

UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ
DEPARTAMENTO ACADÊMICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

FAENA GABRIELA EHLERS DA SILVA

**FLOW-FEELING: SUA UTILIZAÇÃO ENTRE ATLETAS INFANTO-JUVENIL DA
MODALIDADE TÊNIS DE CAMPO INDIVIDUAL**

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

CURITIBA

2015

FAENA GABRIELA EHLERS DA SILVA

**FLOW-FEELING: SUA UTILIZAÇÃO ENTRE ATLETAS INFANTO-JUVENIL DA
MODALIDADE TÊNIS DE CAMPO INDIVIDUAL**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física do Departamento Acadêmico de Educação Física - DAEFI da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof.: Dr. Julio Cesar Bassan

CURITIBA

2015



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica
Federal do Paraná
Campus Curitiba

Gerência de Ensino e Pesquisa
Departamento de Educação Física
Curso Bacharelado em Educação
Física



TERMO DE APROVAÇÃO

FLOW-FEELING: SUA UTILIZAÇÃO ENTRE ATLETAS INFANTO-JUVENIL DA MODALIDADE TÊNIS DE CAMPO INDIVIDUAL

por

Faena Gabriela Ehlers da Silva

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) foi apresentado as **9h00** do **26 de março de 2015** como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharelado em Educação Física. A candidata foi arguida pela Banca Examinadora composta pelos professores abaixo assinados. Após deliberação, a Banca Examinadora considerou o trabalho **aprovado**.

Julio Cesar Bassan
Professor Orientador

Elto Legnani
Membro Titular

Marco Antonio Santos Ferreira
Membro Titular

“Digno és, Jeová, sim, nosso Deus, de receber a glória, e a honra, e o poder, porque criaste todas as coisas e porque elas existiram e foram criadas por tua vontade.”
(Rev. 4:11)

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Jeová Deus, pelo dom imerecido da vida, pela benignidade e benevolência, pelo grandioso amor e por incontáveis vezes me carregar em seus braços.

Aos meus pais por todo apoio, incentivo e amor. A minha mãe pelos ensinamentos e valores, por estar sempre presente, pela amizade, pelo carinho, pelo amor incondicional, por me proporcionar os melhores momentos vividos, pela grande e imensurável honra que é ser sua filha, minha gratidão, meu amor e meu melhor carinho. Ao meu pai pelo suporte, por estar sempre disposto, pronto e pelo amor ao Tênis.

A toda minha família Ceccon Ehlers, pelo doce amargo da tradição, que me apoiou e dividiu todos os momentos. Aos meus avós Mauro e Sonia pela prontidão, pelo carinho costumeiro, pelos churrascos e carreteiros. Aos meus tios pelas brincadeiras, pelos maus entendidos, pelos finais de semanas, por terem me visto crescer, por participarem em todas as fases da minha vida e pelos primos. Aos meus primos amados por tudo que representam para mim, por me permitirem ser sempre criança e dividir as brincadeiras, brigas e por me possibilitarem tão grande amor e dedicação.

A toda minha família Silva pelo também amor e carinho. Aos meus avós Laura e Avelino, aos meus tios, especialmente Jaques e Lilian pela prontidão e apoio ao longo dessa fase. Aos meus primos pelas artes, pelas risadas e descontrações, pela cordialidade e afeto. Aos meus dindos Maria Cristina e Luiz Bordin. Aos meus irmãos por me ensinarem muitas lições importantes, por me dedicarem tamanha atenção e carinho, meu afeto.

Aos meus professores por todo ensinamento e dedicação, especialmente aos mestres Julio Cesar Bassan, pela excepcional polidez e suporte neste trabalho, e Oslei de Matos pela marra e perseverança, por ajudarem no meu desenvolvimento profissional e pessoal, pelas oportunidades oferecidas e constante suporte.

À todos os meus amigos acadêmicos, especialmente Ramona, Michelle, Urso, William, Diego, Eduardo e Ana Laura que trilharam comigo esse caminho, por todos os momentos divididos, pelas façanhas e pelas conquistas, pelas piadas, trabalhos e pelo chimarrão diário.

As minhas amigas por marcarem minha vida e se fazerem presentes mesmo distantes, Adri, Marla e minha irmãzinha Bruna Fernanda.

Ao meu amigo, filho adotivo, pentelho e paciente Guilherme Lucena.

RESUMO

SILVA, Faena Gabriela Ehlers. **Flow-Feeling: Sua utilização entre atletas de campo da modalidade Tênis de Campo Individual.** 42 f. Monografia (Graduação em Bacharelado em Educação Física) – Departamento Acadêmico de Educação Física, Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2015.

O tênis é considerado uma modalidade intermitente, visto que alterna movimentos de alta intensidade e curta duração com momentos de recuperação, conforme Bassan et al (2013). Logo, se faz necessário conhecer quais são os fatores que interferem no desempenho do atleta, desde a parte fisiológica até fatores externos. O FF pode ser caracterizado como estado supremo de concentração para atingir determinada meta autotélica, a autoconsciência diminui e o senso de tempo é distorcido, proporcionando uma sensação ímpar de prazer e satisfação, conforme Csikszentmihaly. É um estado desejado por atletas de elite, porém Jackson (1996) afirma que pode ser usufruído por praticantes de qualquer nível. O estudo foi uma pesquisa qualitativa, com objetivo de notar a presença ou ausência deste referido estado, através da utilização de Grupos Focais (GF) buscando a compreensão de determinada experiência dos participantes em certo ambiente, visando notar a presença ou não deste estado nos atletas de rendimento que atuam na categoria Infante-Juvenil de 12 a 16 anos, bem como treinadores da categoria supracitada. Os encontros dos GF foram gravados, posteriormente transcritos e analisados. Foi possível constatar que os atletas sentiram momentos específicos deste estado, sem uma continuidade, bem como a necessidade de maior trabalho psicológico nos treinamentos e adequação dos conhecimentos teóricos com o planejamento e execução (prática).

Palavras-chave: Tênis; Psicologia do Esporte; Flow-Feeling.

ABSTRACT

SILVA, Faena Gabriela Ehlers. **Flow-Feeling: Your use of Individual juniors tennis players.** 42 f. Monografia (Graduação em Bacharelado em Educação Física) – Departamento Acadêmico de Educação Física, Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2015.

Tennis is considered an intermittent mode, as alternating high intensity movements and short with moments of recovery, as Bassan et al (2013). Therefore, it is necessary to know what are the factors that affect the athlete's performance, since the physiological part to external factors. The FF can be characterized as supreme state of concentration to achieve certain autotelic goal, the self decreases and the sense of time is distorted, giving an odd sense of pleasure and satisfaction, as Csikszentmihaly. It is a desired state by elite athletes, but Jackson (1996) states that can be enjoyed by practitioners of any level. The study was a qualitative research, in order to note the presence or absence of said state, through the use of focus groups (GF) seeking to understand a certain experience of the participants in a certain environment, in order to note the presence or absence of this condition in athletes income working in Children and Youth category 12-16 years, as well as coaches of the above category. The meetings of GF were recorded, transcribed and analyzed later. It was found that the athletes felt specific moments of this state without a continuity and the need for greater psychological work in training and adequacy of theoretical knowledge with the planning and execution (practice).

Key words: Tennis; Sports Psychology; Flow-Feeling.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Resultados: Média idade, tempo no desporto, horas de treino e torneios..... 24

Figura 2 – Classificação de Importância das valências treinadas 24

SUMÁRIO

| | |
|---|-----------|
| 1 INTRODUÇÃO | 9 |
| 1.1 JUSTIFICATIVA | 9 |
| 1.2 OBJETIVO GERAL | 10 |
| 1.2.1 Objetivo(s) Específico(s) | 10 |
| 2 REFERENCIAL TEÓRICO | 12 |
| 2.1 TÊNIS | 12 |
| 2.1.1 Tênis Infanto-Juvenil | 12 |
| 2.2 PSICOLOGIA DO ESPORTE..... | 13 |
| 2.3 FLOW – FEELING | 14 |
| 2.3.1 Equilíbrio Entre Habilidade e Desafio | 15 |
| 2.3.2 Fusão Entre Ação e Atenção | 15 |
| 2.3.3 Objetivos Claros | 15 |
| 2.3.4 Feedback Imediato | 16 |
| 2.3.5 Concentração intensa na tarefa | 16 |
| 2.3.6 Controle Absoluto das Ações..... | 16 |
| 2.3.7 Perda da Autoconsciência | 17 |
| 2.3.8 Perda da Noção do Tempo | 17 |
| 2.3.9 Experiência Autotélica | 17 |
| 2.3.10 Flow – Feeling no Tênis | 17 |
| 3 METODOLOGIA DE PESQUISA | 19 |
| 3.1 TIPO DE ESTUDO | 19 |
| 3.2 POPULAÇÃO / AMOSTRA / PARTICIPANTES | 19 |

| | |
|--|-----------|
| 3.2.1 Critérios de Inclusão | 20 |
| 3.2.2 Critérios de Exclusão | 20 |
| 3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS | 20 |
| 3.3.1 Instrumentos | 20 |
| 3.3.2 Coleta de Dados | 21 |
| 3.4 RISCOS E BENEFÍCIOS | 22 |
| 3.5 ANÁLISE DOS DADOS | 23 |
| 4 RESULTADOS | 24 |
| 5 DISCUSSÃO | 26 |
| 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS | 30 |
| REFERÊNCIAS | 31 |
| APÊNDICE..... | 33 |

1 INTRODUÇÃO

A teoria do flow-feeling (FF) foi proposta pelo psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi na década de 70. Atualmente vem sendo amplamente estudada em âmbito internacional, principalmente na área social, trabalhista e educacional. No entanto, alguns pesquisadores já transportam a teoria para a esfera desportiva.

Segundo Miranda Junior (2012) o FF pode ser definido como estado psicológico ótimo de consciência, em que um indivíduo chega a estar totalmente absorvido pelo que está fazendo até alcançar a exclusão de todo outro pensamento ou emoção, favorecendo o desempenho do atleta, proporcionando experiências altamente positivas e agradáveis.

Quanto ao tênis pode ser caracterizado como um desporto de oposição, sem contato físico, numa superfície com medidas predefinidas, podendo ser disputado individualmente ou em duplas, conforme regulamenta The International Tennis Federation (ITF). É considerado uma modalidade complexa, que requer talento técnico, tático, físico e mental. Não há um tempo estipulado de duração de uma partida, sendo o mesmo influenciado pelo número de sets a serem disputados (melhor de três ou cinco), pela superfície, bem como o nível técnico dos atletas que irão se enfrentar.

No concernente as categorias a Confederação Brasileira de Tênis (CBT) divide a modalidade em Juvenil (11 a 18 anos categorias masculinas e femininas), Adulto- subdivido em amador, transição e profissional, ainda podendo ser disputado em sistema de classes ou idade conforme a federação ou regulamento estipulado em cada torneio, contemplando categorias femininas e masculinas -, Seniors – categoria Feminina 35 até 80 anos e Masculina 35 a 85 anos - e Cadeirantes.

1.1 JUSTIFICATIVA

O desporto em questão requer grande capacidade de concentração durante cada ação que compõe a partida, logo o bom desempenho depende da

capacidade mental do atleta, seja pra superar adversidades ou se manter motivado mesmo com margem favorável de pontos.

Segundo Gallwey (1996) em geral os profissionais utilizam o tempo destinado ao aquecimento para fornecer conselhos psicológicos, buscando desenvolver atitudes mentais adequadas. No entanto quando jogadores com habilidades técnico-táticas semelhantes se enfrentam os jogos são determinados por fatores psicológicos, dentre eles concentração mental e determinação.

Samulski (2006) enuncia que inúmeros atletas encontram dificuldade para conquistar e manter o equilíbrio psicológico, desistindo de lutar muito antes do término da partida. Logo destaca a importância de uma boa rotina mental desde o treinamento.

Sentir-se completamente envolvido na atividade a ser desenvolvida tem se tornado cada vez mais difícil devido à fatores negativamente estressantes que compõem a vida cotidiana. Portanto uma melhor compreensão desta teoria possibilita o melhor desenvolvimento/desempenho do atleta, facilitando um alcance do momento de realização e extâse.

1.3 OBJETIVO GERAL

O trabalho tem como objetivo observar se há a presença de FF, também conhecido como fluxo, fluidez ou flow, na fase infanto-juvenil considerada a iniciação da vida competitiva, além de compreender como o FF atua no desempenho do atleta desde os treinos, até a atuação durante a partida.

1.3.1 Objetivo(s) Específico(s)

- Verificar se há já na categoria infanto-juvenil aplicação do flow;
- Compreender como é ensinada aos atletas;
- Avaliar se os treinadores utilizam esta artimanha para melhorar o desempenho de seus atletas;

- Caso a presença do flow seja notada, a pesquisa pretende analisar os atletas em que momento decisivo foram favorecidos pela técnica e como conseguiram aplica-la.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 TÊNIS

O tênis é considerado uma modalidade intermitente, visto que alterna movimentos de alta intensidade e curta duração com momentos de recuperação, conforme Bassan et al (2013). Logo, se faz necessário conhecer quais são os fatores que interferem no desempenho do atleta, desde a parte fisiológica até fatores externos. É um esporte complexo, altamente dependente de capacidades psicológicas, como equilíbrio emocional e força mental, conforme Samulski (2006)

Conforme o regulamento do desporto pode-se caracterizar o tênis como um esporte de oposição, sem contato físico, a ser disputado em duplas ou individualmente numa quadra com dimensões pré-estabelecidas pela Federação Internacional de Tênis (ITF). Além de ser o único esporte disputado em diferentes pisos e bolas, podendo variar a duração de uma partida de 60 min. até 300, segundo Fernandez (2006).

Cabe ressaltar que há a obrigatoriedade da utilização de um instrumento, a saber raquete, para golpear a bola, podendo ser empunhada (segurada) por um dos braços ou ambos simultaneamente, comum nos golpes de backhand, o que caracteriza o esporte como assimétrico, conforme Cortela (2011).

2.1.1 Tênis Infanto-Juvenil

A categoria em Infanto-Juvenil é regulamentada pela Confederação Brasileira de Tênis e se sujeita as regras por ela impostas. Participam da categoria tenistas federados de 11 a 16 anos, sendo aberta desde 2010 a possibilidade para participação da categoria 10s, no entanto não há ranking classificatório da mesma, conforme estabelece regulamento da CBT. Ainda há divisão entre gêneros e idades na categoria, sendo possível que o atleta participe de partidas simples ou duplas, conforme prevê o regulamento.

Na idade referida é fundamental a participação dos praticantes em atividades competitivas, sendo as melhores escolhas os torneios estaduais e na superfície de saibro, o estudo ainda comprova que a experiência – 80% dos tenistas top 10 paranaense praticavam a modalidade há 10 anos - e maturação são fatores positivos no que tange o sucesso esportivo, segundo Cortela e Nascimento (2011).

No entanto uma boa experiência não é garantia de sucesso profissional. Pacharoni e Massa (2012) realçam a necessidade da participação do jovem atleta em um treino sistematizado e que possibilite aperfeiçoar as potencialidades notadas.

2.2 PSICOLOGIA DO ESPORTE

A psicologia vem ampliando seu campo de atuação ao longo das décadas, possibilitando uma articulação entre diferentes áreas e vem sendo classificada como um ramo da psicologia, enquanto outros a consideram parte do grupo denominado Ciências do Esporte, conforme nota Vieira et al (2010).

Desde o final do século XIX existiam estudos quanto as questões psicofisiológicas do esporte. Em 1920 surgiram os primeiros laboratórios e institutos de psicologia do esporte. Em 1965 foi fundada em Roma a Sociedade Internacional de Psicologia do Esporte, atuante até hoje e com filiados em mais de 100 países, conforme Samulski (2009).

Já na América Latina o desenvolvimento da psicologia do esporte teve início na década de 70. A Sociedade Brasileira de Psicologia do Esporte, da Atividade Física e da Recreação (SOBRAPE) teve sua fundação no ano de 1979 e em 1986 foi criada a Sociedade Sul-Americana de Psicologia do Esporte, da Atividade Física e da Recreação. Foram realizados no Brasil doze congressos brasileiros, três congressos sul-americanos e cinco simpósios internacionais.

Samulski (2009) define a psicologia do esporte e do exercício como o estudo científico de pessoas e seus comportamentos no contexto do esporte e dos exercícios físicos e a aplicação desses conhecimentos. O autor ainda ressalta que a intervenção da psicologia na prática esportiva pode ser realizada através de programas psicológicos de treinamento, bem como por medidas de acompanhamento e aconselhamento.

2.3 FLOW-FEELING

A teoria do FF foi proposta por Mihaly Csikszentmihalyi, a partir da década de 70. O FF é considerado um fenômeno psicológico já estudado em outras áreas – como educacional e social -, mas ainda pouco explorado no quesito esportivo, segundo Csikszentmihalyi. Mihaly, juntamente com Susan A. Jackson, foi o pioneiro dos estudos sobre FF no campo desportivo.

Há muitas definições e expressões para designar o FF, fato que atua como barreira aos pesquisadores. No entanto todas as definições possuem fatores em comum ao relacionar o FF com alto nível de concentração, apreciação da tarefa e bom desempenho.

O FF pode ser caracterizado como estado supremo de concentração para atingir determinada meta autotélica, a autoconsciência diminui e o senso de tempo é distorcido, proporcionando uma sensação ímpar de prazer e satisfação, conforme Csikszentmihalyi. É um estado desejado por atletas de elite, porém Jackson (1996) afirma que pode ser usufruído por praticantes de qualquer nível.

O fluxo ocorre quando o indivíduo é capaz de concentrar toda sua energia e atenção em uma única tarefa a fim de alcançar o objetivo almejado. O indivíduo passa a se ver como parte da tarefa, sendo momentaneamente incapaz de se imaginar separado dela, tornando a atividade única e inigualável, proporcionando sentimentos de controle e ciência do desempenho. No entanto este processo só pode ocorrer quando a técnica é desenvolvida através de treino, gerando uma automatização.

Segundo Torres (2006) o FF é composto por nove campos campos: 1) equilíbrio entre habilidade e desafio; 2) fusão entre ação e atenção; 3) Objetivos claros; 4) Feedback imediato; 5) concentração intensa na tarefa; 6) controle absoluto das ações; 7) perda da autoconsciência; 8) perda da noção de tempo; e 9) experiência autotélica.

2.3.1 Equilíbrio entre Habilidade e Desafio

Consiste na primeira característica de uma ótima experiência. O treinamento deve conter desafios instigantes ao praticante, para que o mesmo tenha condições de cumpri-lo com sucesso, elevando sua performance. O desafio pode ser tático, técnico, físico ou psicológico.

2.3.2 Fusão entre Ação e Atenção

Toda atenção é dedicada a tarefa que está sendo realizada, o praticante não consegue dissociar sua existência do momento presente. As ações são tomadas sem a necessidade de pensamento e são vistas como parte de si. Além disso, tamanha concentração possibilita que distrações externas, como torcida contrária e provocações do adversário, não afetem o desempenho do atleta.

Torres (2006) acredita que este estado de concentração seja a chave para o estado de flow, levando a um estado maior e profundo.

2.3.3 Objetivos Claros

A definição de objetivos claros permite que o atleta foque no cumprimento dos mesmos, evitando distrações e desgastes desnecessários, proporcionando que o atleta aumente sua motivação. Quanto mais clara a meta, mais intenso poderá ser o foco.

2.3.4 Feedback Imediato

Feedback é uma retroinformação interna e/ou externa sobre seu rendimento permitindo um ajuste dos movimentos, ações, metas, etc. Serve como forma de manter o atleta concentrado na atividade e possibilita um melhor desempenho.

2.3.5 Concentração Intensa na Tarefa

Alguns autores agrupam essa característica com a fusão entre ação e atenção, pois possuem características parecidas. Csikszentmihalyi classifica essa característica como a mais evidente do estado de fluidez do atleta, pois muitos são os fatores passíveis de distração.

Torres (2006) aponta que a concentração é uma das capacidades mais treináveis do flow e deve ser feita de acordo com as características e necessidades do esporte em questão.

2.3.6 Controle Absoluto das Ações

O controle das ações, tanto no campo físico como psicológico, resulta de treinamento árduo, portanto essa característica depende diretamente do esforço despendido pelo atleta. Csikszentmihalyi afirma que essa característica permite uma maior seguridade, além de facilidade de acesso ao estado de flow e manutenção do mesmo.

2.3.7 Perda da Autoconsciência

Torres (2006) enuncia que essa característica não aparece isoladamente, somente em conjunto com outras, não sofre tanta influência do treinamento/planejamento e vem acompanhada de uma sensação de união com o ambiente a sua volta.

2.3.8 Perda da Noção de Tempo

Jackson e Csikszentmihalyi afirmam que o alto nível de concentração faz com que o atleta tenha uma distorção na percepção do tempo. Torres (2006) observou em seu estudo que longos períodos de jogos ou treinamentos são relatados por atletas como curtos períodos de tempo e o contrário também foi notado, como corredores de 100m afirmarem que sentiram ter todo o tempo existente para a realização de sua tarefa.

2.3.9 Experiência Autotélica

Quando a atividade em si proporciona a sensação de satisfação, gerando alegria e passa a ser praticada por si mesma, aumenta a motivação intrínseca e deixa em segundo plano resultados posteriores, tendo um efeito positivo e favorecendo o aparecimento das outras dimensões do flow.

2.3.10 Flow-Feeling no Tênis

O FF pode contribuir por possibilitar alto nível de concentração, diminuindo a alienação durante a realização da tarefa, tornando o momento mais prazeroso.

Através do FF é possível que o atleta mantenha uma atitude positiva durante todo o jogo, manter-se focado durante os pontos decisivos, mantendo o controle emocional e controlando a pressão, conforme Miranda e Vidigal (2012).

No entanto a discussão do tema ainda é limitada, pois no que concerne a realidade brasileira são escassos os estudos que relacionem o fenômeno do FF com o esporte e lazer, fato que dificulta uma padronização do fenômeno e consideração quanto às avaliações dos resultados encontrados, realçando a necessidade de maiores pesquisas.

3 METODOLOGIA DE PESQUISA

3.1 TIPO DE ESTUDO

O trabalho será uma pesquisa qualitativa, conforme Thomas, Nelson e Silverman (2007), através do método de Grupo Focal (GF) dando ênfase ao método interpretativo, análise de um fenômeno, buscando a compreensão de determinada experiência dos participantes em certo ambiente.

Como o estudo se utilizou da perspectiva pessoal os dados obtidos deveriam possibilitar diferentes análises advindas de diferentes pontos de vista, logo optou-se pela utilização do GF o qual favorece a profundidade e compreensão dos dados.

As reuniões foram conduzidas por um moderador (pesquisador), que possuía conhecimento substancial do tema abordado. Cabe ao mesmo proporcionar um ambiente favorável, bem como propor e manter a discussão acesa, realçar que não há respostas corretas e erradas, observar e encorajar os participantes, bem como observar e aproveitar oportunidades para aprofundar o tema em questão, exigindo bom senso e razoabilidade do moderador. Poderá existir presença de observadores e apoio desde que os mesmos não interfiram no andamento das atividades, podendo atuar como segundo moderador em casos necessários e especiais. É de competência do moderador direcionar o foco dos encontros e atuar de maneira neutra, não permitindo que a discussão gire em torno de suas opiniões pessoais.

3.2 AMOSTRA

O estudo foi realizado com 8 atletas da categoria Infante-Juvenil, de 12 anos até 16 anos que estejam dispostos a colaborar com a pesquisa e atendam os critérios de inclusão estabelecido e 8 técnicos, em 6 encontros. Os participantes estarão cientes dos riscos/benefícios da participação e possuem o direito de deixar a pesquisa se necessário.

3.2.1 Critérios de Inclusão

Atletas da categoria Infanto-Juvenil, 12 a 16 anos, que participem de ao menos um campeonato oficial da Federação Paranaense de Tênis (FPT) no ano, que estejam dispostos a responder o instrumento de pesquisa necessário e preencherem o Termo de Assentimento, Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), bem como seus técnicos e termo Termo de Consentimento de Uso de Imagem e Som de Voz (TCUISV).

3.2.2 Critérios de Exclusão

Atletas que deixem a FPT ou passem a praticar o desporto sem o auxílio de um técnico, que desejarem sair da entrevista e/ou apresentarem algum desconforto quanto à entrevista ou lesão.

3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

3.3.1 Instrumentos

O GF teve origem anglo-saxônica em meados da década de 40, sendo utilizado desde então como metodologia de pesquisas sociais, de marketing e programas que são influenciados por opiniões públicas, principalmente no tangente a área de saúde. Pode-se caracterizar GF como forma de entrevista baseada na comunicação e interação, composto por grupos entre 6 e 15 indivíduos, objetivando a obtenção de informações de um tópico específico, conforme Pope e Mays, a partir da seleção de um grupo específico de indivíduos, são preferencialmente utilizados

em pesquisas exploratórias ou avaliativas, sendo utilizados como instrumento principal ou complementar da pesquisa.

A formação dos GF segue critérios previamente estabelecidos pelo pesquisador e se difere da entrevista individual por proporcionar a interação e discussão do tema em questão, podendo ser utilizado concomitantemente à mesma. Cabe ao pesquisador proporcionar um ambiente confortável e que permita aos participantes a interação e oportunidade para expressar seus pontos de vistas livre de ressalvas.

Pope e Mays (2009) ressaltam a importância da homogeneidade entre os indivíduos que farão parte do grupo quanto a termos que interfiram no tema central de pesquisa, em contrapartida não se faz necessário que os mesmo possuam algum vínculo. Logo a seleção do grupo foi intencional e de livre escolha do pesquisador, compondo dois grupos de 8 indivíduos, um de técnicos e outro composto pelos atletas da modalidade.

Tendo em vista a versatilidade supracitada do método de pesquisa em questão, é imprescindível a prévia elaboração dos objetivos centrais de cada sessão grupal, levando em conta os recursos necessários à cada sessão, número e perfil dos participantes, bem como o tempo que será despendido à sessão.

3.3.2 Procedimentos

Todas as entrevistas foram gravadas com utilização de gravadores, posteriormente transcritas e analisadas com acompanhamento de psicólogo. Os participantes foram contatados pelos pesquisadores, consentiram em participar do estudo e assinaram o Termo de Consentimento, Assentimento e TCUISV.

Previamente ao primeiro encontro do Grupo Focal foram coletadas, através do questionário anexo, informações quanto a quantidade de horas de treino semanais, tempo de prática, idade, frequência de participação em torneios e importância dada as características técnicas, práticas, bem como mentais.

As reuniões foram gravadas e posteriormente transcritas e analisadas com auxílio de psicólogo. Foram utilizados gravadores como ferramentas auxiliares à

pesquisa, facilitando e permitindo uma otimização dos dados obtidos através da expressão dos participantes.

Antes da reunião inicial, os participantes foram instruídos sobre os procedimentos deste estudo e foi esclarecido qualquer dúvida existente. Subsequentemente, foi solicitado ao participante que assinasse voluntariamente o termo de consentimento.

Nos encontros dos GF foram abordados fatores referentes à concentração de cada atleta/treinador no desempenho de sua função, a importância e influência do aspecto mental nos resultados e comportamentos de cada um, sensações experimentadas em quadra durante os treinos e jogos, dentre as sensações autotélicas foram abordadas a percepção temporal, tomada de decisão, visualização própria, do ambiente, bem como do adversário, autocontrole, motivação, prazer e alegria. Cada participante pode enunciar e expor suas opiniões e sensações quanto aos temas supracitados abordados durante os encontros realizados no estudo.

3.4 RISCOS E BENEFÍCIOS

Os riscos da pesquisa são os comuns aos praticantes do esporte, bem como um possível desconforto ao participar dos encontros, mediados pelo pesquisador, no entanto a metodologia utilizada no GF prevê uma conversa descontraída, mediada pelo pesquisador, e um clima afável.

Benefícios

O rendimento esportivo requer grande dedicação e treinamento psicológico, o resultado obtido através da pesquisa poderá ser uma ferramenta valiosa para os treinadores tanto como para os atletas, pois possibilitará uma mensuração das partes fortes e das deficiências do atleta, permitindo aperfeiçoar o que lhe for necessário para aprimorar sua *performance* em quadra desde os treinos até o momento da competição. O técnico e o atleta terão acesso, de forma sigilosa, as respostas obtidas logo após a análise dos resultados. Nesta esteira podemos

comentar que para preservar a saúde global do tenista e esportistas em geral, o aspecto psicológico se torna um componente de grande importância, conforme Samulski (2009) e Gallwey (1996).

3.5 ANÁLISE DOS DADOS

Posteriormente a realização dos encontros as gravações foram transcritas e analisadas com objetivo de identificar tendências e padrões de respostas e comportamentos associados ao tema pesquisado, afim de notar ou não a presença de FF e contribuir para o desenvolvimento e fundamentação desta teoria no campo desportivo.

4 RESULTADOS

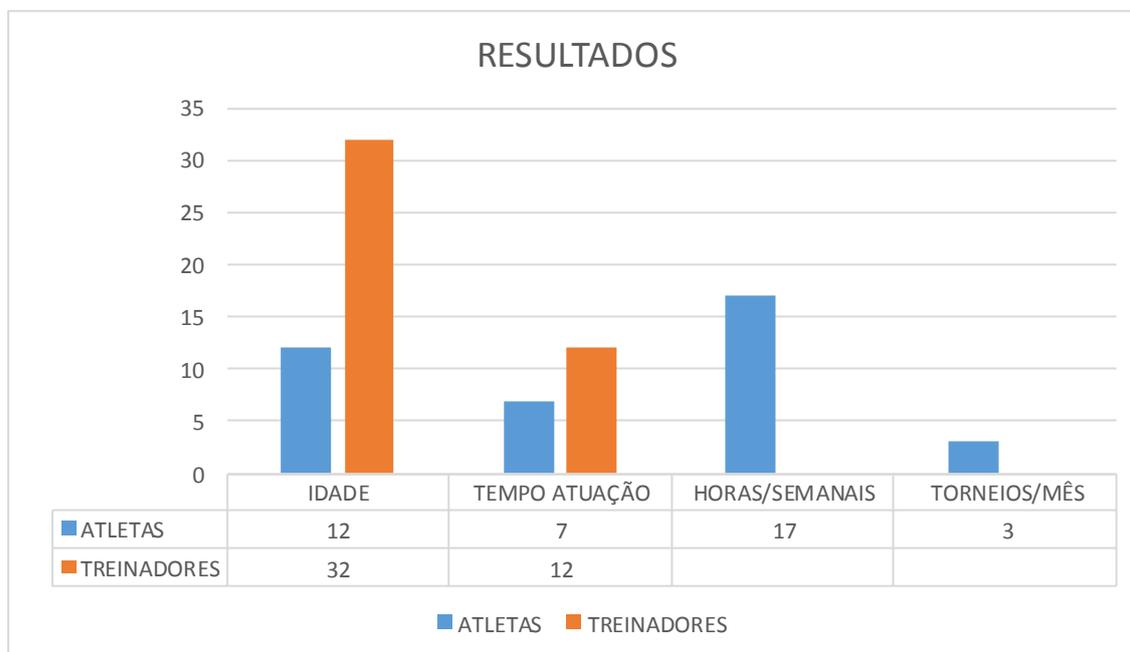


Figura 1 – Resultados: Média idade, tempo no desporto, horas de treino e torneios

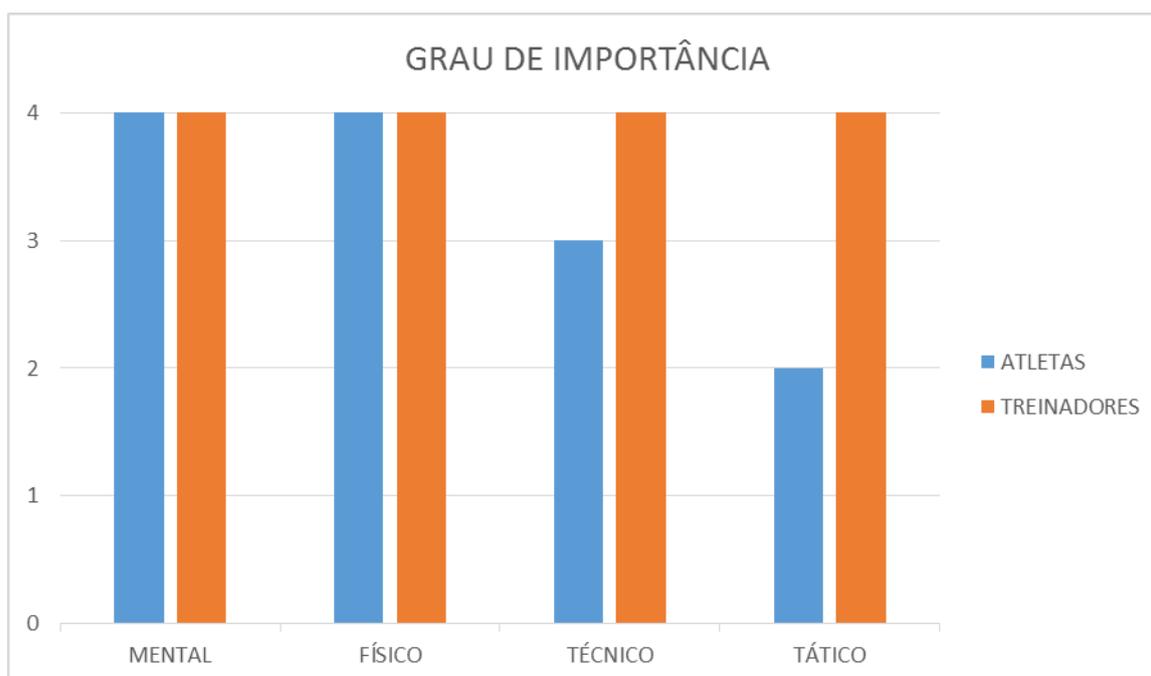


Figura 2 – Classificação de importância das valências treinadas

Onde: 4 muito importante, 3 importante, 2 pouco importante e 1 nada importante.

Nos encontros do GF realizados com os treinadores somente dois relataram conhecimento prévio sobre FF, somente um soube conceituar o definindo como sensação suprema de concentração e absorção na tarefa, possibilitando tomadas de decisões mais rápidas. Quanto a presença do estado do flow nos atletas que treinam não houve concordância, no entanto a maioria dos participantes acredita que seus atletas conseguem atingir esse estado durante os jogos. No período de treino os mesmos acreditam que o FF não é atingido, pois os atletas são constantemente corrigidos quanto ao aspecto técnico e tático, para que os mesmos treinem de maneira mais consciente, realizando as mudanças e adaptações necessárias, visando essa correção e consciência orientada nos treinos para que o atleta atinja a fluidez durante os jogos, chegando ao estado de FF nos pontos, com feedback e ajustes necessários nos intervalos dos pontos, games e sets.

Quanto a motivação os treinadores relataram acreditar que a maior fonte da mesma nos treinos é extrínseca, advindo dos objetivos estabelecidos. Já os atletas relataram que a maior fonte de motivação é intrínseca, de seus próprios objetivos e anseios. Os atletas não relataram como comum a prática de visualização antecipada, somente pensando nas ações após as mesmas já terem ocorrido. Os atletas enfatizaram a necessidade de maior trabalho psicológico, relatando falta de autocontrole, bem como dificuldade para se manterem focados na tarefa realizada.

Os treinadores evidenciaram a necessidade e importância do trabalho psicológico, apesar de relatarem que a ênfase dos treinos é técnica, fato considerado comum à categoria Infante-Juvenil em todo o circuito, tendo em vista a experiência e vivência dos participantes do estudo. O estado de FF foi considerado proveitoso e almejado por todos, tanto atletas quanto treinadores.

5 DISCUSSÃO

Samuski (2006) relata que perto de 80% do jogo é gasto com trocas de lado da quadra, intervalos, espera de saque e raciocínio, no entanto nos treinamentos raramente os atletas passam entre 70 e 80% do tempo de treino se dedicando a preparação mental. O autor ainda salienta a importância de rotinas psicológicas para o desenvolvimento satisfatório deste aspecto.

Houveram visões contrárias no concernente ao tempo em que deve ser trabalhado o aspecto mental, sendo predominante a opinião de que o mesmo deve ser desenvolvido fora dos horários de treinamento técnico, tático e físico, possibilitando que o atleta entre em quadra e foque somente nessas valências, trazendo consigo o trabalho psicológico desenvolvido continuamente extra quadra. Foi ressaltado a necessidade de que o atleta traga consigo todo o necessário – materiais para a prática, bem como água e alimentação - para que o mesmo só se ausente da quadra ao término do treino, evitando a interrupção do trabalho, bem como facilitando que o atleta atinja o estado de FF durante o treinamento, possibilitando maior carga, intensidade e volume de treino, bem como a rapidez e simplicidade das correções, caso o atleta necessite de correções maiores os treinadores defendem que a mesma deverá ser feita separada dos outros atletas antes do próximo treino ou ao final do treino que está ocorrendo.

Foi convergente a opinião de que a maior fonte de motivação nos treinos é extrínseca, vinda dos objetivos estabelecidos pelos treinadores, sendo exceções os atletas que mantêm um alto nível prático ou se empenha em atividades extra treino relacionadas e proveitosas para o desenvolvimento e aperfeiçoamento do mesmo na modalidade praticada.

Nos GF realizados com os atletas dois já citaram já ter escutado sobre FF, mas nenhum tinha lembrança do que se tratava. Em questionário prévio todos os atletas consideraram o mental como aspecto muito importante para o bom desempenho esportivo, fato que foi coerente com o abordado nos encontros do GF. Todos os atletas participantes julgaram ter atingido esse estado em ao menos um ponto, nos pontos em que melhor jogaram, sem ouvir provocações da torcida e até mesmo do adversário, sentindo confiança plena e fluidez nas jogadas, cabe salientar que este momento não esteve sempre associado a partidas vitoriosas, mas sempre

acompanhado de satisfação e prazer ao jogador, sendo este estado considerado em momentos de jogos. Somente dois atletas relataram conseguir se concentrar completamente no treino, tendo sua preocupação e energia toda voltada àquele momento.

Samulski (2006) relata que num jogo profissional 95% do jogo é mental, os atletas possuem um nível técnico-tático muito semelhante e frequentemente os jogos são determinados por fatores mentais.

Os atletas são capazes de refletir e demonstrar em competições o que desenvolvem em treino, logo se não tiverem rotinas mentais no treino as mesmas não apareceram em momentos de competição. Samulski (2006) considera que o treinamento mental é composto por imaginação planejada, repetida e consciente de habilidades motoras, técnicas e mentais. Portanto se um atleta erra um movimento de forehand e em seguida o repete de maneira correta é devido a memória motora e mental do gesto técnico que já estava presente, da mesma maneira deve ocorrer com o aspecto mental.

O atleta deve ser capaz de imaginar ações de sucesso, estratégias de jogo tendo em mente os pontos fortes e fracos do adversário, antecipar os golpes e jogadas que irá realizar, bem como os do adversário, tomar atitudes rápidas e eficientes, se concentrar antes de cada saque e devolução, bem como estar apto a realizar uma avaliação geral após cada partida. Essas rotinas e capacidades podem ser desenvolvidas através de um treinamento mental, Samulski (2006) aborda a necessidade e coerência da participação e acompanhamento de um psicólogo do esporte cooperando com o técnico responsável.

O FF foi considerado pelos atletas como um estado desejável e proveitoso, um estado a ser buscado e alcançado, evitando distrações desnecessárias. Em contraponto os mesmos relataram que acabam pensando muito, jogando de forma consciente, durante os pontos, principalmente em placares desfavoráveis, confirmando que o fator mental é um grande obstáculo durante as partidas.

Apenas três atletas se consideraram mentalmente fracos, coincidentemente os mesmos que declararam “abaixar a cabeça”, desistir, se sentir desmotivados diante de placares desfavoráveis ou ao perderem longas trocas de bolas, as quais ficam frescas, recentes sempre em sua mente ao longo de toda a partida.

Os momentos mais citados como críticos e difíceis foram match point a favor, seguido de match point contra, bem como os atletas se sentem mais abalados

quando entram em uma partida como favoritos, sentindo pressão e obrigação de vencer, fato que gera desconforto e incomodo, apenas um atleta se sente confortável e tranquilo ao enfrentar a situação supracitada.

A maior fonte de motivação mencionada foi intrínseca, bem como o desejo de corrigir falhas e aplicar as correções recebidas em treinos. No momento de jogo a maioria dos atletas citaram que se sentem mais encorajados ao enfrentar um adversário que vibra e demonstra atitude positiva, a qual gera raiva e gana para alcançar a vitória. Em outro ponto a minoria dos atletas se sente abatida e desconfortável, apresentando uma postura reprimida e contida, com receios de errar.

Os atletas citaram a necessidade de maior trabalho psicológico, observam a necessidade de uma abordagem contínua e direta, pois consideram que o ponto chave para seu crescimento e desenvolvimento esportivo está neste pilar, relatando que o trabalho executado diariamente está abaixo do que anseiam e necessitam.

Apenas um treinador foi capaz de conceituar FF, o definindo como a sensação de jogar automaticamente, com predominância do subconsciente, possibilitando maneiras mais rápidas de agir e reagir, bem como comparou o estado de FF com um motorista iniciante que precisa pensar minuciosamente em todas as suas ações, as quais vão se automatizando com a prática até o ponto em que o caminho para sua casa precisa ser lembrado após a chegada, sendo este o estado ideal para se jogar, predominantemente inconsciente.

No tênis o jogador é seu próprio treinador, tendo em vista seu caráter individualizado e não permissão da intervenção do técnico durante as partidas, salvo Copa Davis. Logo se faz essencial que o atleta consiga manter uma atitude positiva, sendo capaz de se concentrar, controlar seu aspecto emocional, lidar com situações de pressão, bem como analisar, pensar e agir taticamente. Cabe ao treinador proporcionar ou prover suporte adequado para que o atleta aprenda técnicas de controle, auto-organização e motivação durante o jogo.

Os treinadores relataram que ao conviver no circuito é nítido que a ênfase do treinamento é técnica, sobressaindo entre todos os outros pilares – físico, tático e mental – é importante ressaltar o enunciado por um dos treinadores que salientou que dificilmente observamos um jogador com autoestima fraca, instabilidade emocional ganhar algum campeonato regional, por mais refinada que seja sua técnica, em contraponto jogadores mentalmente fortes, focados e grande

capacidade de concentração conseguem compensar defasagens técnicas, táticas e até mesmo físicas, demonstrando que em sua visão o pilar essencial é o desenvolvimento mental dos atletas.

Os resultados evidenciaram que o aspecto mental está aquém dos outros aspectos, a saber técnico, tático e físico, pois os atletas relataram que, apesar de considerarem seu mental forte, sofrem com resultados desfavoráveis oriundos de defasagem mental, a qual gera um desconforto e uma dificuldade em utilizar e otimizar as outras valências do jogador.

É possível observar que mesmo atletas fortes mentalmente amargam resultados ruins devido a um dia abaixo da média, onde não conseguem manter uma atitude positiva com um placar desfavorável ou por coincidentemente enfrentar nesse dia seu pior adversário. Derrotas relacionadas à defasagem psicológicas foram relatadas como comuns e constantes no cotidiano de competição dos atletas pesquisados.

Até mesmo os técnicos reconhecem que é comum a modalidade uma ênfase nos outros quesitos, apesar de todos considerarem o fator mental sobressalente e determinante. Logo há uma distorção e incoerência dos mesmos quanto ao conhecimento teórico e como o mesmo afeta o trabalho prático desenvolvido rotineiramente.

É importante salientar que os atletas relataram prazer e satisfação ao sentirem a fluidez do jogo, situação que foi revertida em vontade de melhorar, dedicação e anseio pela prática da modalidade. É comum observarmos rotinas consistentes em jogadores profissionais, as mesmas atuam como ajudadoras na preparação mental, possibilitando melhora na concentração, melhor nível de ativação e equilíbrio mental. No entanto as mesmas não se fazem presentes somente nas partidas, são elementos trazidos desde a rotina de treinamento e constantemente revisadas, praticadas e incentivadas através dos treinadores.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em mente o já exposto é essencial uma melhora no trabalho psicológico desde as categorias iniciais, para que os atletas tenham a capacidade de adquirir e desenvolver competência pessoal e principalmente esportiva, para que o treinador possa ocupar o papel de orientador, acompanhante e supervisor durante os momentos de jogos, onde o atleta é capaz de lembrar e aplicar o que foi desenvolvido nos momentos de treinos prévios.

Os treinadores se mostraram conscientes da necessidade de dispor maior tempo ao treinamento mental, em contraponto os mesmos não expressaram reais medidas para que isto ocorresse, tendo em vista sua maior preocupação e desgosto em ceder tempo destinado ao treinamento técnico/tático. Os mesmos consideram que este treino deve ser em maior parte realizado fora da quadra.

Apesar de os atletas do estudo citarem algumas sensações características do FF não houve uma demonstração plena do fluxo. Apenas pequenas experiências autotélicas temporárias, sendo as mesmas menos frequentes que a instabilidade mental relatada, evidenciando a lacuna presente neste quesito do treinamento. Bem como a falta de conhecimento e pesquisa deste campo da parte dos treinadores participantes.

O estado de FF é almejado por todos os praticantes e treinadores, no entanto para que isso ocorra é necessário que o lado mental do atleta seja desenvolvido juntamente com os outros aspectos. Cabe ressaltar que o estudo demonstrou uma carência e defasagem neste quesito, tornando necessário maior atenção despendida da parte dos técnicos para que haja o desenvolvimento satisfatório e então os atletas possam experimentar plenamente a sensação de FF.

É possível concluir que se faz necessário maiores estudos no campo, bem como uma adequação, maior interesse e harmonização dos conhecimentos da necessidade mental do esporte e da coerência dos treinamentos propostos pelos treinadores atuantes desde a categoria infanto-juvenil.

REFERÊNCIAS

Cortela C., Nascimento R. et al. **A carga de treinamento e competição dos tenistas infantis paranaenses: um estudo comparativo sobre tenistas com diferentes níveis de desempenhos máximos.** Faculdades Integradas de Itararé – FAFIT-FACIC, v. 02, n01, jan/jun 2011 p.01-13.

Csikszentmihalyi, M. **Flow: the psychology of optimal experience.** New York: Happer Perennial, 1990.

Csikszentmihalyi, M. **Finding flow.** New York:Happer Collins, 1999.

Fernandez J, Mendez-Villanueva A, Pluim BM. **Intensity of tennis match play.** Br J Sports Med. 2006;40:387-91.

Gallwey, W Timothy. **O Jogo Interior de Tênis.** São Paulo: Textonovo, 1996.

Jackson, S. A; Csikszentmihalyi, M. **Flow in sports: the keys to optimal experiences and performances.** Champaign: Humam Kinetics, 1999.

Jackson, S.A. e Marsh H. **Development and Validation of scale to measure optimal experience: The “flow” State Scale.** Journal of Sport & Exercise Psychology, 17-35, 1996.

Levorlino, S A; Peliconi, M C F. **A utilização do Grupo Focal como metodologia qualitativa na promoção da saúde.** Rev Esc Enf USP, v. 35, n.2, p.115-21, jun, 2001.

Marconi, M.; Lakatos, E. **Técnicas de pesquisa.** 5.ed. São Paulo: Atlas, 2002

Miranda Junior, Márcio Vidigal et al . **Análise do flow-feeling no tênis.** Rev. educ. fis. UEM, Maringá, v. 23, n. 4, Dec. 2012 .

Pope, Catherine; Mays, Nicholas. **Pesquisa qualitativa na atenção à saúde.** 3ª edição. Artmed

Ribas M R ; F. Gabriela; ORSSO, C. E. ; D., A. C. ; NETTO, Z. C. O ; BASSAN, J. C. **Perfil Morfofisiológico e Somatotipológico de Jovens Atletas da Modalidade Tênis de Campo.** Revista Uniandrade (Impresso), v. 14, p. 229-240, 2013.

Rules of Tennis – The International Tennis Federation (ITF) – disponível em <http://www.itftennis.com/technical/publications/rules/overview.aspx> acesso em dezembro/2013.

Regulamento Infanto-Juvenil – Confederação Brasileira de Tênis (CBT) – disponível em <http://www.cbtenis.com.br/Arquivos/Download/Upload/3361.pdf> acesso em dezembro/2013.

Ressel, L B; Beck, C L C; Gualda, D M R; Hoffmann, I C; Silva, R M; Sehnem G D. **O uso do Grupo Focal em pesquisa qualitativa.** Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2008 Out-Dez; 17(4): 779-86.

R. Pachorani e M Massa. **Processo de formação de tenistas talentosos.** Motriz, Rio Claro, v.18 n.2, p.253-261, abr./jun. 2012.

Samulski, Dietamar. **Tênis dicas psicológicas para vencer.** 1. ed – Belo Horizonte: Imprensa Universitária, 2006.

Samulski, Dietamar. **Psicologia do Esporte: Conceitos e novas perspectivas.** 2. ed – Barueri, SP: Manole, 2009

Torres, M. R. L. **Características e Relaciones de “Flow”, Ansiedad y Estado emocional con El Rendimiento Deportivo en Deportistas de Elite.** 236p. 2006. Tese (Doutorado em Psicologia e aprendizagem humana) – Universitat Autònoma de Barcelona, 2006.

Thomas, Jerry R.; Nelson, Jack K.; Silverman, Stephen J. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física.** Porto Alegre: Editora Artmed, 2007.

Vieira e Balbim et al. **Estado de fluxo em praticantes de escalada e skate downhill.** Motriz, Rio Claro, v.17 n.4, p.591-599, out./dez. 2011

Vieira et al. **Psicologia do Esporte: uma área emergente da Psicologia.** Psicologia em Estudo, Maringá, v. 15, n. 2, p. 391-399, abr./jun. 2010

APÊNDICE

APÊNDICE A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO E TERMO DE CONSENTIMENTO DE USO DE IMAGEM E SOM DE VOZ (TCUISV)

Título da Pesquisa: FLOW – FEELING: SUA PRESENÇA ENTRE ATLETAS INFANTO-JUVENIL DA MODALIDADE TÊNIS DE CAMPO

Pesquisadora: Faena Gabriela Ehlers da Silva, Elto Legnani e Marco A. S. Ferreira

Orientador: Professor Doutor Julio Cesar Bassan

Local de realização da coleta da pesquisa: Universidade Tecnológica Federal do Paraná, campus Curitiba, sede central, situada na Avenida Sete de Setembro, n. 3165 bairro Rebouças, Curitiba Paraná. Telefone (41) 3310-4545.

A) Informações ao participante

Apresentação da pesquisa: A teoria do flow-feeling (FF) foi proposta pelo psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi na década de 70. Atualmente vem sendo amplamente estudada em âmbito internacional, principalmente na área social, trabalhista e educacional. No entanto, alguns pesquisadores já transportam a teoria para a esfera desportiva.

Segundo Miranda Junior (2012) o FF pode ser definido como estado psicológico ótimo de consciência, em que um indivíduo chega a estar totalmente absorvido pelo que está fazendo até alcançar a exclusão de todo outro pensamento ou emoção, favorecendo o desempenho do atleta, proporcionando experiências altamente positivas e agradáveis.

1. Objetivos da pesquisa: O tênis de campo requer grande capacidade de concentração durante cada ação que compõe a partida, logo o bom desempenho depende da capacidade mental do atleta, seja pra superar adversidades ou se manter motivado mesmo com margem favorável de pontos. O trabalho tem como objetivo observar se há a presença de FF, também conhecido como fluxo, fluidez ou flow, na fase infanto-juvenil considerada a iniciação da vida competitiva, além de compreender como o FF atua no desempenho do atleta desde os treinos, até a atuação durante a partida.

2. Participação na pesquisa: a participação do pesquisado ocorrerá através do questionário inicial de informação e subsequente participação nos Grupos Focais (GF), contando com a utilização de gravadores.

3. Confidencialidade: é garantida ao participante pesquisado a sua privacidade. Será mantido em sigilo qualquer elemento que o identifique na pesquisa.

4. Desconfortos e benefícios:

a) Desconfortos: os desconfortos que podem ser ocasionados durante a coleta de dados serão mínimos, como possíveis marcas causadas pelo equipamento plicômetro utilizado para a obtenção da espessura de dobras cutâneas e um possível desconforto ao participar dos encontros que serão mediados pelo pesquisador.

b) Benefícios: O tênis requer dedicação e grande concentração, portanto treinamento psicológico é de grande importância. O resultado obtido através da pesquisa poderá ser valioso tanto para os técnicos quanto para os atletas, pois permitirá uma mensuração dos pontos fortes e fracos, permitindo aprimorar o que for necessário para aprimorar a performance em quadra desde os treinos até a competição. Os participantes receberão os resultados após a coleta e análise de todos os dados, de forma individualizada e sigilosa.

5. Critério de inclusão e exclusão:

a) Inclusão: Atletas da categoria Infanto-Juvenil, de 12 a 16 anos, que participem de ao menos um campeonato oficial da Federação Paranaense de Tênis (FPT) no ano, que estejam dispostos a responder o instrumento de pesquisa necessário e preencham o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) e Termo de Assentimento.

b) **Exclusão:** Serão excluídos os atletas que se desvincularem da FPT ou que passarem a praticar o desporto sem o acompanhamento de um técnico.

6. Direito de sair da pesquisa e a esclarecimentos durante o processo: o participante pesquisado poderá solicitar esclarecimentos em qualquer etapa da pesquisa, bem como se recusar a participar da mesma sem sofrer qualquer tipo de penalização.

7. Ressarcimento ou indenização: Como a pesquisa é de caráter voluntário não haverá qualquer pagamento ou bonificação pela participação, no entanto caso haja alguma lesão ou necessidade de tratamento a mesma será de responsabilidade dos pesquisadores.

B) Consentimento

Eu declaro ter conhecimentos das informações contidas neste documento e ter recebido respostas claras às minhas questões a propósito da minha participação direta na pesquisa e, adicionalmente, declaro ter compreendido o objetivo, a natureza, os riscos e benefícios deste estudo.

Após reflexão e um tempo razoável, eu decidi, livre e voluntariamente, participar deste estudo, permitindo que os pesquisadores relacionados neste documento obtenham fotografia, filmagem ou gravação de voz de minha pessoa para fins de pesquisa científica/educacional.

Concordo que o material e as informações obtidas relacionadas a minha pessoa possam ser publicados em aulas, congressos, eventos científicos, palestras ou periódicos científicos. Porém, não devo ser identificado por nome ou qualquer outra forma.

As fotografias, vídeos e gravações ficarão sob a propriedade do grupo de pesquisadores pertinentes ao estudo e sob sua guarda.

Nome completo: _____

RG: _____ Data de nascimento: ____/____/____ Telefone: _____

Endereço: _____ CEP: _____

Cidade: _____ Estado: _____

Email: _____

Assinatura: _____ Data: ____/____/____

Eu declaro ter apresentado o estudo, explicado seus objetivos, natureza, riscos e benefícios e ter respondido da melhor forma possível às questões formuladas.

Nome completo do pesquisador: _____

Assinatura: _____ Data: ____/____/____

Endereço do Comitê de Ética em Pesquisa para recurso ou reclamações do participante pesquisado:

Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (CEP/UTFPR)

Reitoria: Avenida Sete de Setembro, n.3165, bairro Rebouças, CEP 80230-901, Curitiba – PR, telefone (41) 3310-4943, e-mail: coep@utfpr.edu.br

Obs.: este documento deve conter duas vias iguais, sendo uma pertencente ao pesquisador e outra ao participante da pesquisa.

APÊNDICE B - TERMO DE ASSENTIMENTO

TERMO DE ASSENTIMENTO INFORMADO LIVRE E ESCLARECIDO (Adolescentes com 12 anos completos, maiores de 12 anos e menores de 18 anos)

Título do Projeto: FLOW – FEELING: SUA PRESENÇA ENTRE ATLETAS INFANTO-JUVENIL DA MODALIDADE TÊNIS DE CAMPO

Investigador: Faena Gabriela Ehlers da Silva, Elto Legnani e Marco A. S. Ferreira

Local da Pesquisa: Graciosa Country Club

Endereço: Avenida Munhoz da Rocha, 1146 – Cabral, Curitiba, PR – 80035-200

O que significa assentimento?

O assentimento significa que você concorda em fazer parte de um grupo de adolescentes, da sua faixa de idade, para participar de uma pesquisa. Serão respeitados seus direitos e você receberá todas as informações por mais simples que possam parecer.

1 PODE SER QUE ESTE DOCUMENTO DENOMINADO TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO CONTENHA PALAVRAS QUE VOCÊ NÃO ENTENDA. POR FAVOR, PEÇA AO RESPONSÁVEL PELA PESQUISA OU À EQUIPE DO ESTUDO PARA EXPLICAR QUALQUER PALAVRA OU INFORMAÇÃO QUE VOCÊ NÃO ENTENDA CLARAMENTE.

2 INFORMAÇÃO AO PARTICIPANTE DA PESQUISA:

1. Você está sendo convidado(a) a participar de uma pesquisa, com o objetivo de observar se há a presença de Flow-Feeling (FF), também conhecido como fluxo, fluidez ou flow, na fase infanto-juvenil considerada a iniciação da vida competitiva, além de compreender como o FF atua no desempenho do atleta desde os treinos, até a atuação durante a partida, a participação é voluntária e que caso você opte por não participar, não terá nenhum prejuízo ou represálias.

Contato para dúvidas:

Se você ou os responsáveis por você tiver(em) dúvidas com relação ao estudo, direitos do participante, ou no caso de riscos relacionados ao estudo, você deve contatar o(a) Investigador(a) do estudo ou membro de sua equipe: **Faena Gabriela Ehlers da Silva**, email faenagabriela@gmail.com e celular (41) 9881-0042. Se você tiver dúvidas sobre seus direitos como um paciente de pesquisa, você pode contatar o Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) da Universidade Tecnológica Federal do Paraná. O CEP é constituído por um grupo de profissionais de diversas áreas, com conhecimentos científicos e não científicos que realizam a revisão ética inicial e continuada da pesquisa para mantê-lo seguro e proteger seus direitos.

DECLARAÇÃO DE ASSENTIMENTO DO PARTICIPANTE DA PESQUISA:

Eu li e discuti com o investigador responsável pelo presente estudo os detalhes descritos neste documento. Entendo que eu sou livre para aceitar ou recusar, e que posso interromper a minha participação a qualquer momento sem dar uma razão. Eu concordo que os dados coletados para o estudo sejam usados para o propósito acima descrito.

Eu entendi a informação apresentada neste TERMO DE ASSENTIMENTO. Eu tive a oportunidade para fazer perguntas e todas as minhas perguntas foram respondidas.

Eu receberei uma cópia assinada e datada deste Documento DE ASSENTIMENTO INFORMADO.

| | | |
|---------------------|------------|------|
| NOME DO ADOLESCENTE | ASSINATURA | DATA |
|---------------------|------------|------|

| | | |
|----------------------|------------|------|
| NOME DO INVESTIGADOR | ASSINATURA | DATA |
|----------------------|------------|------|

Endereço do Comitê de Ética em Pesquisa para recurso ou reclamações do participante pesquisado

Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (CEP/UTFPR) REITORIA:
Av. Sete de Setembro, 3165, Rebouças, CEP 80230-901, Curitiba-PR, telefone: 3310-4943, e-mail:
coep@utfpr.edu.br

APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO ATLETA

Nome:

Idade:

Gênero: Mas Fem

- Há quanto tempo prática a modalidade? Se dedica somente ao tênis?

- Quantos dias treina semanalmente? Quantas horas diárias?

- Possui algum acompanhamento/treinamento de apoio? Qual? (Ex: nutricionista, psicólogo, academia)

- Quantos torneios em média participa mensalmente?

- Quais seus 3 resultados mais expressivos?

- Classifique como muito importante, importante, pouco importante e nada importante os seguintes treinamentos:

Técnico:

Tático:

Físico:

Mental:

APÊNDICE D- QUESTIONÁRIO TREINADOR

Nome:

Idade:

Gênero: Mas Fem

- Há quanto tempo atua como treinador? Se dedica somente ao tênis?

- Possui formação acadêmica? Qual?

- Atuou como jogador? Quais seus resultados mais expressivos?

- Utiliza referências teóricas? Quais?

- Classifique como muito importante, importante, pouco importante e nada importante os seguintes treinamentos:

Técnico:

Tático:

Físico:

Mental:

- Conversa com os atletas sobre o aspecto mental? Com que frequência?