



DOI 10.20396/conex.v17i0.8653629

Artigo Original

Rendimento do saque, Locus de controle e coping no Voleibol

Karine Azevedo Ferreira¹ Hélio Mamoru Yoshida¹ Marina Belizário de Paiva Vidual¹ Julia Barreira¹ Paula Teixeira Fernandes¹ 

RESUMO

Objetivo: o objetivo do estudo foi avaliar os aspectos psicológicos de Locus de Controle (LC) e Coping (CO) e relacioná-las com o saque no voleibol. **Metodologia:** participaram no estudo 20 atletas femininas entre 12 e 18 anos. Foram utilizados os seguintes instrumentos: ficha de identificação, Escala Multidimensional do Locus de Controle do Esporte e *Athletic Coping Skills Inventory*. Foi realizado o *scout* para a análise do saque, sendo "Positivo" quando converteu ponto para o time, "Negativo", sendo ponto para o adversário e "Ação" para continuidade do jogo. **Resultados e discussão:** os resultados mostraram maiores níveis de LC Interno do que Externo. Tanto o LC quanto CO não apresentam correlação significativa com o saque positivo e ação. Além disso, houve uma correlação entre as pressões sentidas pelas jogadoras e o saque negativo ($\rho=0,53$). **Conclusão:** este estudo mostrou que quanto maior as pressões percebidas pelas atletas maiores o número de saque negativo, assim, os profissionais devem proporcionar o desenvolvimento das capacidades psicológicas necessárias para melhorar o rendimento do atleta em todas as possibilidades de atuação dentro do time.

Palavras-chave: Voleibol. Psicologia do Esporte. Esporte.

¹ Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências, Campinas, SP, Brasil

Correspondência:

Paula Teixeira Fernandes. Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Rua Érico Veríssimo, 701 Cidade Universitária Zeferino Vaz, Barão Geraldo, 13083-851, Campinas, SP, Email: paula@fef.unicamp.br

Recebido em: 15 out. 2018

Aprovado em: 30 out. 2019

Serve performance, locus of control and coping in Volleyball

ABSTRACT

Objective: the aim of this study was to evaluate the psychological aspects of Locus of Control (LC) and Coping (CO) and to relate them with serve in volleyball. **Methodology:** twenty women athletes aged between 12 and 18 years old participated from this study. The following instruments was used: Identification questionnaire, Multidimensional Locus of Control Scale and Athletic Coping Skills Inventory. It was done a scout to analyze data from the serve, considering "positive" when the serve results in score for the team, "negative" when the serve results in score for the opponent team and "action" when the serve results in continuum of opponent's actions in the game. **Results and discussion:** the results showed higher levels of Intern LC than External LC. There is no relation between LC and CO strategies to positive serve. Furthermore, there was a correlation between the pressures felt by the players and the negative serve ($p=0,53$). **Conclusion:** this study showed that higher pressures perceived by the athletes, larger the number of negative serve. Thus, the professionals must provide the development of the psychological abilities necessary to improve the athlete's performance in all possibilities of acting within the team.

Keywords: Volleyball. Sports Psychology. Sport.

El rendimiento del saque, locus de controle y coping en Voleibol

RESUMEN

Objetivo: el objetivo del estudio fue evaluar los aspectos psicológicos de Locus de Controle (LC) y Coping (CO) y relacionarlos con el saque en voleibol. **Metodología:** Participaron del estudio 20 mujeres atletas entre las edades de 12 y 18 años. Se utilizaron los siguientes instrumentos: Cuestionario de identificación, escala multidimensional del locus de controle y Inventario de destrezas de afrontamiento deportivo. Se realizó un scout para análisis de los datos del saque, siendo "positivo" cuando convirtió el punto para el equipo, "negativo" siendo el punto para el equipo oponente y "acción" para la continuidad del juego. **Resultados y discusión:** Los resultados mostraron niveles más altos de LC Interno que de LC Externo. Tanto el LC como el CO no presentan una correlación significativa con el saque positivo y la acción. Además, verificó una correlación entre las presiones sentidas por las jugadoras y el saque negativo ($p=0,53$). **Conclusión:** este estudio demostró que cuanto más altas son las presiones percibidas por las atletas más grandes en número de saques negativos. Entonces, los profesionales deben proporcionar el desarrollo de las habilidades psicológicas necesarias para mejorar el rendimiento del atleta en todas las posibilidades de actuar dentro del equipo.

Palabras Clave: Voleibol. Psicología del Deporte. Deporte.

INTRODUÇÃO

O saque, como um dos fundamentos do vôlei, é compreendido como a primeira ação da partida que tem como objetivo iniciar a partida e cada ponto disputado, além de ter função de ataque no alto rendimento. Tem importante influência no sistema tático da equipe, na defesa do ataque do adversário e no sistema tático de recepção da outra equipe, em busca da facilitação da ação ofensiva subsequente (BIZZOCCHI, 2008).

Para Shoenfelt e Griffith (2008), o saque é a habilidade de precisão em que a trajetória e o local onde se almeja colocar a bola é totalmente dependente da efetividade deste gesto. Além disso, é considerado ação fechada, sendo isolada e completamente dependente do comando do jogador que a realiza.

Portanto, o atleta que executa o saque está sujeito a sofrer diferentes pressões durante o jogo, pois fica evidente sua importante atuação. O rendimento do atleta no voleibol está relacionado com a capacidade de superação das situações de pressão ou de adversidades (NOCE; SAMULSKI, 2002). Dessa forma, o equilíbrio psicológico pode ser diferencial para o sucesso da equipe (BIZZOCCHI, 2008). Assim, diferentes estratégias são acionadas para o enfrentamento dessas adversidades: Locus de Controle e Coping, consideradas ferramentas psicológicas importantes.

O Locus de Controle (LC) consiste na identificação da crença que a pessoa possui sobre a fonte de controle dos acontecimentos na vida, sendo um fenômeno que se insere na esfera cognitiva, perceptiva e motivacional (CONCEIÇÃO, 2008). Pode ser considerado interno (responsabilidade pelo controle dos acontecimentos é atribuída a si mesmo) ou externo (responsabilidade dos acontecimentos a outras causas).

No esporte, o LC pode ser um fator determinante, já que atletas com orientação ao LC interno tem maior facilidade em captar os aspectos relevantes de uma situação, sabem efetivamente o que fazer, estando de modo mais habitual envolvidos em situações apropriadas e tendem a obter com mais frequência sucesso em suas ações (CONCEIÇÃO, 2004). Os atletas com LC externo caracterizam-se em atribuir a responsabilidade dos acontecimentos do jogo ou da carreira às causas diversas, como sorte, azar, figuras de poder ou autoridades, portanto, estão mais propensos ao insucesso (CONCEIÇÃO, 2004).

O *Coping* (CO) pode ser definido como a forma de lidar com o estresse (COIMBRA *et al.*, 2013) e, através deste, é possível que o indivíduo encontre maneiras de lidar adequadamente com situações estressoras. Consciente desse processo, o atleta consegue avaliar estas situações, podendo dominar, reduzir ou tolerar as demandas da atividade. Segundo Coimbra (2011), há relação de

equacionamento entre a estrutura psicofísica do atleta e a atividade praticada.

Saber como lidar nos momentos estressantes e de pressão ajuda o atleta a ter um melhor rendimento, equacionando o estresse inerente à prática esportiva. Diante deste contexto, o objetivo desse estudo foi verificar a relações entre saque no vôlei, Locus de Controle e *Coping*.

MÉTODOS

PARTICIPANTES

Participaram desse estudo 20 atletas femininas de voleibol de um clube da cidade de Campinas, pertencentes às categorias de base. Os critérios de exclusão foram: atletas na posição líbero; que não realizaram o movimento do saque em três partidas e que não participaram dos jogos oficiais da competição da Liga Regional.

INSTRUMENTOS

Foram utilizados os seguintes instrumentos:

- Anamnese inicial: para caracterização das participantes, coletando dados sobre idade, tempo de prática, escolaridade e treinamento.

- *Escala Multidimensional de Locus de Controle do Esporte - EMLCE* (CONCEIÇÃO, 2004): constituída por três subescalas independentes, com 8 itens cada e com respostas tipo *likert* de 6 pontos (discordo totalmente; discordo; discordo parcialmente; concordo parcialmente; concordo; concordo totalmente), diferenciadas pelo sistema de cores (vermelho-disco e verde-concordo). A correção das respostas atribui valores a cada um dos pontos da escala, sendo que os escores variam entre 0 e 48 em cada uma de suas dimensões. Desta forma, quanto maiores os escores obtidos pelos atletas na subescala multidimensional de Locus de Controle Interno (LCI), maior será a indicação de que ele atribui a si a responsabilidade pelos acontecimentos em sua carreira. Quanto maiores os escores obtidos na subescala multidimensional do Locus de Controle Externo pelo acaso (LCE-SA), maior a indicação que o atleta atribui à sorte, acaso, destino ou a Deus a responsabilidade pelos acontecimentos em sua carreira. E quanto maiores os escores obtidos na subescala multidimensional do Locus de Controle Externo pessoas poderosas (LCE-PP) maior será a indicação que ele atribui a figuras de poder a responsabilidade pelos acontecimentos na carreira esportiva, como árbitros e técnicos (CONCEIÇÃO, 2004).

- *Athletic Coping Skills Inventory - ACSI-28 BR* (COIMBRA, 2011): originalmente desenvolvido por Smith *et al.* (1995) sendo sua versão brasileira

validada por Coimbra (2011), o instrumento multidimensional é composto por 28 itens divididos em 7 diferentes habilidades psicológicas de *coping*: (1) lidar com adversidades no esporte, (2) lidar com a pressão, (3) lidar com o planejamento de metas e a preparação mental para treinamentos e competições, (4) lidar com a distração e a necessidade de se manter concentrado na tarefa, (5) lidar com a preocupação no desempenho, (6) lidar com baixa motivação e confiança e (7) lidar com a cobrança do treinador. Cada dimensão possui quatro itens com uma escala tipo *likert*, de 0 (quase nunca) a 3 (quase sempre). Os valores de cada subescala variam de 0 a 12 pontos, sendo que o escore total - "Recursos totais de *Coping*" - varia de 0 a 8.

- *Scout* da Partida - Saque: para quantificar e analisar o rendimento de cada atleta no fundamento do saque, utilizaram-se os dados obtidos através do *scout* feito durante as partidas observadas. Nesse *scout*, foram coletados: nome da atleta e quantificação do saque: positivo (quando o saque reverteu em ponto diretamente, sem recepção da outra equipe), negativo (quando o saque diretamente reverteu-se em ponto pra outra equipe, mostrando que o atleta a errou no fundamento) e saque-ação (quando o atleta iniciou ou reiniciou a partida colocando a bola em jogo, sem errar ou culminar em ponto direto, permitindo o prosseguimento do jogo). Também foi quantificado o total das ações (todos os saques do atleta) e a porcentagem do sucesso (o número de saques que culminou em ponto diretamente de todas as suas ações).

PROCEDIMENTO

Todas as atletas aceitaram participar da pesquisa e assinaram ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (projeto aprovado pelo Comitê de Ética da UNICAMP CAAE:11722413.7.0000.5404, parecer: 362804). As voluntárias participaram da pesquisa durante um torneio regional, em jogos escolhidos em comum acordo de todos os envolvidos, totalizando 12 jogos, a fim de obter dados do fundamento saque em pelo menos 3 partidas de cada categoria: Mirim, Infantil e Infante.

ANÁLISE DOS DADOS

A estatística descritiva, através das medidas de posição e dispersão, foi utilizada para explorar o banco de dados coletados. A normalidade dos dados quantitativos foi verificada através do teste de Shapiro-Wilk. Para comparar os escores obtidos nos três Locus de Controle foi utilizada a análise de variância (ANOVA) para medidas repetidas, pois foram realizadas coletas dos dados ao longo de três partidas. A relação entre eficácia do saque, Locus de Controle e estratégia de *Coping* foi analisada através do coeficiente de correlação de Pearson. O nível de significância adotado foi de 0,05. Todas as análises foram realizadas no programa GraphPad Prism 6.0.

RESULTADOS

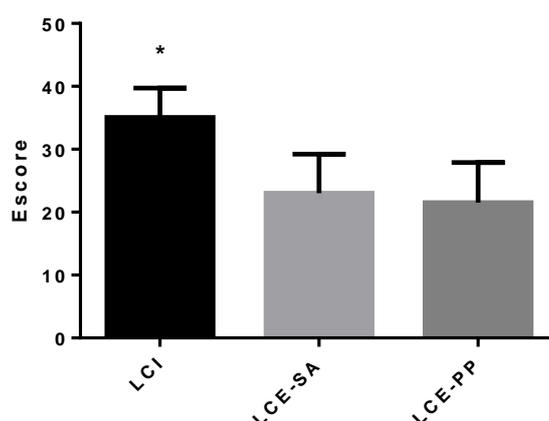
O objetivo do estudo foi verificar a relação entre os aspectos psicológicos de Locus de Controle, *Coping* e a eficácia do fundamento saque no voleibol.

Foram avaliadas 20 atletas de três categorias de voleibol feminino (mirim, infantil e infante) com média de idade de 15 (DP±1,7) anos, variando de 12 a 18 anos. Com relação ao tempo de atuação no voleibol, as atletas têm um tempo médio de 21 (DP±14,1) meses. Quanto à escolaridade, 12 estavam cursando o Ensino Médio e 8 dos sujeitos cursavam o Ensino Fundamental.

Quanto à religião, no ACSI- 28 BR as atletas foram questionadas se acreditavam em Deus e qual era a sua religião. Todas afirmaram sua crença em Deus, sobre a religião afirmaram: Católica (n=14); preferiram não declarar a religião (n=2), Evangélicos (n=2), Protestantes (n=1) e afirmaram não ter religião (n=1), apesar de acreditarem em Deus.

Quanto ao fundamento técnico do saque, verificou-se o total de 654 ações de saque pelas 20 atletas. Deste total, 495 foram saques ações, 97 saques positivos e 62 saques negativos.

Em relação aos aspectos do Locus de Controle (Figura 1), o Locus de Controle Interno (LCI) apresentou pontuação média de 34,85 (DP±4,95), já os Locus de Controle Externos apresentaram médias de 22,15 (DP±6,17) para LCE-SA e 21,10 (DP±6,60) para LCE-PP. Nota-se escores significativamente maiores de Locus de Controle Interno do que os Locus de Controle Externos (LCE-SA e LCE-PP; $p < 0,05$). Não foi verificada diferença estatisticamente significativa entre LCE-SA e LCE-PP.



Legenda: LCI= Locus de Controle Interno; LCE-SA=Locus de Controle Externo - Sorte/Azar; LCE-PP= Locus de Controle Externo - Pessoas Poderosas ($p < 0,05$).

Figura 1 - Escores do aspecto de Locus de Controle das jogadoras de voleibol das três categorias analisadas.

A Tabela 1 mostra as correlações entre o Locus de Controle e as estratégias de *Coping* e não foram verificadas correlações significativas entre as variáveis analisadas.

Tabela 1 - Correlações os escores nos Locus de Controle e nas estratégias de *Coping* das jogadoras de voleibol das três categorias analisadas

	Advers.	Pressão	Metas	Conc.	Desp.	Conf.	Trei.
LCI	-0,07	-0,29	-0,05	0,30	0,10	0,03	-0,13
LCE-SA	-0,19	-0,22	-0,04	-0,32	0,23	-0,32	-0,06
LCE-PP	-0,34	-0,08	0,07	-0,15	0,24	-0,26	0,01

Legenda: Advers. = Adversidade, Conc. = Concentração, Desp. = Despreocupação, Conf. = Confiança, Trei. = Treinabilidade.

Na Tabela 2, são apresentadas as correlações entre quantidade de saques positivos, negativos e ação com os Locus de Controle e estratégias de *Coping*. Verifica-se que os Locus de Controle e estratégias de *Coping* não apresentam relação significativa com a (não) eficácia do saque. Apenas a "Pressão" apresenta uma relação positiva com a quantidade de saques errados.

Tabela 2 – Correlações entre quantidade de saques positivos, negativos e ação com os Locus de Controle e estratégias de *Coping* das jogadoras de voleibol das três categorias analisadas

		Saque Positivo	Saque Negativo	Saque Ação
Locus de Controle	LCI	-0,28	-0,22	-0,15
	LCE-SA	-0,13	-0,10	-0,30
	LCE-PP	0,12	0,21	-0,14
Estratégias de <i>Coping</i>	Advers.	-0,07	0,13	-0,33
	Pressão	0,37	0,53*	0,26
	Metas	0,21	0,24	-0,10
	Conc.	0,17	-0,03	-0,13
	Desp.	0,03	-0,23	0,14
	Conf.	0,14	0,32	-0,38
	Trei.	0,10	0,20	0,20

Legenda: LCI= Locus de Controle Interno; LCE-SA=Locus de Controle Externo – Sorte/Azar; LCE-PP= Locus de Controle Externo – Pessoas Poderosas Advers. = Adversidade, Conc. = Concentração, Desp. = Despreocupação, Conf. = Confiança, Trei. = Treinabilidade, * = correlação estatisticamente significativa ($p < 0,05$).

DISCUSSÃO

Nossas análises mostraram que atletas apresentam um alto controle interno (LCI) e que o saque negativo (erro no saque) está associado a elevados níveis de pressão sentida pelas jogadoras. Nenhuma correlação significativa foi verificada entre a eficácia do saque e os Locus de Controle, e entre Locus de Controle e *Coping*.

Observando as ações do fundamento do saque, verificou-se que a maioria teve caráter de ação: colocar a bola em jogo. Este dado ocorre pelo fato de que em toda partida de voleibol, amadora ou profissional, os saques iniciam ou reiniciam partida. Além disso, o sistema tático da equipe adversária posiciona-se para evitar o ponto da equipe que realizou o saque, portanto, colocando a bola em jogo para uma articulação do ataque.

Ao analisar o Locus de Controle, nossas participantes mostraram maiores escores para o LCI quando comparado com LCE-SA e LCE-PP. Estes dados corroboram com o estudo de Noriega *et al.* (2003), que analisou 600 atletas, com idade entre 14 e 21 anos, mostrando que os níveis de LCI também foram maiores. O estudo de Levy (2008) também analisou o Locus de Controle, em atletas de judô nas Olimpíadas de Atenas, e constataram que a internalidade é esperada em atletas, pelo fato de possuírem predisposição a persistirem em seus esforços pessoais para o alcance de seus resultados.

Reforçando estes achados, Conceição (2008) afirmou que, tanto na esfera esportiva como no pessoal, os atletas atribuem para si as responsabilidades dos acontecimentos de vida, por ser a causalidade interna associada ao sucesso nos mais diversos campos de atuação do ser humano.

Já em relação ao *Coping*, sabemos que é determinante para o desenvolvimento e o rendimento do atleta, devido à autopercepção do sujeito diante de uma situação estressora. Nesse sentido, faz-se fundamental que o repertório comportamental para lidar com as adversidades seja ampliado e diversificado, para que o atleta possa enfrentar e superar diferentes condições de estresse, proporcionando melhores estratégias para melhor rendimento e sucesso durante a carreira esportiva (NASCIMENTO JUNIOR *et al.*, 2010).

Já ao relacionar os aspectos do saque com o *Coping* percebemos uma correlação positiva entre o saque negativo (saque errado) e maiores níveis de pressão percebida, isto é: quanto maior a pressão percebida pelas atletas, maior o erro no saque.

Estudo realizado com time de voleibol teve maiores índices de saque negativos (errou mais saques) quando o time foi visitante da partida. Isso é explicado pelos aspectos do *Home Advantage* (vantagem de jogar em casa) mostrando que o time visitante possui maiores pressões, como torcida contra, desgaste das viagens e não familiaridade com o local do jogo (SILVA *et al.*, 2014; POLLARD, 2008).

A relação entre estresse e baixa efetividade no saque pode ser explicado por Bahramizade e Besharat (2010). Os autores afirmam que o estresse exige uma demanda física e mental, dividindo sua atenção entre a demanda do esporte e a tentativa do controle mental. Além disso, a situação do estresse pode fazer com

que o atleta fique constrangido, influenciando na diminuição da concentração. Esta piora pode ocasionar conflitos, com o técnico, com o time adversário ou até com os colegas da equipe (BAHRAMIZADE; BESHARAT, 2010).

Importante ressaltar que quando o atleta consegue desenvolver e usar estratégias adequadas, a sensação de perigo ou medo frente às situações estressantes diminui (NASCIMENTO JUNIOR *et al.*, 2010). Podemos considerar o aumento deste repertório de enfrentamento benéfico para o atleta, para seu rendimento e, conseqüentemente para sua equipe.

Para finalizar, enfatizamos que o momento do saque no voleibol é de extrema importância, pois além de colocar a bola em jogo, é considerado um ataque e possui influência direta no sistema tático das equipes. Além disso, é exclusivamente dependente da ação de um único jogador. Neste momento, todas as atenções estão voltadas para o atleta, podendo influenciar nas pressões percebidas durante este gesto técnico. Portanto, elevados níveis de Locus de Controle Interno e de Coping são fundamentais para o bom desempenho no saque, pois a partir da atribuição de responsabilidade dos acontecimentos da partida, o jogador capta das informações dos acontecimentos mais relevantes e toma das decisões.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nosso estudo mostrou que atletas de vôlei feminino das categorias de formação possuem maiores níveis de Locus de Controle Interno comparado com o externo, além da correlação entre o saque negativo e o *Coping*.

Desta maneira, desenvolver estratégias de *Coping* para o enfrentamento das adversidades de modo consciente em relação ao jogo e ao momento do saque frente às diferentes pressões é fundamental para o sucesso da equipe.

Vale ressaltar que, assim como os aspectos físicos, técnicos, táticos, os aspectos psicológicos também devem ser treináveis. A equipe, junto ao Psicólogo do Esporte, pode proporcionar o desenvolvimento das capacidades psicológicas necessárias para melhorar o rendimento do atleta, não só no saque, mas em todas as possibilidades de atuação dentro do time.

Diante do exposto, podemos dizer que este estudo é de fundamental relevância, pois auxilia o repertório dos treinadores, técnicos, profissionais de Educação Física, e dos próprios atletas, quanto ao seu autoconhecimento e suas particularidades, contribuindo para o desenvolvimento desse complexo fenômeno esportivo que cresce cada vez mais, agregando e cativando praticantes, investidores e apreciadores. Através do suporte científico, damos mais um

importante passo para progressiva caminhada rumo à excelência do esporte, de maneira eficaz e integral!

REFERÊNCIAS

- BAHRAMIZADE, Hamid; BESHARAT, Mohammad Ali. The impact of styles of coping with stress on sport achievement. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, v. 5, p. 764-769, 2010.
- BIZZOCCHI, Cacá. *O voleibol de alto nível: da iniciação à competição*. Fazendo Arte, 2000.
- COIMBRA, Danilo Reis. *Validação do questionário "Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28)" para a língua portuguesa do Brasil*. 2011. 114 p. Dissertação (Mestrado em Aspectos Biodinâmicos do Movimento Humano) Faculdade de Educação Física e Desportos - Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora/MG, 2011.
- COIMBRA, Danilo Reis; BARA FILHO, Maurício; ANDRADE, Alexandre; MIRANDA, Renato. Habilidades psicológicas de coping em atletas brasileiros. *Motricidade*, v. 9, n. 1, p. 95-106, 2013.
- CONCEIÇÃO, Paulo Félix Marcelino. *Perfil Perséfone: um estudo sobre crenças religiosas e locus de controle de atletas de handebol*. 2004. 183 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Escola de Educação Física e Esportes - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2004.
- CONCEIÇÃO, Paulo Félix Marcelino. *"Amarelão" no esporte: das alterações da cor da pele ao coping do estresse por crenças religiosas e o locus de controle de atletas de handebol, ginástica artística e voleibol*. 2008. 174 p. Dissertação (Doutorado em Educação Física). Escola de Educação Física e Esportes - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2008.
- LEVY, Marta Maciel. Bem-estar e locus de controle no esporte. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, v. 2, n. 1, p. 01-23, 2008.
- NASCIMENTO JUNIOR, José Roberto Andrade; GAION, Patrícia Aparecida; NAKASHIMA, Fernanda Soares; VIEIRA, Lenamar Fiorese. Análise do estresse psicológico pré-competitivo e estratégias de coping de jovens atletas de futebol de campo. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v. 18, n. 4, p. 45-53, 2011.
- NOCE, Franco; SAMULSKI, Dietmar. Análise do estresse psíquico em atacantes no voleibol de alto nível. *Revista Paulista de Educação Física*, São Paulo, v. 16, n. 2 p. 113-129, 2002.
- NORIEGA, José Ángel Vera; ALBUQUERQUE, Francisco José Batista; ALVAREZ, Jesús Francisco Laborín; OLIVEIRA, Liana Mirela Souza; CORONADO, Guadalupe. Locus de controle em uma população do nordeste brasileiro. *Psicologia: teoria e pesquisa*, v. 19, n. 3, p. 211-220, 2003.
- POLLARD, Richard. Home advantage in football: A current review of an unsolved puzzle. *The open sports sciences journal*, v. 1, n. 1, 2008.
- SHOENFELT, Elizabeth L.; GRIFFITH, Amber Usry. Evaluation of a mental skills program for serving for an intercollegiate volleyball team. *Perceptual and motor skills*, v. 107, n. 1, p. 293-306, 2008.

SILVA, Mauro Menegolli Ferreira da; VIDUAL, Marina Belizario de Paiva; OLIVEIRA, Rafael Afonso; YOSHIDA, Helio Mamoru; BORIN, João Paulo; FERNANDES, Paula Teixeira. Ansiedade e desempenho de jogadoras de voleibol em partidas realizadas dentro e fora de casa. *Revista da Educação Física/UEM*, v. 25, n. 4, p. 585-596, 2014.

SMITH, Ronald; SCHUTZ, Robert; SMOLL, Frank; PTACEK, John. Development and Validation of a Multidimensional Measure of Sport-Specific Psychological Skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Champaign, v.17, p. 379-398, 1995.