o próprio estado de saúde, os valores culturais, éticos, o estilo de vida, a satisfação com atividades diárias e o ambiente em que se vive (VECCHIA; RUIZ; BOCCHI, 2005). De acordo com Fox (2000 apud COELHO 2004) para compreender completamente a auto-estima de um indivíduo, é necessário aceder às suas auto-percepções em domínios diferentes e específicos da vida, tais como o físico, o social, o emocional ou aspectos relacionados com o trabalho de cada indivíduo.

A auto-estima que antes era discutida apenas por profissionais da área, com o passar do tempo começou a se tornar popular nos diversos ambientes sociais. Coopersmith foi um dos principais autores que estudaram as condições ou experiências que debilitam a auto-estima. Este autor fez a seguinte definição acerca da auto-estima:

...a avaliação que o indivíduo faz, e que habitualmente mantém, em relação a si mesmo. Expressa uma atitude de aprovação ou desaprovação e indica o grau em que o indivíduo se considera capaz, importante e valioso. Em suma, a auto-estima é um juízo de valor que se expressa mediante as atitudes que o indivíduo mantém em face de si mesmo. É uma experiência subjetiva que o indivíduo expõe aos outros por relatos verbais e expressões públicas de comportamentos (COOPERSMITH, 1967,p. 4-5).

O mesmo autor, citado por Gouveia (2003), afirma que a auto-estima é composta por quatro componentes: (1) o poder: capacidade de influenciar e controlar os outros; (2) os outros significativos: aceitação, atenção e afeição aos outros; (3) a virtude: princípios morais e éticos pelos quais se rege; (4) a competência alta e bem sucedida, que se realiza na tentativa de reunir e procurar objetivos definidos e de atingir elevados níveis de excelência.

A auto-estima surge como um preditor do bem-estar subjetivo e conseqüentemente um elemento primário do bem-estar mental e da qualidade de vida. Para Diener (1984, apud OLIVEIRA, 2001), a auto-estima constitui uma característica da personalidade que melhor prediz o bem-estar subjetivo.

A auto-estima representa as avaliações que cada um tem de si e é estabelecida acerca das qualidades e desempenhos. A percepção positiva ou negativa que o indivíduo tem de si, revela se a auto-estima é alta ou baixa. Godin e Levai (1993, apud GOUVEIA, 2003) definem a auto-estima como medida de aprovação e desaprovação sentida pela pessoa.

Rosenberg (1986) considera serem duas as formas de interpretação da auto-estima, ou seja, a maneira como as pessoas se vêem quando olham para si próprias e a maneira como se descrevem nas suas várias dimensões. Desta forma, a auto-estima pressupõe uma atitude pessoal avaliativa, podendo considerar-se a forma como o indivíduo se sente em relação a ele próprio e a maneira como se descreve nas suas várias percepções.

O impacto da auto-estima muda de pessoa pra pessoa. Cada um tem necessidades de auto-estima diferentes. A influência da auto-estima é mais impactante para aqueles que têm uma maior necessidade. A satisfação da necessidade de auto-estima leva o indivíduo a sentir-se confiante (no seu valor, força, capacidade e adequação) mais útil e necessário ao mundo.

De acordo com James (1890, citado por BERNARDO 2003), a auto-estima resulta da relação entre a competência do sujeito e o seu nível de aspiração, isto é, do modo como o indivíduo pesa as suas competências. Na medida em que cada indivíduo atribui um valor diferenciado ao sucesso patenteado em cada domínio da sua vida, se o indivíduo se vê competente em domínios onde aspira a ter sucesso, então tem uma elevada auto-estima. Por outro lado, se o indivíduo se vê sem possibilidades de sucesso nessas áreas, ou seja, caso a competência avaliada seja inferior à desejada, é provável que tenha uma baixa auto-estima. Deste modo, a auto-estima, segundo o autor, é o resultado da relação estabelecida entre a competência julgada pelo indivíduo e a competência a que ele aspira.

Para Branden e Rosenberg (2000; 1989), a auto-estima apresenta o nível baixo, médio e alto. A baixa auto-estima caracteriza-se pelo sentimento de incompetência, de inadequação à vida e incapacidade de superação de desafios. Uma baixa auto-estima tem repercussões negativas no dia-a-dia do indivíduo nos vários domínios da sua realização. Uma Auto-estima elevada expressa um sentimento de confiança e competência; e a média flutua entre o sentimento de adequação ou inadequação, manifestando essa inconsistência no comportamento.

Os juízos de valor que cada indivíduo produz acerca de si mesmo pode ser exprimida nas atitudes dos indivíduos em relação a si. Através de mudanças na postura e entonação da voz, outras pessoas podem detectar o nível de auto-estima.

O sujeito transmite àqueles que o rodeiam o seu próprio sucesso e o valor dado às suas capacidades; essa transmissão se processa através de palavras ou atos.

Coopersmith (1967) afirma que a experiência subjetiva é acessível às pessoas através de relatos verbais e comportamentos observáveis. Weiss (1993) salienta que o nível de auto-estima que cada indivíduo apresenta pode ser identificado através da comunicação verbal e não verbal e das atribuições para o sucesso e o fracasso. Haywood (1993, apud GOUVEIA, 2003) define a auto-estima como um julgamento pessoal das suas capacidades individuais: capacidade, sucesso e mérito, exprimindo-se aos outros através de palavras e ações.

Indivíduos com a auto-estima positiva se tornam mais confiantes em si mesmos; capaz de superar os fracassos; não se consideram superiores nem inferiores aos outros; sabem admitir limitações e aspectos menos favoráveis da personalidade; e, principalmente, são coerentes e conseqüentes consigo mesmos e com os outros. Para Sonstroem (1984) o desenvolvimento de uma auto-estima mais positiva, resulta da interação entre diversos fatores como melhorias na imagem corporal decorrentes da perda de peso e do aumento da tonicidade muscular. O mesmo autor salienta que elevada auto-estima tem sido associada à estabilidade emocional e ajustamento às exigências da vida. Já a baixa auto-estima produz no indivíduo um sentimento de inferioridade, fraqueza e impotência; além disso, tem sido relacionada de perto a doenças mentais e psicopatologias, como depressão e ansiedade (BAUMEISTER, 1993; WATSON, SULS & HAIG, 2002).

Para Davis (1997) a mudança na auto-estima decorre das experiências que o indivíduo adquire na vida cotidiana ocupacional e de lazer. Quando a auto-estima é alta, decorre de experiências positivas com a vida; por outro lado, quando a auto-estima é baixa, resulta de fatores negativos. Segundo Sonstroem (1984 apud BARROS & LIMA, 2002) a observação que o próprio indivíduo tem das suas capacidades para a execução, por exemplo, das tarefas simples do cotidiano, é importante para a manutenção ou para o aumento dos níveis da auto-estima.

Segundo Araujo (2001) uma pessoa com uma auto-estima positiva avalia-se a si mesmo de forma boa e sente-se bem com os seus pontos fortes; um sujeito com

auto-estima baixa exige uma posição de si mesmo artificial perante o mundo envolvente numa tentativa de provar aos outros e a si mesmo que é alguém.

Os indicadores ambientais e sociais do indivíduo estão relacionados ao convívio interpessoal. A escola e a família constituem contextos privilegiados de interação e são determinantes enquanto fatores de formação e desenvolvimento da auto-estima. As pessoas significativas para a criança e o adolescente tomam lugar de destaque na formação da auto-estima, em especial pais, professores e amigos. O apoio que vem dessas pessoas próximas serve para elevar a auto-estima. Alguns estudos de Patterson, Kupersmidt e Griesler (1990) demonstram que as crianças impopulares têm geralmente uma auto-estima baixa. Tamayo (2001) acredita que a fonte mais importante do auto-conceito parece ser como a pessoa é percebida pelos outros significativos, ou seja, aquelas pessoas que tem papel importante na vida do indivíduo, como pais, filhos, cônjuges, amigos.

A auto-estima, como tantos outros comportamentos, é ensinada pela comunidade em que vivemos, só se desenvolvendo num contexto social em que a escola, a família e outros significativos têm papel fundamental. Quando as pessoas são expostas a ambientes gratificantes em que o próprio sujeito e suas ações são valorizados, aumenta-se a chance de que seja produzida e conservada uma auto-estima elevada.

De acordo com Vaz Serra (1986, apud GOUVEIA 2003 p. 14), o comentário negativo de um desconhecido sobre determinado indivíduo não constituirá, provavelmente, um fato relevante para essa pessoa. Já, se esse comentário for proferido por alguém tido como importante, as conseqüências serão certamente maiores e prejudiciais durante bastante tempo.

2.2 AUTO-ESTIMA NA ADOLESCÊNCIA

Os adolescentes comumente passam por problemas com a auto-estima. Nessa fase eles têm dificuldade em lidar com a mudança na imagem corporal e com

a transição de criança para adulto. Nesse período o indivíduo passa por desafios únicos em que decisões importantes têm de ser tomadas em relação ao futuro na educação, trabalho e vida independente, que são susceptíveis de ter um impacto ao longo da vida. Para Erikson (1959, citado em BATISTA, 1995) a adolescência é considerada um período decisivo na consolidação de várias identificações até um senso mais estável da identidade pessoal. Segundo Levinski (1998 apud MACHADO, 2005), a adolescência é considerada como uma fase singular da vida em virtude de ocorrências simultâneas de um conjunto de mudanças evolutivas na maturação física, no ajustamento psicológico e nas relações sociais.

A adolescência é um período caracterizado por alterações rápidas em termos físicos, emocionais e sociais, perspectivando uma fase de instabilidade e stress. Durante a fase inicial da adolescência ocorrem importantes alterações fisiológicas e psicológicas nos indivíduos. Segundo Weineck (2002, apud MACHADO 2005), na adolescência há uma melhoria da capacidade de coordenação, de adaptação e combinação de movimentos, favorecendo a aprendizagem motora e sendo melhor observado em rapazes do que em moças.

O ponto de partida para um adolescente gozar a vida, para iniciar e manter relações positivas com os outros, ser autônomo e capaz de aprender, é através da auto-estima. O grau que gostamos ou não do que somos traduz a medida da nossa auto-estima.

Segundo Avanci et. al. (2007) a auto-estima é um 'atributo' importante na área de saúde mental e coletiva. Ele sugere o uso de estratégias para elevar a auto-estima de modo que ela seja inserida como prioridade na implantação de programas de prevenção primária, promoção de saúde e de bem estar psicológico em crianças e adolescentes.

Simmons e Rosenberg (1975, apud ARAUJO, 2001) verificaram que no início da adolescência, os valores da auto-estima eram mais baixos e que os valores mais elevados diziam respeito às preocupações sobre os juízos emitidos pelos outros.

Um alto nível de auto-estima corresponde a um sentimento de aprovação geral que se percebe de si mesmo, e o oposto corresponde a um baixo nível de

auto-estima. A adolescência é um período em que a auto-estima assume um importante papel, pois influencia as aspirações e a realização posterior. Na adolescência os aspectos físicos, sexuais, cognitivos e emocionais são afetados, pois o adolescente se encontra em plena fase de desenvolvimento. As modificações pubertárias fazem com que os adolescentes sofram uma quebra sensível nos níveis de auto-estima.

O esporte ocupa hoje um lugar de destaque como meio de interação social de adolescentes. A razão predominante para os adolescentes envolverem-se em treinamentos esportivos é a busca do prazer que pode vir a ser vivenciado nessa atividade. Através do esporte os adolescentes podem experimentar desafios em relação às atividades e à destreza dos participantes. O desafio é, então, considerado por eles uma forma de comprovarem suas competências.

Especificamente para o adolescente, Barbosa (1991, apud VIEIRA 2002) apresenta as seguintes vantagens do esporte: estimula a socialização, serve como um "antídoto" natural de vícios, ocasiona maior empenho na busca de objetivos, reforça a auto-estima, ajuda a equilibrar a ingestão e o gasto de calorias e leva à uma menor predisposição a moléstias.

Num estudo realizado por Sanches (s/d), os adolescentes apontaram que a prática esportiva esta relacionada à auto-estima, pois contribuiu para que eles se aceitassem melhor e passassem a gostar mais do seu corpo. Segundo Rappaport, Fioril, Davis (1982, apud SANCHES s/d), a auto-estima é extremamente importante no desenvolvimento de uma pessoa, e na adolescência ela merece um destaque maior ainda, pois nessa fase o indivíduo passa por diversas mudanças corporais e fisiológicas.

A iniciação desportiva do adolescente sofre influência direta dos pais, visto que os jovens os procuram para receberem apoio emocional durante as competições. Para Machado et. al. (2005), o adolescente apresenta grande necessidade de movimento. O desporto tem um importante papel para o adolescente, já que ele dá a possibilidade do adolescente encontrar seu lugar dentro do contexto social. Este autor defende que se deve tomar cuidado para não ser dada demasiada ênfase ao processo competitivo em si, no qual se supervaloriza a vitória,

pois o adolescente ainda não tem habilidade para enfrentar pressões psicológicas dentro da esfera desportiva.

Sabe-se que os elogios trazem benefícios para todas as pessoas, tanto para o ego como para a auto-estima. As pessoas significativas, principalmente os pais, podem ajudar o adolescente que pratica esporte através do elogio, ou atrapalhá-lo quando o pressiona por resultados, gerando nele grande estresse e ansiedade.

Muitas vezes, quando passam por experiências competitivas desagradáveis, crianças e adolescentes têm sua auto-estima afetada, o que pode causar um alto nível de ansiedade e levar a consequências indesejáveis, como, por exemplo, o abandono total da atividade (DE ROSE J.; VASCONCELLOS, 1997).

Através de alguns estudos que relacionam a competência física com a auto-estima global nos adolescentes, Harter (1985) concluiu que existe uma relação moderadamente elevada.

De acordo com Burns (1982, apud ARAUJO 2001) durante a adolescência ocorre diminuição da auto-estima com a idade; os adolescentes mais novos possuem níveis mais elevados de auto-estima do que os mais velhos.

Esta diminuição na auto-estima pode ser entendida como um reflexo lógico das modificações de índole psicossocial e comportamental compreendido entre o final da infância até ao início da idade adulta. Num estudo que tinha implícito a influência da idade na auto-estima, utilizando uma amostra de 399 adolescentes (147 rapazes e 252 moças) dividida em três grupos de idades diferenciadas, Lackovié-Grgin e Dekovié (1990, citado em BATISTA, 1995), descobriram que os adolescentes mais novos apresentaram avaliações mais positivas em relação aos mais velhos.

A auto-estima nos meninos é mais elevada do que nas meninas. Sabe-se que, em regra, o gênero feminino apresenta níveis médios relativamente mais baixos (KLING, HYDE, SHOWERS, & BUSWELL, 1999) e que a partir do meio da adolescência e durante a idade adulta, a auto-estima tem tendência a manter-se estável. No estudo realizado por Batista (1995, apud ARAUJO 2001), com adolescentes do sexo feminino, os resultados também apontaram para a importância

determinante que a atividade física tem na vida das adolescentes, contribuindo de forma significativa para uma auto-estima mais elevada.

2.3 AUTO-ESTIMA E ESPORTE

Atualmente o esporte tem assumido um papel cada vez mais importante. A busca pelo esporte traz benefícios na personalidade, na imagem corporal, na auto-estima e no ajustamento social. A auto-estima pode afetar o modo como cada um encara a vida, em geral, e a sua confiança na prática de uma determinada modalidade em particular.

Diversos estudos referem que a prática esportiva regular faz com que o indivíduo tenha um bem-estar psicológico superior aos indivíduos não praticantes. Esta auto-percepção positiva é o resultado de uma combinação de fatores sociais, psicológicos e fisiológicos que apenas a atividade física consegue reunir em busca da melhoria da qualidade de vida do indivíduo. A prática regular de atividade física contribui para a valorização e para o aumento competência de cada indivíduo, sendo visível ao nível da auto-estima.

Os indivíduos que praticam desporto têm a oportunidade de participar em competições onde podem obter sucesso. As diversas vivências no ambiente esportivo permitem ao praticante experimentar o sucesso e o fracasso e aprender a lidar com estas situações. Gouveia (2003) afirma que a obtenção de sucesso leva os indivíduos a apresentarem elevados níveis de auto-estima em relação aos que não praticam qualquer desporto.

O esporte associado à preparação psicológica é importante no desenvolvimento equilibrado do indivíduo. Através do esporte o indivíduo pode obter maiores níveis de auto-estima. Segundo Judakov (1974, apud GOULART s/d) a importância da preparação psicológica está em acelerar processos naturais de desenvolvimento das qualidades psíquicas e propriedades da personalidade mais relevantes ao esportista. Ela contribui para desenvolver a tendência à auto-educação da vontade e do auto-aperfeiçoamento ativo do esportista.

Percebe-se então que o esporte assume um importante papel de reforçar a auto-estima. A auto-estima é a principal força motivadora na constante procura de situações que nos façam sentir bem conosco próprios, tentando evitar ao máximo situações em que nos sintamos inúteis ou com insucesso.

De acordo com Sanches (s/d), o esporte pode ajudar o indivíduo a ter uma maior expectativa de sucesso, pois dá ao atleta a capacidade de adaptação aos diversos adversários, tipos de jogos, tipos de locais/clima dos jogos e tipos de dificuldades que surgirem durante os jogos, etc. O indivíduo também pode adquirir estabilidade emocional, aprendendo a controlar os seus sentimentos, não se deixar abalar pela torcida adversária. Através do esporte o atleta faz uma busca constante de superação dos próprios limites e busca de autonomia.

Brownell(1995, apud VIEIRA 2002) afirma que, além dos benefícios fisiológicos, o exercício físico gera efeitos psicológicos positivos, tais como melhora do humor, redução do estresse, aumento da auto-estima devido à melhora da auto-eficiência e esquemas cognitivos que favorecem o raciocínio otimista. Gavin (1992, apud GOUVEIA 2003) constatou que os atletas que praticam desporto, apresentam uma auto-estima elevada em relação àqueles que não praticam.

Sostroem (1984) afirma que o exercício contribui decisivamente para o aumento da auto-estima. A participação em programas de exercício está relacionada com o aumento do score dos sujeitos nos testes de auto-estima. O autor propõe que o aumento da auto-estima esta relacionado com o aumento da aptidão física, com as experiências sociais que o exercício proporciona e com o fato de os participantes sentirem que os objetivos dos exercícios propostos são para eles tangíveis, sentindo-se mais competentes, demonstrando sentimentos de mestria e controle.

O mesmo autor verificou que a prática de exercício físico provoca melhoria das habilidades motoras. A percepção desta melhoria se deve a avaliação da atratividade física, da atratividade social e da auto-estima global. Segundo o autor, a melhoria das habilidades implica em uma maior auto-aceitação e auto-valorização que por sua vez aumentam a auto-estima.

Gruber (1986, apud BARROS & LIMA, 2002) encontrou uma associação moderadamente positiva entre a atividade física e a auto-estima na maioria dos trabalhos ao avaliar a relação entre a atividade física e a auto-estima em crianças. O autor concluiu que as crianças ativas revelavam uma maior auto-estima que as que tinham comportamentos inativos em todas elas a auto-estima aumentou.

De acordo com Fox (2000, apud ARAUJO, 2001), o aumento da auto-estima não é um produto automático da aplicação de programas exercício, no entanto pode ocorrer com certos regimes de exercício e com certas pessoas, dependendo da importância atribuída ao exercício por essas mesmas pessoas.

Algumas investigações apontam para o fato dos atletas apresentarem auto-estima mais elevada do que os não atletas. A diferença é potenciada à medida que se eleva o grau competitivo e o tempo reservado à prática do desporto. De acordo com Fox (2000, apud COELHO 2004) existe uma tendência de indivíduos envolvidos no desporto apresentarem níveis mais elevados de auto-estima do que indivíduos não envolvidos em desporto.

Segundo Kamal, Blais e Kelly (1995, apud BERNARDO 2003), num estudo que comparava atletas e não atletas foi encontrado que os atletas apresentavam mais atitudes positivas, considerando-se mais otimista, atrativos, sociáveis e bem sucedidos. Os resultados mostraram que os atletas apresentavam níveis de auto-estima mais elevados.

Marsh, Perry, Horsely e Roche (1995, apud COELHO 2004) compararam 83 atletas de topo, de ambos os sexos, com idades entre os 15 e os 28 anos, com 2346 sujeitos de ambos os sexos, com idades entre os 13 e 48 anos, chegando à conclusão que os atletas apresentavam auto-percepções físicas substancialmente superiores às dos não-atletas, existindo também diferenças ao nível da auto-estima global.

Um estudo com praticantes de Ginástica de academia identificou uma relação entre auto-estima Global e a prática de exercício físico. Faria e Silva (2000) verificaram que os resultados da escala de Auto-estima Global evidenciaram que as

praticantes com atividade mais intensiva apresentaram uma auto-estima global superior às praticantes com prática média e não praticantes.

Dishman et al. (2006) descobriram uma forte relação entre a participação em atividade física aumento na auto-estima. No estudo com 1250 garotas, chegaram a conclusão que o aumento na auto-estima era decorrente não só por causa da estética ou aparência física, mas por causa da participação na atividade física.

Melnick e Moorkerjee (1991, apud GOUVEIA, 2003) verificaram, em dois grupos de estudantes de educação física, que a auto-estima positiva esta relacionada a níveis superiores de condição física. Um deles realizou treino de força e o outro não realizou qualquer tipo de treino. O estudo verificou que os resultados eram significativamente melhores no grupo de treino.

Através de uma pesquisa com estudantes de segundo grau, foi possível estabelecer uma correlação da auto-estima com questões ligadas ao esporte. Kinney et al (1993, apud OKAZAKI 2005) verificaram que a auto-estima apresentou uma alta correlação com a motivação para a participação em esportes.

Segundo Fench et al. (1994, apud VIEIRA 2002) a prática de esportes, devido ao fato de elevar a auto-estima e o apoio social e diminuir a sensação de depressão e estresse, pode representar fator de proteção para o desenvolvimento de transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia. Esses autores identificaram que a prática de atividade física estava relacionada a um padrão e preferências alimentares mais adequados.

A auto-estima demonstrou estar positivamente correlacionada com o tempo de prática em praticantes de voleibol feminino, de idade entre 14 e 16 anos. O estudo mostrou que as atletas com maior tempo de pratica da modalidade apresentaram auto-estima em valores mais altos do que as atletas com menos tempo de prática (OKAZAKI et al, 2004).

2.4 AUTO ESTIMA E DESEMPENHO

Quando o meio em destaque é a competição, a influência da cobrança sobre o atleta implica em uma ligação direta com o seu desempenho. É importante estabelecer correlações de construtos da psicologia com fatores ligados ao desempenho. A psicologia pode ajudar no treinamento e no desempenho de atletas. Níveis elevados de auto-estima são atribuídos a fatores como o sucesso obtido na prática desportiva, a melhoria das habilidades motoras e as relações sociais.

Estes são aspectos que se podem desenvolver e incrementar no decorrer da prática de atividades físicas e desportivas. Através do esporte o indivíduo pode aumentar substancialmente a auto-estima que por sua vez vai influenciar o desempenho.

De acordo com Olszewska (1982, apud ARAUJO 2001), atletas com níveis de auto-estima mais elevados apresentam performances superiores às dos atletas com níveis mais baixos de auto-estima.

Segundo Lopes (1963), a auto-estima é uma das variáveis mais importantes para o sucesso. O teórico Maslow (1943, apud SANTOS 2006) considera a auto-estima como segunda categoria mais alta da hierarquia das necessidades humanas. Baumeister (1987, apud SANTOS 2006) atribui elevada importância a auto-estima, pois considera como uma componente crítica do funcionamento e desempenho humano.

As características e competências psicológicas, como partes integrantes do desempenho esportivo, são capazes de diferenciar os atletas bem sucedidos e com bons rendimentos daqueles que apresentam piores “performances” competitivas. Estas características vem sendo alvo de estudo dos pesquisadores que tentam compreender as situações presentes no ambiente esportivo (CRUZ e GOMES, 2001 apud DE LIZ et. al. 2009).

As equipes treinam muito a parte física e técnica e se esquecem de parte psicológica dos jogadores, mas a preparação psicológica é o meio para se conseguir o máximo desempenho de um atleta e pode ser o diferencial entre a vitória e a

derrota. Geralmente quando a técnica, a tática e a preparação física são visivelmente iguais o que irá prevalecer e diferenciá-los durante a competição é o fator psicológico. É importante manter a equipe com altos níveis de auto-estima, uma vez que o desempenho da equipe pode ter relação direta com a auto-estima.

De acordo com Gabler (1979), o acompanhamento psicológico serve para “influenciar atletas como indivíduos e equipes, como grupos sociais de tal forma que possam realizar suas possibilidades máximas de rendimento na competição. Nesse contexto, as metas específicas do rendimento esportivo devem orientar e direcionar a regulação psíquica na competição”.

Elliot e Mester (1998) apontaram alguns aspectos psicológicos importantes, que se interagem para produzir o máximo na “performance” de um atleta que são o perfil psicológico, onde se encontra o traço de autoconfiança e traço de ansiedade do atleta, a motivação, ansiedade, coesão do grupo, auto-regulação psicológica, concentração e atenção.

O treinador tem um importante papel na melhoria da auto-estima e desempenho do atleta. Segundo Orlick, (1999, apud FERREIRA e GASPAR 2005), quanto mais positivo e estimulante for o ambiente que o treinador possa proporcionar a jovens atletas, maiores serão as possibilidades de alguns deles chegarem a níveis mais elevados de rendimento.

A postura do treinador pode influenciar a auto-estima dos atletas de uma equipe, já que ele é um agente facilitador no desenvolvimento da auto-estima. Quando o treinador apresenta expectativas elevadas sobre os atletas é possível aumentar a auto-estima deles. Segundo Ferreira e Gaspar (2005), quando o treinador age dessa forma, como consequência haverá uma melhora no desempenho do atleta; enquanto que se os atletas não perceberem as expectativas elevadas do seu treinador, o desempenho irá declinar.

Os treinadores, uma vez que lidam diariamente com crianças e jovens em formação, estão em condições privilegiadas para proporcionar uma prática física e desportiva que permita a um atleta um desenvolvimento de auto-estima. Um dos principais objetivos do treinador é formar qualidades psíquicas da personalidade do

esportista que exerçam influência sobre a conservação e a elevação do nível da capacidade de trabalho e da efetividade das ações motoras nas condições difíceis do treinamento e das competições.

De acordo com Ferreira e Gaspar (2005), as qualidades que os treinadores devem ter que vão contribuir para a consolidação da auto-estima e para a criação de um ambiente positivo que favoreça o desempenho competitivo são: se comunicar com respeito e de forma positiva; fazer os atletas sentirem-se responsáveis pelos resultados alcançados; encorajar o insucesso e o risco e transmitem aos atletas que estes são tão importantes para eles quanto as suas performances.

Barros & Lima, (2002) afirmam que as crianças com treinadores que tem por hábito dar incentivos positivos e corretivos, possuem uma auto-estima mais elevada do que outras onde tal não acontece especialmente se iniciam a atividade com níveis de auto-estima baixos.

A auto-estima elevada reforça a motivação para realização de tarefas. A baixa auto-estima faz com que o indivíduo não se sinta capaz de ter um bom resultado. O indivíduo com auto-estima elevada, diante do fracasso, se sente motivado para se esforçar mais, melhorar e atingir seus objetivos, enquanto a que tem baixa auto-estima se sente rejeitada pelo fracasso. Papalaya (2009) identificou que a situação de fracasso influencia a auto-estima dos indivíduos; alguns chegam a evitar situações que poderiam ser fracassados para não ficar com baixa auto-estima.

De acordo com Okazaki (2004) a auto-estima tem grande influência no desempenho. O autor sugere que provavelmente os atletas com menor auto-estima apresentam pior desempenho em competição. Para este autor, há uma tendência de equipes com uma auto-estima mais elevada apresentarem melhor desempenho em competições. O mesmo autor relata a importância de se estabelecer correlações de construtos da psicologia com fatores ligados a performance, para ajudar no treinamento e no desempenho de atletas de competição.

Kamal et al. (1995, apud ARAUJO 2001) dizem que os atletas possuem níveis mais elevados de auto-estima do que os não atletas, devido a fatores sociais e

psicológicos, tais como o otimismo, a sociabilidade e o sucesso, inerentes a uma performance elevada.

Okazaki; Keller e Coelho (2005), numa pesquisa feita com uma modalidade de esporte coletivo, conclui que a auto-estima pode ser um dos fatores que influencia no resultado da competição e no nível técnico dos atletas.

Sonstroen e Morgan (1989 apud OLIVEIRA, 2001) verificaram que os aumentos na auto-estima são a base para o sucesso no Desporto. Em seus estudos eles encontraram relação entre auto-eficácia e auto-estima. Segundo os autores, alterações no primeiro, produzem mudanças no segundo. A auto-eficácia vai desenvolvendo sentimentos de competência física que por sua vez influencia os níveis de auto-estima.

O atleta com auto-estima alta tem uma tendência a apresentar um bom desempenho, uma vez que o de auto-estima alta vai intensificar as emoções positivas, aumentar a concentração e o esforço e desenvolver estratégias competitivas efetivas. Segundo Weiss (1993, apud BARROS & LIMA, 2002) as emoções provenientes do êxito ou fracasso desportivo, podem influenciar a auto-estima de um modo decisivo.

Segundo Ferreira e Gaspar (2005), os atletas com elevados níveis de auto-estima têm um perfil talhado para o sucesso em termos da performance desportiva. Esses atletas são habitualmente determinados, destemidos e apresentam uma atitude positiva, sempre prontos para aceitar novos desafios; apresentam no caso dos desportos coletivos uma tendência para desempenharem o papel de líderes do grupo, transmitindo sentimentos de calma, motivação, empenhamento e espírito de sacrifício aos restantes companheiros.

Os atletas podem reagir de forma positiva ou negativa aos erros que comete. A forma como cada indivíduo reage, esta relacionada ao nível de auto-estima. Atletas que reagem de forma positiva estabelecem estratégias adequadas para superar as dificuldades e fazendo isso tem a chance de melhorar o desempenho. O atleta que tem alta auto-estima não se deixa abalar pela dificuldade ou mal resultado.

De acordo com Ferreira e Gaspar (2005), esse perfil de atleta aprende com o erro e com o insucesso e têm a percepção de que ele os tornou mais fortes e mais bem preparados para ultrapassar dificuldades semelhantes em situações futuras de competição, centrando a sua atenção nos aspectos positivos do erro ou da derrota. Os atletas que tem uma reação negativa diante das dificuldades que surgem apresentam um baixo nível de auto-estima, pois são menos receptivos ao erro, não retiram dele grandes ensinamentos, uma vez que focam a sua atenção nos aspectos negativos, mais associados com o medo face ao insucesso e o incômodo de ter alcançado um resultado abaixo das suas expectativas.

Segundo Serra (1995 apud BARROS & LIMA, 2002) quando a avaliação que o indivíduo faz das suas qualidades ou dos seus desempenhos corresponde aos objetivos traçados, o indivíduo adquire um sentimento de competência e um nível de auto-estima. Quando se verifica o contrário, ficando os objetivos aquém daquilo que seria de esperar, o indivíduo tende a sentir-se incompetente e com uma baixa auto-estima.

Num estudo realizado por Richman e Rehberg (1986) com karatecas, foi feita a aplicação do questionário de auto-estima de Rosemberg (1965). Com o estudo, pode-se concluir que aqueles que apresentavam níveis superiores de auto-estima venciam, enquanto os atletas de níveis inferiores tinham níveis de auto-estima mais baixos. Identificou-se também que quanto maior for a experiência do atleta, mais elevado será o nível de auto-estima, ou seja, as vitórias ou as derrotas são fatores importantes na formação da auto-estima.

3 METODOLOGIA

Foram caracterizados como os sujeitos de nossa pesquisa dez adolescentes do sexo masculino com idade entre 11 e 14 anos. Todos matriculados na escolinha de futsal do Projeto Atleta do Futuro – SESI. Os participantes residem na Ilha do Bispo situada na periferia de João Pessoa.

O critério adotado para escolher os sujeitos que deveriam participar da pesquisa foi estar devidamente matriculado na escolinha e ser adolescente. A escolinha de futsal tem 30 alunos que estão na faixa etária que vai de 06 a 14 anos. A escolinha é dividida em duas turmas: a de 06 a 11 anos e a de 12 a 14 anos. A turma escolhida é a de 12 a 14 anos e possui 12 alunos. Essa turma foi escolhida porque tem alunos que já estão no período da adolescência.

Para analisar e avaliar os objetivos alcançados foi utilizado como instrumento da pesquisa a Escala de auto-estima Rosenberg (Apêndice A). A Escala de Auto-estima de Rosenberg reflete uma avaliação global do indivíduo acerca de si próprio. Através desse questionário foram respondidas dez questões em relação à satisfação consigo, com suas qualidades e capacidades, com o próprio valor, orgulho e respeito por si mesmo, atitude positiva em relação a si, sentimento de inutilidade e sensação de fracasso. As opções de resposta podem ser: concordo totalmente, concordo, discordo e discordo totalmente. As respostas ao teste são dadas por um sistema Likert de quatro pontos (1-4), no qual os participantes devem indicar o grau de concordância com a questão descrita. Quanto maior o escore obtido, maior o índice de auto-estima do respondente.

Além do questionário, outro instrumento foi utilizado para medir o desempenho dos sujeitos. Foi utilizada uma medida de desempenho subjetiva. Essa avaliação foi realizada pelo próprio pesquisador que é o professor da escolinha de futsal. Através da observação durante o jogo, o pesquisador anotou a quantidade de acertos e erros dos fundamentos mais importantes do futebol: controle, finalização e passe. (Apêndice B).

Para a realização da coleta dos dados, antes de iniciar cada treino, foi aplicada a Escala de auto-estima Rosenberg, que avaliou a auto-estima dos atletas. Em seguida foi feita a avaliação do desempenho dos atletas por meio da observação dos acertos e erros no desempenho dos atletas. Para analisar os dados levantados foi utilizada a revisão de literatura realizada com o objetivo de relacionar a auto-estima com o desempenho do atleta. Após ter os valores de auto-estima e desempenho dos participantes, primeiramente foram analisadas as respostas dadas a quatro questões da escala de Rosenberg, e em seguida foi analisada a relação entre a auto-estima e a quantidade de acertos e erros nos fundamentos controle, finalização e passe. Por ultimo foram analisados os resultados que se verifica relação entre desempenho e auto-estima e os resultados que essa relação não existe.

A participação dos sujeitos foi de forma voluntária mediante o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido de acordo com o CNS nº 196/96 (Apêndice C), assegurando o sigilo nas informações individuais. Foram feitos previamente os contatos com os coordenadores do Projeto Arca para pedir a autorização para a realização da pesquisa e apresentar os objetivos do estudo. Os pais dos adolescentes foram avisados sobre o caráter voluntário do preenchimento do questionário, bem como da garantia e confidencialidade das respostas e anonimato dos resultados.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados e discussão de nossa pesquisa serão desenvolvidos a partir dos resultados obtidos através da escala de auto-estima de Rosenberg. A escala de auto-estima tem quatro opções de resposta para cada questão: “não tenho nem um pouco”, “não tenho”, “tenho”, “tenho muito”. Para cada sujeito pesquisado, identificamos, conforme a contagem de pontos estabelecida pela escala, o nível de auto-estima. Os valores da medida de auto-estima e desempenho são baixo, médio e alto. As tabelas 1 e 2 apresentam o nível de auto-estima e desempenho respectivamente:

Tabela 1

	BAIXA	MÉDIA	ALTA
Alan			x
Miltom			x
Bruno			x
Felipe			x
Pedro		x	
Rômulo		x	
Joaquim		x	
Getúlio		x	
Társis		x	
Carlos		x	

Tabela 2

	RUIM	REGULAR	BOM
Alan	x		
Miltom	x		
Getúlio	x		
Felipe		x	
Pedro		x	
Rômulo		x	
Joaquim			x
Bruno			x
Társis			x
Carlos			x

Os resultados da investigação mostram que nenhum dos participantes apresentou nível de auto-estima baixo; dos 10 sujeitos investigados seis tiveram nível médio e quatro tiveram nível alto de auto-estima. Na medida de desempenho três tiveram nível baixo, três tiveram nível regular e quatro tiveram nível alto.

Os alunos da escolinha são adolescentes que praticam futsal há pelo menos 6 meses. Os resultados mostraram que nenhum dos participantes teve nível de auto-estima baixo. De acordo com Fox (2000 apud COELHO 2004) existe uma tendência de indivíduos envolvidos no desporto apresentarem níveis mais elevados de auto-estima do que indivíduos não envolvidos em desporto. Segundo Gavin (1992, apud GOUVEIA 2003) os indivíduos que praticam desporto, apresentam uma auto-estima elevada em relação àqueles que não praticam.

Considerando que o objetivo da pesquisa é verificar a influência da auto-estima sobre o desempenho esportivo em adolescentes, serão analisadas as

questões da escala de auto-estima Rosenberg que têm íntima relação com o desempenho. Das 10 questões que compõem a escala, foram selecionadas quatro que estão relacionadas ao desempenho: Percepção de fracasso; Orgulho de si mesmo; Capacidade de fazer as coisas tão bem quanto os outros; Percepção de boas qualidades. Usaremos aqui nomes fictícios visando preservar o anonimato dos sujeitos investigados.

4.1 COMPARAÇÃO DAS QUESTÕES DA ESCALA DE AUTO-ESTIMA COM O NÍVEL DE DESEMPENHO.

PERCEPÇÃO DE FRACASSO

Essa questão avalia se a auto-estima do indivíduo é negativa. De acordo com Papalaya (2009) a situação de fracasso influencia a auto-estima.

O indivíduo se torna mais atento aos fracassos do que aos sucessos. Ele é confrontado com situações difíceis e não consegue ultrapassar estes desafios com sucesso, o que torna a auto-estima menos positiva.

Tabela 3

Respostas	Não Tenho nem um pouco	Não tenho	Tenho	Tenho muito
Pedro		x		
Rômulo		x		
Társis		x		
Bruno		x		
Alan		x		
Joaquim	x			
Felipe	x			
Miltom	x			
Carlos			x	
Getúlio			x	

Analisando a tabela percebe-se que ninguém deu a resposta mais negativa “tenho muito”, três responderam “não tenho nem um pouco”, cinco responderam “não tenho” e dois responderam “tenho”. O caso que mais chama a atenção nessa questão é o de Milton que deu a resposta mais positiva, porém o seu desempenho foi ruim. Por outro lado, Joaquim deu a resposta mais positiva e seu desempenho foi bom. A análise dessa questão nos leva a concluir que a auto-estima de Milton não esteve relacionada ao desempenho, enquanto que a auto-estima de Joaquim esteve relacionada. Esses resultados mostram que a auto-estima se relaciona com o desempenho para alguns sujeitos e para outros não.

ORGULHO DE SI MESMO

Essa questão avalia se a auto-estima do indivíduo é positiva. Ela mede o quanto o sujeito se sente bem consigo mesmo por ter feito algo do que pode se orgulhar.

Tabela 4

Respostas	Não Tenho nem um pouco	Não tenho	Tenho	Tenho muito
Joaquim		x		
Rômulo		x		
Pedro			x	
Táris			x	
Alan			x	
Bruno				x
Felipe				x
Miltom				x
Carlos			x	
Getúlio			x	

Analisando a tabela, verificamos que ninguém respondeu “não tenho nenhum pouco”, dois responderam “não tenho”, cinco responderam “tenho” e três responderam “tenho muito”. Nesta questão Joaquim deu resposta negativa e teve desempenho alto. Milton deu a resposta mais positiva e teve o desempenho baixo. A partir dessa análise concluímos que pelo fato de ele ter dado uma resposta típica de quem tem uma auto-estima alta, não implicou em um desempenho equivalente.

CAPACIDADE DE FAZER AS COISAS TAO BEM QUANTO OS OUTROS

Essa questão avalia se a auto-estima do indivíduo é positiva. O sujeito compara sua habilidade com a dos outros. Ele se percepçiona como alguém que consegue fazer as coisas tão bem quanto os outros.

Tabela 5

Respostas	Não Tenho nem um pouco	Não tenho	Tenho	Tenho muito
Joaquim		x		
Felipe		x		
Carlos	x			
Társis	x			
Pedro			x	
Rômulo			x	
Bruno			x	
Getúlio			x	
Alan				x
Milton				x

Analisando a tabela notamos que dois sujeitos responderam “não tenho nem um pouco”, dois responderam “não tenho”, quatro responderam “tenho” e dois responderam “tenho muito”. O quadro apresenta que Carlos e Társis deram a

resposta mais negativa para essa questão, e tiveram o desempenho mais alto. Por outro lado, Milton e Alan deram a resposta mais alta, mas tiveram o nível de desempenho baixo. Nessa questão ficou evidente que a auto-estima não concordou com o desempenho de nenhum dos quatro sujeitos mencionados. Para dois deles a resposta negativa correspondeu a um desempenho alto, enquanto que para os outros dois, a resposta positiva correspondeu ao desempenho baixo.

PERCEPÇÃO DE BOAS QUALIDADES

Essa questão avalia se a auto-estima do indivíduo é positiva. O indivíduo responde o quanto consegue perceber suas boas qualidades. Ele tem capacidade de prestar mais atenção às qualidades do que aos defeitos.

De acordo com Thoits (1999) a auto-estima pode ser vista como, o entendimento que a pessoa tem de suas qualidades, quão bom e quão ruim, valioso ou sem valor, positivo ou negativo, superior ou inferior que se pode ser.

Tabela 6

Respostas	Não Tenho nem um pouco	Não tenho	Tenho	Tenho muito
Joaquim			X	
Bruno			X	
Alan			X	
Miltom			X	
Pedro				X
Rômulo				X
Carlos				X
Getúlio				X
Társis				X
Felipe				X

A tabela apresenta que quatro responderam “tenho” e seis responderam “tenho muito”. Analisando as respostas, percebe-se que todas as respostas foram positivas. Társis e Carlos deram a resposta mais positiva e tiveram o desempenho alto. Getúlio também deu a resposta mais positiva, mas teve o nível de desempenho baixo. Enquanto que para os dois primeiros o resultado de auto-estima correspondeu ao desempenho, o mesmo não ocorreu com Getúlio.

4.2. CORRELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E QUANTIDADE DE ACERTOS E ERROS.

Depois de identificado o nível de auto-estima e desempenho dos sujeitos, passamos agora a correlacionar a auto-estima a quantidade de acertos e erros cometidos nos seguintes fundamentos: Controle, Finalização e Passe. O estudo utilizou uma medida de desempenho subjetivo realizada pelo próprio pesquisador que é o professor da escolinha de futsal.

4.2.1 QUANTIDADE DE ACERTOS MAIOR DO QUE DE ERROS:

Pedro

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	3	3	8	14	Média	Regular
Erros	2	5	2	9		

Rômulo

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	3	3	6	12	Média	Regular
Erros	2	1	0	3		

Joaquim

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	11	6	7	24	Média	Bom
Erros	2	6	6	14		

Carlos

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	6	7	4	17	Média	bom
Erros	4	4	5	13		

Társis

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	9	4	7	20	Média	bom
Erros	1	3	1	5		

Felipe

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	9	6	3	18	Alta	Regular
Erros	4	1	0	5		

Bruno

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	7	9	1	17	Alta	Bom
Erros	2	4	2	8		

Os resultados apresentaram que sete sujeitos tiveram maior quantidade de acertos do que de erros. Dentre eles, Felipe e Bruno tiveram o resultado que mais apresentou relação entre auto-estima e desempenho, pois tiveram auto-estima alta e quantidade de acertos maior do que de erros. Para esses sujeitos a auto-estima esteve correlacionada aos acertos e erros.

Dos sujeitos investigados Felipe e Bruno tiveram o nível de auto-estima mais alto e quantidade de acertos maior do que de erros. No quesito quantidade de acertos maior do que de erros, Felipe e Bruno tiveram os valores que mais se aproximaram da hipótese de que a auto-estima influencia o desempenho.

De acordo com Briggs (2002) a auto-estima é um fator determinante para o êxito e o fracasso. Numa pesquisa feita com uma modalidade de esporte coletivo, Okazaki; Keller e Coelho (2005), concluíram que a auto-estima pode ser um dos fatores que influencia no resultado da competição e no nível técnico dos atletas.

4.2.2 QUANTIDADE DE ACERTOS MENOR DO QUE DE ERROS

Getulio

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	3	1	2	6	Média	Ruim
Erros	2	3	3	8		

Alan

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	4	2	1	7	Alta	Ruim
Erros	5	2	3	10		

Milton

	Controle	Finalização	Passe	Total	Auto-estima	Desempenho
Acertos	3	0	4	7	Alta	Ruim
Erros	4	5	5	14		

Os resultados mostram que três sujeitos tiveram quantidade de acertos menor do que de erros. Ao contrário do que ocorreu no quesito anterior, dos sujeitos investigados Milton e Alan tiveram o nível de auto-estima mais alto, porém quantidade de acertos menor do que de erros. O resultado deles é o que mais se distancia da hipótese de que a auto-estima influencia o desempenho.

De acordo com Okazaki (2004) a auto-estima tem grande influência no desempenho. Segundo o autor, provavelmente os atletas com menor auto-estima apresentam pior desempenho em competição.

Os resultados encontrados contrariam Okazaki (2004). Embora Milton e Alan não estejam inseridos num contexto de competição, esperava-se que por terem uma auto-estima elevada, tivessem também um nível de desempenho alto, porém os resultados mostraram que para estes sujeitos as variáveis auto-estima e desempenho não estiveram relacionadas.

4.3. CORRELAÇÃO POSITIVA ENTRE AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO

AUTO-ESTIMA MÉDIA E DESEMPENHO REGULAR

Pedro
Rômulo

AUTO-ESTIMA ALTA E DESEMPENHO BOM

Bruno

Os resultados mostram que em apenas três sujeitos da amostra houve correlação positiva entre auto-estima e desempenho. Dos três, apenas Bruno teve nível de desempenho alto e auto-estima alta. Como anteriormente mostrado, Bruno teve a auto-estima correlacionada à quantidade de acertos e erros. De acordo com Olszewska (1982, apud ARAUJO 2001), atletas com níveis de auto-estima mais

elevados apresentam performances superiores às dos atletas com níveis mais baixos de auto-estima.

Podemos concluir que o bom desempenho de Bruno pode estar relacionado à auto-estima. Sonstroen e Morgan (1989 apud OLIVEIRA, 2001) verificaram que os aumentos na auto-estima são a base para o sucesso no desporto.

Por outro lado, vimos em nossa investigação que assim como Bruno, Carlos e Társis tiveram o nível mais alto de desempenho, mas Carlos e Társis não tiveram o nível de auto-estima mais alto. Desses resultados concluímos que o desempenho de Bruno pode ser atribuído ao nível de auto-estima, enquanto que com Carlos e Társis o bom desempenho não foi atribuído a auto-estima.

4.4. CORRELAÇÃO NEGATIVA ENTRE AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO

AUTO-ESTIMA MÉDIA E DESEMPENHO BOM

Joaquim
Carlos
Tarsis

AUTO-ESTIMA ALTA E DESEMPENHO REGULAR

Felipe

AUTO-ESTIMA ALTA E DESEMPENHO RUIM

Milton
Alan

Os resultados acima mostram que para a maior parte dos sujeitos investigados em nossa pesquisa, não houve correlação entre auto-estima e desempenho. Deve ser levado em consideração o fato de que para essa pequena amostra de 12 sujeitos, a maior parte não apresentou relação entre as variáveis.

Mas se o estudo tivesse sido realizado com uma amostra maior o resultado poderia ter sido diferente.

Nossa investigação sugere a auto-estima como a principal variável que determina o desempenho, porém outras variáveis como tempo de prática podem ser mais importantes para influenciar o desempenho. De acordo com Goudas, Dermitzaki & Bagiatas (2001) quantos mais anos os atletas estiverem ligados à prática desportiva, mais elevados serão os níveis da competência.

Nosso estudo propõe que a auto-estima influencia o desempenho, mas de acordo com os achados de Ferreira e Massart (2004 apud FERREIRA e GASPAR 2005), a relação ocorre de maneira inversa. Segundo esses autores, a auto-estima é influenciada pelo desempenho e não o contrário. Num estudo realizado por Richman e Rehberg (1986) com jovens judocas, os autores demonstraram que os atletas de nível internacional (elite) de ambos os sexos apresentam, em média, valores mais elevados de auto-estima quando comparados com os seus colegas que competiam apenas a nível nacional (não-elite).

Richman e Rehberg (1986) concluíram que o nível de desempenho influenciou a auto-estima. O mesmo resultado foi encontrado por Koocher (1971), Kraft (1978) e Folkins e Simes (1981, apud GOUVEIA 2003). Os autores concluíram que a mestria em certas atividades, como nadar, conduz a alterações positivas na personalidade e na auto-estima. Calfas e Taylor (1994) também consideram que as experiências de mestria e sucesso na atividade física podem provocar melhorias na auto-estima, principalmente na adolescência.

Analisando os resultados de Milton e Alan, concluímos que o nível de auto-estima foi alto e de desempenho foi baixo; assim, os maiores valores de auto-estima não corresponderam aos de desempenho. Conforme anteriormente mostrado, estes mesmos sujeitos tiveram o resultado que mais apresentou relação negativa entre auto-estima e desempenho, quando comparamos a auto-estima com quantidade de acertos e erros.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tivemos dificuldades para encontrar material sobre estudos que relacionam a auto-estima ao desempenho. Não conseguimos em periódicos, jornais ou revistas nacionais ou internacionais nenhum estudo correlacional ou comparativo que tenha buscado investigar as possíveis associações ou relações entre auto-estima e desempenho esportivo.

Em nossa análise qualitativa pudemos atingir o objetivo geral de analisar a relação entre auto-estima e desempenho esportivo dos adolescentes do projeto atleta do futuro. Foi feito um levantamento teórico do qual foi constatado que a auto-estima é de grande importância para a prática esportiva, tendo em vista o impacto que ela tem em vários aspectos da vida das pessoas e pelas relações dessa condição de vida com o desempenho esportivo. Os estudos apresentados apontam para a existência de níveis mais elevados de auto-estima nos praticantes de atividade física em relação aos que não praticam.

Os resultados obtidos neste estudo mostraram que a maior parte dos sujeitos teve auto-estima entre média e alta. O estudo verificou que o nível de desempenho de alguns sujeitos esteve relacionado à auto-estima e de outros não. Em nosso estudo percebemos que a variável auto-estima não se mostrou como um bom indicador de desempenho, pois mostrou que essas variáveis não se encontram altamente correlacionadas. Através da aplicação dos questionários, percebeu-se que nas questões relacionadas ao desempenho, as respostas foram compatíveis com a auto-estima, mas não foram com o desempenho.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, S. A. P. (2001). Satisfação com a imagem corporal, auto-estima e variáveis morfológicas: Estudo comparativo em adolescentes do sexo feminino praticantes e não praticantes de ginásticas de academia. Dissertação de Mestrado em Ciência do Desporto. Universidade do Porto

AVANCI, J. Q.; ASSIS, S. G.; SANTOS, N. ; OLIVEIRA, Rachel V. C. Adaptação transcultural de escala de auto-estima para adolescentes. **Psicol. Reflex. Crit.[online]**. 2007, vol.20, n.3, pp. 397-405.

BARBOSA DJ. O adolescente e o esporte. In: Maakaroun MF, Souza RP, Cruz AR. Tratado de adolescência: um estudo multidisciplinar. Rio de Janeiro: Cultura médica, 1991.

BARROS, N.M.; LIMA, C.A. (2002), Auto-estima e Actividade Física "Contributo de um programa de actividade física na Auto-estima em adultos idosos do concelho de Coimbra". Dissertação de Mestrado em Ciências do Desporto da FCDEF- UP Porto. Edição do Autor.

BATISTA, P.(1995). Satisfação com a imagem corporal e autoestima: Estudo comparativo de adolescentes envolvidos em diferentes níveis de actividade física. Dissertação de Mestrado em Ciências do Desporto, na área de especialização de Desporto de Crianças e Jovens. Porto. F.C.D.E.F., Universidade do Porto.

BERNARDO, R. (2003). Influencia de um programa de Desporto Aventura na Auto-estima Global de Adolescentes em meio escolas. Lisboa, Universidade Técnica de Lisboa. Disponível em: http://www3.uma.pt/defd/index2.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=179&Itemid=141

BRIGGS, D. C. (2002). A auto-estima de seu filho. Trad. Dutra, W. São Paulo: Martins Fontes

BROWNELL, K. D. Exercise and obesity treatment: psychological aspects. Int. J. Obes. 1995; 19:S122-S125

CAMPBELL, R. N. (1984). The new science: Self-esteem psychology. Lanham, MD: University Press of America

COELHO, V. A. (2004). Estilo Atribucional e sua relação com a Auto-estima: Um estudo com atletas de elite portugueses e eslovenos. Disponível em: <<http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/937/1/TeseMestradoPsicologiaDesportiva.pdf>>

COOPERSMITH, S. The antecedents of self-esteem. San Francisco: Freeman, 1967. Disponível em: <<http://dspace.c3sl.ufpr.br/dspace/bitstream/1884/7805/1/Fabio%20Heitor%20A%20Okazaki%20Disserta%C3%A7%C3%A3o.pdf>> - Acessado em 14 de setembro.

DE ROSE JUNIOR, D.; VASCONCELLOS, E. G. (s/d). Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 148-154, jul./dez. 1997.

FARIA, F. & SILVA, S. (2000). Efeitos do exercício físico na promoção do auto-conceito. *Psychologica*, 25, 25-43.

FERREIRA & GASPAR. (2005). A importância da auto-estima e da Autoconfiança no contexto da preparação desportiva: O contributo do treinador no desenvolvimento da identidade do jovem atleta. Disponível em: <<https://woc.uc.pt/fcdef/getFile.do?tipo=6&id=2294>>

GOULART (s/d). A IMPORTÂNCIA DA PSICOLOGIA DO ESPORTE PARA O RENDIMENTO DO ATLETA DE FUTSAL. Disponível em: <http://www.futsalbrasil.com.br/2008/artigos/artigo-de-futsal-7.pdf>

GOUVEIA, L. A auto-estima em alunos com dificuldade de aprendizagem. Dissertação de Mestrado em Ciência do Desporto. 2003. Universidade do Porto. Disponível em: http://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/10656/3/4985_TM_01_P.pdf. Acesso em: 15 de outubro 2010.

HARTER, S. (1985). Process underlying the construction, maintenance and enhancement of the self-concept in children. In: J. Suis, A. Greenwald (Eds.), Psychological on the Self, vol. 3. Erlbaum. Hillsdale, NJ.

INTERNATIONAL SOCIETY OF SPORT PSYCHOLOGY. (1992). Physical activity and psychological benefits: a position statement. The Sport Psychologist, 6, 199-203. Disponível em: <http://www.psicologia.com.pt/artigos/textos/TL0010.PDF> - Acessado em 14 de setembro

JOÃO SANTOS (2006). Auto-Percepções, Auto-estima, Ansiedade Físico-Social e Imagem Corporal: Estudo Comparativo Entre Instrutores De Fitness e Praticantes De Actividade Física. Monografia da Licenciatura em Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade de Coimbra.

MACHADO C.S. et. al. (2005). Fatores motivacionais que influem na aderência de adolescentes aos programas de iniciação desportiva das escolas da Universidade Luterana do Brasil.. Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 89. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd89/inic.htm>

OLSZEWSKA, G. (1982) The relation of a self-image, self-estimation and a tendency to dominate or submit to the effectiveness of the performance of team players. International Journal of Sport Psychology, 13 (2), 107-113.

OKAZAKI, F. H. A. Relação entre auto-estima, o nível técnico, o tempo de prática e o resultado da competição de atletas de voleibol feminino da categoria mirim. Monografia de Pós-graduação Faculdades Dom Bosco.

RICHMAN, C. & REHBERG, H. (1986). The development of self esteem through the martial arts. *International Journal of Sport Psychology*. 17(3): 234-239.

SANCHES (s/d). A prática esportiva como uma atividade potencialmente promotora de resiliência. Disponível em: <<http://pepsic.homolog.bvsalud.org/pdf/rbpe/v1n1/v1n1a13.pdf>>

SONSTROEM, R. J. (1984). Exercise and self-esteem. *Exercise and Sport Sciences Reviews*. 12: 123-155.

TAMAYO, A. et. al. A influencia da atividade física regular sobre o auto-conceito. **Estud. Psicologia**, v.6, n.2, 2001. Disponível em: <http://sare.unianhanguera.edu.br/index.php/anuic/article/viewFile/1628/788> - Acessado em 15 de setembro

THOITS, P. Self, identity, stress and mental health. *Hand book of the sociology of mental health*. New Yourk, Capítulo 17, p. 345-368, 1999.

VAZ SERRA, A. (1986). A importância do Autoconceito. *Psiquiatria Clínica*, 7 (2), 57-66.

VIEIRA, V.C. R.; PRIORE, S. E. ; FISBERG, M. A atividade física na adolescência. *Adolescencia Latinoamericana* v.3 n.1 Porto Alegre ago. 2002

Disponível em: <http://www.jocelemsalgado.com.br/padrao.aspx?texto.aspx?idcontent=794&idContentSection=326> Acesso em: 20/10/2010

WEINECK, J. *Treinamento ideal*. São Paulo: Manole, 2002.

APÊNDICES

APÊNDICE A- ESCALA DE AUTO-ESTIMA DE ROSENBERG

Para cada item faz um círculo no número que corresponde à concepção de valor que Tem de si mesmo:

1 Concordo plenamente
2 Concordo
3 Discordo
4 Discordo plenamente

1. No geral, estou satisfeito comigo mesmo.	1	2	3	4
2. Às vezes acho que não tenho nenhum valor. .	1	2	3	4
3. Acho que tenho um certo numero de boas qualidades.	1	2	3	4
4. Sou capaz de fazer as coisas tão bem como a maioria das pessoas.	1	2	3	4
5. Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.	1	2	3	4
6. Por vezes sinto-me inútil.	1	2	3	4
7. Sinto que sou uma pessoa de valor, pelo menos, tanto quanto os outros.	1	2	3	4
8. Gostaria de ter mais respeito por mim mesmo.	1	2	3	4
9. Tenho uma tendência a me sentir um fracassado	1	2	3	4
10. Minha opinião sobre mim é positiva.	1	2	3	4

NOME DO ALUNO: _____

APÊNDICE B- AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO

NOME DO ALUNO: _____

	QUANTIDADE DE ACERTOS E ERROS
PASSE	Acertos () Erros ()
CHUTE	Acertos () Erros ()
DOMÍNIO	Acertos () Erros ()

APÊNDICE C- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) Senhor (a)

Esta pesquisa é sobre **RELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E DESEMPENHO: UMA ANÁLISE NO FUTSAL COM ADOLESCENTES DO PROJETO ATLETA DO FUTURO** e está sendo desenvolvida por Gandhi Nunes Gomes, aluno do Curso de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação do Prof Iraquitan de Oliveira Caminha

Os objetivos do estudo são analisar a influência da pratica de futsal sobre a auto-estima em adolescentes e verificar a influência da auto-estima sobre o desempenho no futebol em adolescentes.

Solicitamos a sua colaboração para a entrevista que será realizada, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica Informamos que essa pesquisa não oferece riscos, previsíveis, para a sua saúde dos participantes.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o senhor não é obrigado a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador. Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo na Instituição.

O pesquisador estará a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa. Cidade Universitária - João Pessoa - PB - Brasil - CEP - 58051-900.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa
ou Responsável Legal

Contato com o Pesquisador Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para o pesquisador Gandhi Nunes Gomes.

Endereço (Setor de Trabalho): Cidade Universitária - João Pessoa - PB - Brasil - CEP - 58051-900. Telefone: 88948637

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

Assinatura do Pesquisador Participante

ANEXOS



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAIBA - UFPB
HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY - HULW
**COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES
HUMANOS - CEP**

CERTIDÃO

Com base na Resolução nº 196/96 do CNS/MS que regulamenta a ética da pesquisa em seres humanos, o Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Lauro Wanderley - CEP/HULW, da Universidade Federal da Paraíba, em sua sessão realizada no dia 04/05/2010, após análise do parecer do relator, resolveu considerar APROVADO o projeto de pesquisa intitulado FATORES QUE INFLUENCIAM NA ADEÇÃO E PERMANÊNCIA DOS USUÁRIOS AO PROJETO JOÃO PESSOA-VIDA SAUDÁVEL. Protocolo CEP/HULW nº. 232/10, das pesquisadoras JANAINA OLIVEIRA DA SILVA e MARIA DILMA SIMÕES BRASILEIRO (orientadora).

Solicitamos enviar ao CEP/HULW, no final da pesquisa, uma cópia desta certidão e da pesquisa, em CD, para emissão da certidão para publicação científica.

João Pessoa, 04 de Maio de 2010.

Profª Drª Iaponira Cortez Costa de Oliveira
Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa-HULW

Endereço: Hospital Universitário Lauro Wanderley-HULW - 4º andar. Campus I - Cidade Universitária.
Bairro: Castelo Branco - João Pessoa - PB. CEP: 58051-900 CNPJ: 24098477/007-05
Fone: (83) 32167302 — Fone/fax: (083)32167522 E-mail - cepulw@hotmail.com

