



Centro Unversitário Santo Agostinho

# revista fsa

[www4.fsnet.com.br/revista](http://www4.fsnet.com.br/revista)

Rev. FSA, Teresina, v. 17, n. 3, art. 12, p. 196-207, mar. 2020

ISSN Impresso: 1806-6356 ISSN Eletrônico: 2317-2983

<http://dx.doi.org/10.12819/2020.17.3.12>



## A Psicologia do Esporte e o seu Trabalho Motivacional para o Desempenho e Controle da Ansiedade: Uma Revisão Bibliográfica

### Sport Psychology and Its Motivational Work for Anxiety Performance and Control: A Bibliographic Review

**Rafael Alves Domingueti**

Graduado em Educação Física pela Faculdade Euclides da Cunha

E-mail: rafael.domingueti@gmail.com

**Gustavo Celestino Martins**

Doutor em Ciências do Movimento Humano pela Universidade Metodista de Piracicaba

Professor da Faculdade Euclides da Cunha

E-mail: gustavo.celestino.martins@gmail.com

**Guanis de Barros Vilela Junior**

Doutor em Educação Física pela Universidade de Campinas

Professor da Universidade Metodista de Piracicaba

E-mail: guanis@gmail.com

**Carlos Henrique Previtall Fileni**

Mestrado em Ciências do Movimento Humano pela Universidade Metodista de Piracicaba

Graduação em Educação Física Faculdade de Filosofia Ciências e Letras de São José do Rio Pardo

Professor da Faculdade Euclides da Cunha

E-mail: prof.hprevital@outlook.com

---

#### Endereço: Rafael Alves Domingueti

Faculdade Euclides da Cunha - Rua Jorge Tibiriça, 451 –  
Centro, São José do Rio Pardo/SP, CEP: 13720-000,  
Brasil.

#### Endereço: Gustavo Celestino Martins

Faculdade Euclides da Cunha - Rua Jorge Tibiriça, 451 –  
Centro, São José do Rio Pardo/SP, CEP: 13720-000,  
Brasil.

#### Endereço: Guanis de Barros Vilela Junior

Universidade Metodista de Piracicaba, Faculdade de  
Educação Física. Rodovia do açúcar, 156, Taquaral,  
13400-911 - Piracicaba, SP – Brasil

#### Endereço: Carlos Henrique Previtall Fileni

Faculdade Euclides da Cunha - Rua Jorge Tibiriça, 451 –  
Centro, São José do Rio Pardo/SP, CEP: 13720-000, Brasil.

**Editor-Chefe: Dr. Tonny Kerley de Alencar  
Rodrigues**

Artigo recebido em 17/12/2019. Última versão  
recebida em 02/01/2020. Aprovado em 03/01/2020.

Avaliado pelo sistema Triple Review: a) Desk Review  
pelo Editor-Chefe; e b) Double Blind Review  
(avaliação cega por dois avaliadores da área).

Revisão: Gramatical, Normativa e de Formatação

**Apoio e financiamento:** CAPES, Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior e CPAQV, Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida.



## RESUMO

O objetivo do estudo é compreender a motivação nos atletas e a prática da intervenção para o controle da ansiedade e desempenho a partir da psicologia do esporte. Para alcançar o objetivo, utilizamos a revisão bibliográfica da literatura, com caráter qualitativo. A principal fonte de pesquisa foi o google *scholar*; consultamos a plataforma utilizando os descritores “psicologia do esporte e motivação”, “desempenho e ansiedade na psicologia do esporte” e “a atuação do psicólogo do esporte”. Foram encontrados 90.200 artigos. Quando utilizado os primeiros critérios de exclusão, permaneceram 65, empregando o segundo critério de exclusão, continuaram 20, onde foram escolhidos 7 artigos que atenderam a todas as exigências, sendo eles publicados nas revistas: (FSA); (Educação Física - UEM); (Psicologia Argumento); (Psicologia Revista); (Motrivivência); (Arquivos em Movimento) e (Temas em Psicologia). O estudo teve como resultados ganhos reais na performance, desempenho dos atletas e equipes motivadas. O psicólogo do esporte é fundamental na efetivação e condução do fator motivacional, proporcionando parâmetros intervenientes na percepção da ansiedade em atletas e os diferentes tipos de ansiedade.

**Palavras-chave:** Psicologia. Esporte. Motivação. Ansiedade.

## ABSTRACT

The aim of the study is to understand the motivation in athletes and the practice of intervention to control anxiety and performance based on sport psychology. To achieve the objective, we used the systematic literature review, with qualitative character. The main source of research was google scholar, we consulted the platform using the descriptors “sport psychology and motivation”, “performance and anxiety in sport psychology” and “the performance of the sport psychologist”. A total of 90,200 articles were found. When the first exclusion criteria were used, 65 were used. The second exclusion criterion remained 20, and 7 articles were selected that met all the requirements. (FSA); (Physical Education - UEM); (Argument Psychology); (Revised Psychology); (Motivation); (Archives in Motion) and (Themes in Psychology). The study resulted in real gains in performance, athlete performance and motivated teams. The sports psychologist is fundamental in the effectiveness and conduction of the motivational factor, providing intervening parameters in the perception of anxiety in athletes and the different types of anxiety.

**Keywords:** Psychology. Sport. Motivation. Anxiety.

## 1 INTRODUÇÃO

A psicologia do esporte vem expandindo suas fronteiras. Ela volta seus estudos às emoções e condutas que afetam esportistas no exercício de suas funções, observando aspectos atrelados à motivação, bem-estar dos atletas, dinâmicas de grupo, liderança, violência e agressão, procurando gerar um ambiente orientado por questões sociais, clínicas e educacionais, visando um melhor aperfeiçoamento dos atletas. Sua finalidade é compreender as condutas humanas, observando o convívio do indivíduo no meio esportivo. É atribuição do psicólogo do esporte realizar consultorias clínicas e investigar aqueles vinculados às equipes esportivas para perceber ações que colaboram com o desenvolvimento saudável dos atletas (FERREIRA, 2019).

O psicólogo, no contexto do esporte, é incumbido de melhorar os aspectos psicológicos que vão interferir na performance esportiva e na excelência, dando suporte ao controle das emoções e interação com equipe, em especial. O trabalho profissional vai além do atendimento clínico, que foca apenas no preparo psicológico do esportista, ainda é essencial preocupar-se com o bem-estar deles (TREVELIN, 2018).

Dentre as atribuições básicas do exercício profissional, temos a investigação para trabalhar os processos elementares envolvidos na atividade física, em ações educativas relacionadas aos princípios e aos procedimentos psicológicos, já a clínica atua de forma direta com as questões psicológicas que tem potencial de influenciar na prática esportiva. As intervenções dependem das circunstâncias da atuação, pois há um leque diverso nas áreas do esporte (FOLLE, 2015).

O psicólogo do esporte não trabalha apenas com atletas de alta performance, pois sua atuação envolve atividades físicas amplas e abrangentes. Ele executa intervenções na área de rendimento, recreativo, escolar e reabilitação. Em rendimento, visa melhorar o desempenho formal e institucional, enfatizando o exame de determinantes psíquicos que influenciam no rendimento do atleta ou equipe esportiva. No âmbito do esporte escolar o enfoque é a formação, a partir de princípios sócio-educativos, visando à preparação para cidadania e o lazer, com a compreensão e o diagnóstico dos procedimentos de aprendizagem (MEIRELES, 2015).

No esporte recreativo o propósito é o bem-estar dos praticantes, a atuação na primeira linha de averiguação do comportamento em faixas etárias diversas, observando um conjunto diverso de motivos, interesses e ações. Na área do esporte de reabilitação exerce um ofício

orientado à prevenção ou intervenção em lesões resultantes da prática esportiva. Há o ramo voltado a pessoas portadoras de necessidades especiais.

O profissional elabora um esquema de preparação psicológica que envolve supervisão e suporte psicológico, assessoramento e direcionamento psicológico, exames e habilitações psicológicas. O treino psicológico aplica exercícios de autorrelaxamento e estratégia de auto-influência, tornando possível na preparação psicológica realizar um panorama de aperfeiçoamento de iniciativas condizentes e elementares ao rendimento esportivo (MEIRELES, 2015).

Neste sentido o objetivo do estudo é compreender a motivação nos atletas e a prática de intervenção para o controle da ansiedade e melhora do desempenho a partir da psicologia do esporte.

## 2 METODOLOGIA

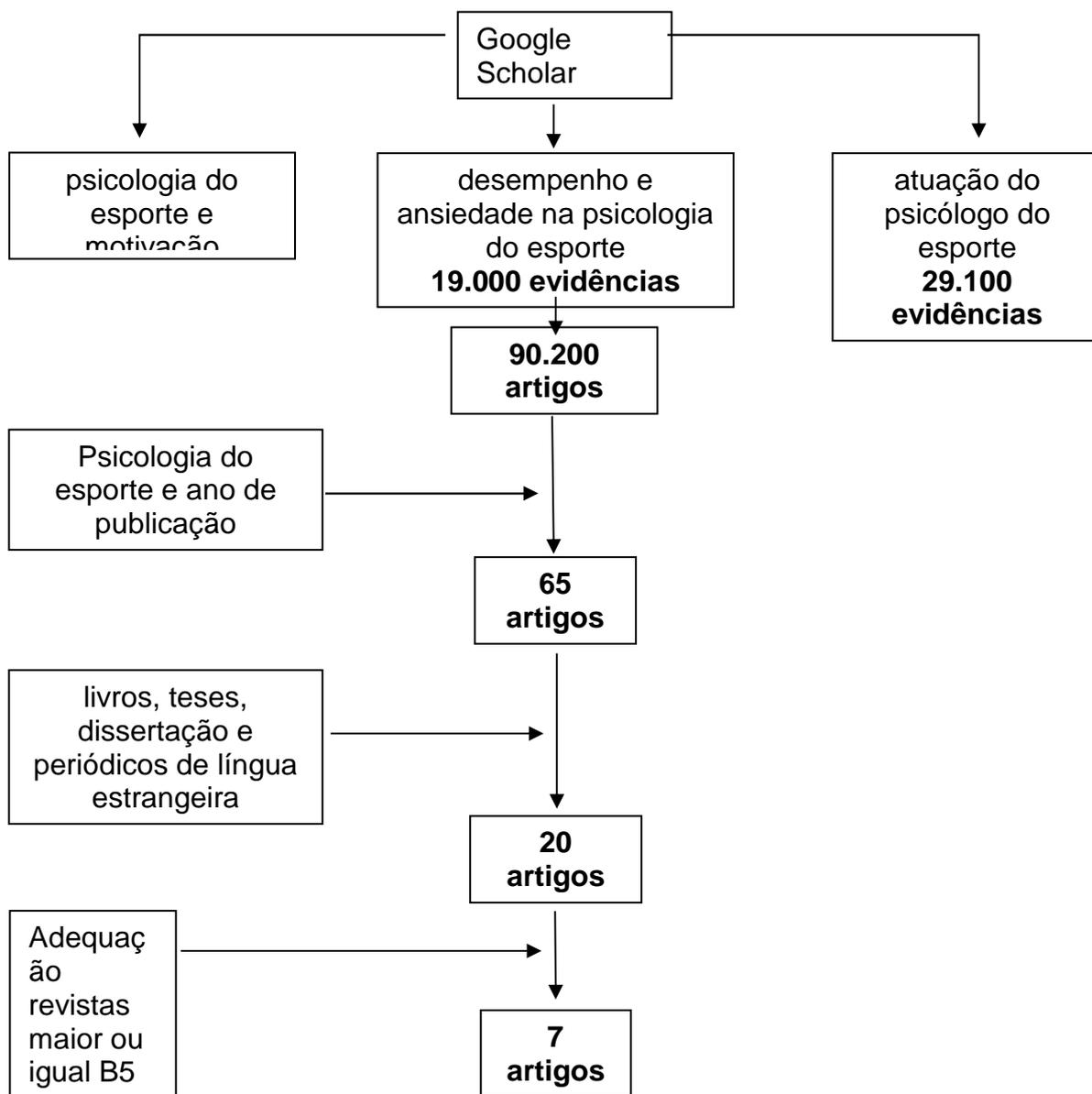
Trata-se de uma revisão bibliográfica de literatura, onde a busca pelos artigos foi realizada na base de dados eletrônicos do google *scholar* e periódicos na área das ciências humanas. Essas bases foram selecionadas por indexar grande parte das revistas de psicologia do esporte e pela acessibilidade, pois dispõem gratuitamente os artigos publicados. Foram incluídos apenas os periódicos que possuem em seu título a terminologia psicologia e aqueles maiores ou iguais a B5 no WEBQUALIS na área de avaliação 37 - psicologia. Foram selecionados três termos para a pesquisa: motivação, ansiedade e psicologia do esporte. Os mesmos encontram-se de acordo com a Terminologia em Psicologia da Biblioteca Virtual em SaúdeBVS. O levantamento dos estudos foi realizado no mês de setembro de 2019, por um pesquisador. Optou-se por estabelecer um período de tempo de 2015 a 2019 e não utilizar livros, capítulos, teses, dissertações e periódicos em outra língua que não fosse o português.

No descritor “psicologia do esporte e motivação” foram registrados 42.100 resultados, com o descritor “desempenho e ansiedade na psicologia do esporte” foram apontados 19.000 resultados e tendo o descritor “atuação do psicólogo do esporte” 29.100 resultados. Quando utilizados os critérios de exclusão, artigos que não continham em seu título a terminologia “psicologia do esporte” e ano de publicação, permaneceram 65, empregando os critérios de exclusão de livros, teses, dissertação e periódicos de língua estrangeira e leitura corrida, permaneceram 20 artigos, onde foram escolhidos 7 que atenderam a todas as exigências, sendo eles publicados nas revistas: (FSA); (Educação Física - UEM); (Psicologia

Argumento); (Psicologia Revista); (Motrivivência); (Arquivos em Movimento) e (Temas em Psicologia).

Na Figura 1 foi realizado um fluxograma para o delineamento do estudo.

**Figura 1 – Fluxograma**



### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após a definição do material, o mesmo foi estudado com a finalidade de se produzir resumos que foram utilizados para o texto do final. Para tal, o estudo foi organizado de acordo com o tema de cada artigo: primeiro os artigos sobre motivação, seguidos pelos voltados à ansiedade e por fim os que focam na intervenção do psicólogo do esporte.

Com as buscas a partir das palavras-chave e a seleção dos sete artigos entre os vinte e após amostragem, foi realizado um quadro contendo os artigos que serão trabalhados e discutidos no estudo. São 5 revistas da área de psicologia, 2 da área de Educação Física e todos seus artigos com abordagem qualitativa, como podemos confirmar na tabela abaixo:

**Quadro 1 - Apresentação e informações sobre as publicações**

Autoria, ano e local do estudo	Revista	Título	Método	Desfecho
FERREIRA, A.C.P. 2019, Teresina/Piauí	Revista FSA	Revisão Sistemática de Literatura Sobre a Questão Motivacional no Esporte	Compreender conceitualmente a importância da motivação, enquanto habilidade psicológica para a prática esportiva.	Concluiu que a motivação traz benefícios para prática desportiva e também um aumento de performance, e para cada sujeito traz saúde mental e qualidade de vida no trabalho.
FOLLE, A. 2015, Santa Catarina	Revista educação Física UEM	Processo de formação esportiva: da identificação ao desenvolvimento de talentos esportivos	Realizar uma revisão sistemática de artigos originais que abordam o processo de identificação e desenvolvimento de talentos esportivos.	Os delineamentos da produção científica têm contribuído com informações de como o processo de identificação e desenvolvimento de talentos ocorre.
CLEMENTE, K.A.P. 2017, Sorocaba	Revista Psicologia argumento	Ansiedade no Contexto Esportivo e de Exercício Físico: uma revisão sistemática	Verificar estudos no período de 2006-2016, que discutissem formas de avaliação e intervenção sobre a ansiedade em atletas e praticantes de exercício físico.	Conclui-se, que há espaço para atuação do psicólogo do esporte, independente de abordagem teórica utilizada.
TREVELIN, F. 2018, São Paulo	Psicologia Revista	Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta	Investigar a influência das emoções no desempenho do atleta de alto rendimento.	Os resultados deste estudo revelaram que as emoções possuem relação com desempenho do atleta.
MEIRELES, L.G.V. 2015, Rio de Janeiro	Revista Motrivivência	Reflexões sobre o trabalho do psicólogo do esporte em uma academia de ginástica	Desenvolver uma reflexão sobre a prática do psicólogo do esporte dentro de uma academia de ginástica, a partir do relato de experiência de estágio em psicologia.	O psicólogo do esporte se estabelece como facilitador que auxilia professores de educação física a terem um olhar mais humano e individual das pessoas que procuram atividades dentro das academias.
SILVA, A.M.B. 2016, Campinas	Revista arquivos em movimento	Estresse em atletas de modalidades coletivas: uma revisão sistemática	Analisar os artigos científicos nacionais e internacionais e as teses e dissertações brasileiras publicados	Se faz necessário o desenvolvimento de novos instrumentos de avaliação do estresse, específicos para a modalidade coletiva

			nos últimos 15 anos (2000-2015) sobre o tema “estresse em atletas” voltado para modalidades esportivas coletivas.	
GARCIA, R.P. 2016, Rio de Janeiro	Temas em Psicologia	A Prática da Avaliação Psicológica em Contextos Esportivos	Discutir a utilização da avaliação psicológica na prática da psicologia do esporte no Brasil.	Conclui-se que são indispensáveis novos estudos que objetivem construir, adaptar e investigar evidências de validade de novos testes psicológicos destinados ao contexto esportivo brasileiro.

A motivação como habilidade psicológica para a prática esportiva parece explicitamente nos estudos, sendo tratada no decorrer dos artigos com definições diversas. No contexto atual, acredita-se que a motivação é um processo ativo, intencional e orientado para uma meta que envolve aspectos pessoais (intrínseco) e ambientais (extrínseco) (FERREIRA, 2019).

Na Motivação Intrínseca há prazer na atividade exercida, onde se vivencia a aprendizagem, o que provoca satisfação ao desenvolver ou controlar certa habilidade com grau de dificuldade, sentindo-se estimulado a participar pela boa sensação. Na Motivação Extrínseca há a valorização do resultado, a conduta é valorizada e aceita, mesmo sem prazer. A motivação decorre de estímulos e pressões, onde a conduta que motiva vem de fatores externos. Os aspectos que mais motivam as pessoas a fazer atividades físicas é a manutenção da boa forma e saúde, melhoramento das condições físicas, elevação do bem-estar corporal e psicológico e pelo prazer de fazer o exercício (TREVELIN, 2018).

Para o desenvolvimento de talentos esportivos, atividades bem elaboradas são experiências que motivam internamente, são gratificantes e proporcionam diversão para alguns atletas; para outros é a exercitação do treino estabelecido, que podem vir a ser desagradáveis e visam melhorar a performance.

As tarefas competitivas são promotoras de motivação para os atletas, enquanto as de condicionamento, aperfeiçoamento das técnicas e táticas são vistas como relevantes e apreciáveis, que demanda esforço e concentração, se elaboradas através de exercícios isolados e repetitivos, tornam-se desagradáveis e provocam pressão. O jogo deliberado no progresso da carreira esportiva em seus anos iniciais tem práticas descompromissadas e sem treino intenso, o que faz da experiência esportiva divertida (FOLLE, 2015).

Os atletas de alto nível têm mais horas de prática deliberada depois dos primeiros anos de vivências em comparação aos que não alcançam a elite esportiva, apesar de terem quantidades similares na fase. Os praticantes de modalidades individuais têm mais quantidade em suas práticas em comparação com os esportes coletivos. A função da família volta-se ao

suporte fornecido e do grau de ligação com a vida esportiva, onde o apoio emocional sobressai ao apoio informativo, fornecido via estímulos positivos, tais como motivação, incentivo, elogios, valorização, expectativas positivas da performance, interesse na prática esportiva e no suporte concreto com o auxílio financeiro (TREVELIN, 2018).

Outro aspecto motivacional é o grupo de amizade formado no contexto esportivo, que tem forte interferência no desenvolvimento dos talentos. Os treinadores fazem o reforço comportamental com sanção aos erros e recompensa ao sucesso e trazem feedbacks verbais que motivam e desmotivam a cerca do potencial dos talentos e sobre detalhes peculiares dos elementos técnico-táticos (FERREIRA, 2019).

Sobre a ansiedade, é importante o uso de estratégias para lidar com ela. Os atletas devem entendê-la e aprender formas de controle para o melhor desempenho. Compreender a influência das emoções no rendimento e conduta esportiva dos atletas é de extrema relevância e os estados emocionais negativos precisam ser alvo de atenção, pois, se não enfrentados, produzem pensamentos ruins que reduzem a autoconfiança, elevando os níveis de ansiedade, que comprometem o rendimento esportivo e a saúde mental do atleta (FOLLE, 2015).

A elevada sensibilidade à ansiedade corrobora para uma avaliação baixa das condições cardiovasculares, evidenciando que a ansiedade se relaciona ao ambiente interno e externo do atleta. Não são encontradas diferenças estatísticas relevantes entre os níveis de ansiedade das competições dentro e fora de casa, contudo o desempenho técnico é mais efetivo quando mandante. Ter a vantagem de atuar em casa é estar no ambiente competitivo que o atleta acostuma se expor e a previsibilidade. Na hora das decisões, o grupo feminino busca na coesão razões para controle dos impactos fisiológicos da ansiedade. O grupo masculino usa a coesão para o domínio da autoconfiança (FOLLE, 2015).

Entre os sexos há diferença na condição competitiva de ansiedade, atletas do sexo feminino têm mais ansiedade cognitiva e autoconfiança menor em relação ao sexo masculino. Tais distinções na ansiedade, de acordo com o gênero, são justificadas por duas tendências, uma reconhece que as diferenças são estabelecidas de forma genética, a outra que as diferenças relacionam-se com as vivências dos papéis sociais. Anteriormente a algum tipo de lesão os atletas majoritariamente tendem a expressar aumento nos níveis de depressão, ansiedade somática e ansiedade cognitiva (CLEMENTE, 2017).

Atletas com lesões possuem medo e ansiedade mais elevados. A influência da lesão nas condições de ânimo e ansiedade nas prévias das competições é elementar, ainda uma capacitação mais aprimorada no campo da psicologia do esporte focada na recuperação. As origens mais comuns da ansiedade atrelam-se a aspectos ligados ao caráter da competição,

que envolve pressões externas e cobranças do próprio atleta em relação ao seu desempenho (TREVELIN, 2018).

A ansiedade vem como resposta ao modo como o indivíduo observa ou compreende uma condição em instantes que fantasiam ou percebem perigo real. A ansiedade como estado afeta de modo significativo a performance esportiva, especialmente em circunstâncias extremas como a tomada de decisão. O exame cognitivo para o estado emocional dos atletas é de extrema importância, pois a ansiedade cognitiva envolve as expectativas negativas criadas pelo atleta sobre seu desempenho (SILVA, 2016).

A ansiedade enquanto traço atrela-se a uma situação de tendência à ansiedade que percebe determinadas circunstâncias como ameaças, que resulta em níveis de ansiedade-estado diversos. O estado da ansiedade tem relação com o emocional do momento que se caracteriza por sensações subjetivas ou estresse com intensidade e períodos diversos. Em relação às médias de ansiedade somática, as mulheres demonstram ativação maior do organismo que os homens (TREVELIN, 2018).

A importância da avaliação psicológica no começo do trabalho visa a obtenção de registros para nortear intervenções no futuro e construir estratégias de atuação, a partir de um diagnóstico com diversos aspectos e pensar o planejamento e estruturação do roteiro de intervenção. As réplicas dos pacientes tornam possível elaborar o tipo de intervenção, pois é elementar conhecer minimamente os fenômenos e processos comportamentais do sujeito (GARCIA, 2016).

É necessário ter clareza sobre o que se procura para entender os resultados, pois há necessidade de acompanhar todos os momentos do trabalho, nos períodos prévios, durante e depois das competições, observando o panorama histórico do atleta e a continuidade dos processos de constante desenvolvimento, pois a psicologia do esporte tem psicodiagnóstico continuado, que considera as mudanças do sujeito e as peculiaridades inatas as etapas da temporada, peculiaridades que têm influência no desfecho da avaliação psicológica e estabelecimento das intervenções (MEIRELES, 2015).

Não há testes psicológicos exclusivos para o campo esportivo e seu uso neste tipo de avaliação é largamente debatido na área da psicologia esportiva, sendo uma prática muito usual dos psicólogos desportivos. Contudo, ainda não temos estudos que evidenciam sua validade nesse contexto, que usa muito os testes de estresse para a avaliação das estratégias de controle e o questionário de Estresse e Recuperação, que mensura a regularidade do quadro em relação as atividades de recuperação (MEIRELES, 2015).

Sobre a utilização de testes psicológicos oriundos de demais campos da psicologia, isso é recorrente justamente pela ausência de ferramentas do perfil exclusivo ao campo esportivo. A validade de determinado teste é pontual para o contexto que foi criado, sendo necessário selecioná-lo de acordo com as peculiaridades para qual será efetuada a avaliação psicológica. O uso de testes psicológicos de outras áreas pode gerar resultados distorcidos e avaliação ineficaz (GARCIA, 2016).

Ainda, a utilização de ferramentas sem especificidades prejudica o trabalho do esportista e da comissão técnica inteira, pois os aspectos pessoais importantes para o desenvolvimento esportivo, geralmente, são avaliadas sem conexão com aquela realidade. A maioria desses testes psicológicos são da área clínica, o que demanda que na sondagem se faça uma adaptação ao ambiente esportivo. As conversas com os atletas aparecem como algo elementar para conhecer sua história de vida e no esporte, e as entrevistas parecem largamente sugeridas no processo de avaliação psicológica do esporte (SILVA, 2016).

A entrevista é uma das técnicas mais usadas na avaliação da psicologia do esporte para colher informações sobre o atleta. Nesse procedimento é necessária a abrangência das questões relacionadas à vida pessoal do atleta e sua trajetória esportiva. O momento da entrevista é essencial, especialmente para o estabelecimento da confiança entre atleta e psicólogo (MEIRELES, 2015).

Esse campo relacional é de extrema importância na orientação de uma avaliação psicológica efetiva, que vai além da simples leitura dos resultados, onde se constituiria uma relação impessoal entre as partes. Conversas com a equipe técnica é de grande importância, especialmente com o treinador, para entender como o atleta é visto por ele, suas dificuldades e onde precisa se aprimorar. É atribuição do psicólogo, ter contato com todos os integrantes da comissão técnica, observar a rotina de treino, o roteiro de periodização, as competições a serem disputados e, ainda, registros sobre o funcionamento da equipe ou do atleta e seus propósitos para aquela temporada (GARCIA, 2016).

Outro procedimento que abrange a avaliação psicológica esportiva é a prática da observação dos trabalhos, que constata como o atleta lida com a cobrança do treino e com a modalidade. A observação é uma das estratégias elementares para a execução da avaliação psicológica, pois uma observação eficiente é condição para uma avaliação psicológica que respeita os padrões éticos, por isso a literatura da psicologia do esporte considera a observação como uma de suas principais ferramentas empregadas em treinos e em jogos (MEIRELES, 2015).

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Consideramos que a motivação na prática esportiva é um aspecto elementar para o rendimento e elevação da performance do atleta ou equipe esportiva, proporcionando determinação e foco. Ela está ligada ao êxito no manejo das emoções. Contudo, a psicologia do esporte corrobora para colocar a questão motivacional no esporte em lugar de destaque na ciência. Precisa-se de mais estudos que correlacione a motivação na prática profissional dos psicólogos do esporte, que tenha como escopo as contribuições consagradas na psicologia clínica que podem ser interrelacionadas com a psicologia do esporte.

Nos atletas, o desenvolvimento à motivação pessoal e às relações interpessoais formadas no contexto esportivo são elementares, onde o investimento relaciona-se com a motivação pessoal e o alcance de excelência esportiva. As transições na vida dos atletas evidenciam transformações no contexto esportivo, essas novas experiências acabam por afetar sua carreira esportiva, demandando recursos e estratégias pessoais e interpessoais para superar os novos desafios.

Para isso os psicólogos esportivos possuem ferramentas como entrevistas, observação, etc., e ainda testes psicológicos, apesar de não serem instrumentos específicos para o esporte, onde recorrem àqueles de outras áreas da Psicologia. O problema é que eles precisam de adaptação para o uso contextualizado para evitar resultados errôneos, que prejudiquem o atleta e a equipe. A avaliação psicológica não prende a única ferramenta e é preciso sempre a diversidade de instrumentos para um trabalho efetivo.

#### REFERÊNCIAS

CLEMENTE, K. A. P. Ansiedade no Contexto Esportivo e de Exercício Físico: uma revisão sistemática. **Rev. Psicol. Argum.** 35(90), 1- 19, 2017.

FERREIRA, A. C. P. Revisão Sistemática de Literatura Sobre a Questão Motivacional no Esporte. **Rev. FSA, Teresina PI**, v. 16, n. 2, art. 14, p. 256-271, 2019.

FOLLE, A. Processo de formação esportiva: da identificação ao desenvolvimento de talentos esportivos. **Rev. Educ. Fís/UEM**, v. 26, n. 2, p. 317, 2015.

GARCIA, R. P. A Prática da Avaliação Psicológica em Contextos Esportivos. **Rev. Temas em Psicologia** –Vol. 24, nº 4, 1549-1560, 2016.

MEIRELES, L. G. V. Reflexões sobre o trabalho do psicólogo do esporte em uma academia de ginástica. **Rev. Motrivivência** v. 27, n. 46, p. 171-184, 2015.

SILVA, A. M. B. Estresse em atletas de modalidades coletivas: uma revisão sistemática. **Rev. ARQUIVOS em MOVIMENTO**, v.12, n.1, p91-105. 2016.

TREVELIN, F.; ALVES, C. F. Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta. **Psic. Rev. São Paulo**, volume 27, n. especial, 545-562, 2018.

**Como Referenciar este Artigo, conforme ABNT:**

DOMINGUETI, R. A; MARTINS, G. C; VILELA JUNIOR, G. B; FILENE, C. H. P. A Psicologia do Esporte e o seu Trabalho Motivacional para o Desempenho e Controle da Ansiedade: Uma Revisão Bibliográfica. **Rev. FSA**, Teresina, v.17, n. 3, art. 12, p. 196-207, mar. 2020.

Contribuição dos Autores	R. A. Domingueti	G. C. Martins	G. B. Vilela Junior	C. H. P. Filene
1) concepção e planejamento.	X	X	X	X
2) análise e interpretação dos dados.	X	X	X	X
3) elaboração do rascunho ou na revisão crítica do conteúdo.	X	X	X	X
4) participação na aprovação da versão final do manuscrito.	X	X	X	X