

FATORES MOTIVACIONAIS RELACIONADOS A PRÁTICA DO TÊNIS AMADOR

Telma Sara Q. Matos¹

RESUMO

O objetivo desse trabalho é investigar, por meio de um questionário, quais as contribuições psicológicas e ambientais que influem na motivação do atleta amador para a prática do tênis de campo na cidade de Uberlândia/MG. O tênis de campo, atualmente, tem encontrado um público adepto ao esporte que vem seguindo uma prática regular dessa modalidade. No entanto as questões de ordem psicológica, no caso específico os fatores motivacionais, nos chamaram a atenção, do por quê essas pessoas praticar o tênis de campo e por qual motivo permanecem nessa prática. A motivação no esporte relaciona-se aos fatores pessoais (intrínsecos) e aos fatores ambientais (extrínsecos), em que ambos possuem relevância salutar no resultado final. Sendo assim, essa investigação deu-se a partir da aplicação de um questionário para 70 atletas amadores na cidade de Uberlândia, com idade entre 20 e 75 anos, cujo tempo de prática constitui-se acima de um ano e seis meses. Utilizou-se como instrumento, o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física. Os resultados informaram que os fatores relacionados à saúde foram os mais relevantes pela maioria dos atletas. Esse apontamento pode ser explicado pelo conhecimento por parte desses esportistas, de informações relacionadas a uma melhor qualidade de vida. As respostas menos escolhidas estavam relacionadas a sensação do repouso, o que para esses atletas amadores poderia configurar em um paradoxo defronte a movimentação exigida pela prática do esporte.

Palavras-Chave: Atletas Amadores. Motivação. Tênis de Campo. Psicologia do Esporte.

¹ Professora Mestre Docente do Curso de Psicologia UEMG/Ituiutaba

INTRODUÇÃO

A prática do tênis de campo tem conquistado um público cada vez mais expressivo nos dias atuais. Entretanto, pode-se constatar que, em determinadas situações, os atletas amadores desconhecem ou não compreendem os aspectos motivacionais que os levam a prática desse esporte. Neste cenário nota-se que questões de ordem emocional, como a motivação desses atletas, aparecem como um quesito importante para esses praticantes. Outros fatores também podem ser observados como as condições ambientais, assim como questões de ordem intrínseca e extrínseca, que podem sugerir possíveis estímulos motivacionais que levam essas pessoas a se interessar pela prática do tênis.

Diante dessa inquietação frente aos fatores motivacionais que levam os atletas amadores a buscar a prática do tênis, surgiu o interesse em investigar, por meio de um questionário, quais as contribuições psicológicas e ambientais que influenciam na motivação das pessoas para a prática o tênis de campo. De acordo com Samulski (1992) verifica-se que a motivação é um constructo caracterizado como um processo ativo, intencional, que pode ser direcionado a uma meta. O nível de motivação de cada um depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos).

O estudo sobre motivação contribui para um melhor entendimento dos processos psicológicos dentro do esporte e da atividade física, além de proporcionar um acúmulo de informações necessárias para a validação das teorias psicológicas. Essas informações podem gerar um conhecimento que permita alterar o ambiente e a motivação dos participantes (VALLERAND, 1998, p.81).

Segundo Nitsch (1985 p.147) “o objetivo e a meta do treinamento psicológico é a modificação dos processos dos estados psíquicos (percepção, pensamento, motivação), ou seja, as bases psíquicas da regulação do movimento. Esta modificação será alcançada com a ajuda de procedimentos psicológicos”. Os objetivos psicológicos podem ser alcançados por meio de técnicas cognitivas, comportamentais e somáticas.

Diante desses elementos, surgiram algumas angústias que justificam a busca por informações por meio de uma análise de um questionário no que se refere à motivação de atletas amadores na prática do tênis. Com esses dados em mãos, pode-se averiguar a predominância ou não de fatores motivacionais intrínsecos ou extrínsecos, ou mesmo ambos, nesses atletas em questão. Este estudo objetiva verificar e compreender quais são os fatores motivacionais que levam os atletas amadores a praticar o tênis de campo na cidade de Uberlândia/MG.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Segundo Vaz (1977) o surgimento do tênis de campo ocorreu no Império Romano. A Escócia foi pioneira na prática desse esporte, que porventura, originou-se a partir do balão Harpasum, um esporte muito praticado pelos romanos, que o levou para os demais espaços mundiais. Adaptado em Basco o Harpastum passou a ser denominado Jeu de Paume, em razão de a bola ser batida com a palma da mão contra o muro. Durante seu trabalho na Índia o major inglês Clopton Wingfield, por solicitação das senhoras inglesas propiciou algumas modificações no jogo, pois, essas demonstraram interesse por esse esporte. De acordo com Salum (1982), esse esporte sofreu algumas alterações como:

Entretanto, antes de 1860, algo similar ao tênis já era praticado, mas foi em 1874 que o Major Wingfield patenteou um *kit* de madeira, que continha um manuscrito com o regulamento, detalhes do então chamado *lawn tennis*, quatro raquetes, rede e algumas bolas. (SALUM, 1982, p. 23).

No início do século XIV, para a prática do esporte os jogadores usavam as mãos nuas, sem qualquer proteção. Com a evolução do esporte, o uso das luvas passou a ser empregado, assim como a utilização das raquetes. Alguns jogadores usavam a madeira com formato de pá, popularmente conhecidas de *battois* que posteriormente recebeu cabo e também cordas traçadas. No auge da Guerra dos Cem Anos, o rei Carlos V relatou que o jogo não

apresentava contribuições para o ofício das armas, com isso, o esporte foi praticamente desaparecido juntamente com a destruição das quadras de tênis.

No Brasil, de acordo com Dumazedier (1980), a prática do tênis teve importante contribuição histórica com a chegada dos imigrantes no país.

O tênis de campo tem uma necessidade numérica para a formação de um time reduzida a no máximo de quatro pessoas. Os imigrantes necessitavam de um número maior de pessoas para jogar futebol e outros esportes, convidando assim os nativos brasileiros para completar o time, enquanto que para o jogo de tênis, apenas um pequeno grupo já era suficiente. (DUMAZEDIER, 1980, p.82).

De acordo com Colozzante (2007), no Brasil, o primeiro clube a iniciar a prática do tênis de campo no país, foi o Club Blitz de Ciclismo no Rio Grande do Sul, sendo que o primeiro torneio aconteceu em 1904, consistindo em um evento interclube envolvendo o São Paulo, o *Tennis Club* de Santos e o Paulistano. Já em 1932, Cruz e Ricardo Pernambucano foram os primeiros brasileiros a participar da *Copa Davis*, que era disputada desde 1900.

Recentemente, após nove anos fora da principal competição, a seleção brasileira de tênis volta à primeira divisão da elite mundial da *Copa Davis*, vencendo a Rússia por 5-0. Competição que foi sediada no Brasil em São José do Rio Preto (SP), vitória concretizada no dia 16/09/2012, pela equipe brasileira então formada pelos atletas: Thomas Belluci, Rogério Dutra Silva, Marcelo Melo e Bruno Soares comandados pelo técnico João Zwetsch.

Semelhante ao futebol e outros esportes, o tênis de campo possui sua expressividade no Brasil, porém difere nas formas como se desenvolveu. Algumas eventualidades fizeram com que o jogo do tênis fosse praticado aquém aos demais esportes, como o alto valor dos materiais em relação a outros esportes, uma das justificativas das dificuldades de socialização e popularização da prática da modalidade.

MOTIVAÇÃO NO TÊNIS

Os autores Weinberg e Gould (2017) apresentam que a motivação para o rendimento no esporte representa a tendência do indivíduo para lutar pelo sucesso, persistir em face do fracasso e experimentar orgulho pelos resultados conseguidos. Esses autores evidenciam que a motivação está relacionada a quantidade de esforços que uma pessoa empreende para dominar uma tarefa, sobressair, superar obstáculos, render mais do que os demais e a orgulhar-se de suas qualidades (WEINBERG; GOULD, 2017).

Para o autor Samulski (1995) a motivação é um conjunto de comportamentos externos e internos:

A motivação pode ser compreendida como um conjunto de fatores comportamentais nos quais os indivíduos objetivam suas metas de acordo com suas características pessoais e aspectos ambientais. (...) é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, a qual depende de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos) e possui uma determinante energética (nível de ativação) e uma de direção de comportamento (intenções, interesses, motivos e metas) (SAMULSKI, 1995, p.3).

Vallerand e Fortier (1998), em seus estudos sobre motivação, relatam que para um melhor entendimento dos processos psicológicos dentro do esporte e da atividade física, além de proporcionar um acúmulo de informações necessárias para a validação das teorias psicológicas, essas informações podem gerar um conhecimento que permita alterar o ambiente e a motivação dos participantes.

A motivação depende da direção, esforço e intensidade despendida na situação em questão. A direção do esforço diz respeito a busca, aproximação ou atração do indivíduo por certas situações. A intensidade, por outro lado, relaciona-se à quantidade de empenho que uma pessoa emprega em umas determinadas circunstâncias que assim o exige (WEINBERG; GOULD, 2017). Portanto, a intensidade que um atleta realiza determinada atividade física está diretamente relacionada com o rendimento, pois, quanto maior for à intensidade maior será a motivação do atleta a praticar determinada modalidade esportiva.

Cruz (1996) relata sobre os principais objetivos para que o atleta amador possa ter êxito em seu rendimento, baseando-se na obtenção de padrões de rendimentos pessoais e desafiadores, oferecendo flexibilidade e controle necessários para os atletas desenvolverem elevada percepção de capacidade pessoal, pensamentos competitivos positivos e níveis mais consistentes de rendimento (CRUZ, 1996; IDEM, 1996C; SAMULSKI, 2002; WEINBERG; GOULD,2017).

Porém Skinner (2003), Psicólogo comportamental, descreve que o comportamento humano pode ser controlado de acordo com a sequência que realiza determinada atividade, ou seja, para ele:

“Qualquer comportamento humano pode ser controlado pela sua consequência. A consequência ou estímulo que se segue a um comportamento faz com que este aumente a sua probabilidade de emissão comportamental, logo, podemos dizer que um indivíduo que se apresenta motivado em praticar AF regular está sendo reforçado positivamente em relação a outro indivíduo não praticante de AF regular. Desta forma se dá importância de alterar a efetividade da consequência (reforço) para fazer com que aumente a probabilidade da emissão comportamental da classe “AF regular” nos indivíduos não praticantes de AF” (SKINNER, 2003, p.27).

Diante esses apontamentos, a motivação pode ser caracterizados como um determinado processo responsável pela intensidade, persistência e direção dos esforços de um indivíduo para contemplar um objetivo específico. A motivação segundo Robbins, Judge e Sobral (2010) é formada por três elementos chaves:

A intensidade refere-se a quanto esforço a pessoa despense, é o elemento ao qual a maioria de nos se refere quando falamos de motivação. Contudo, uma alta intensidade não é capaz de levar a resultados favoráveis de desempenho, a menos que canalizada em uma direção favorável a organização (...) o tipo de esforço que devemos buscar é aquele que vai em direção aos objetivos da organização e que é coerente com esses objetivos. Por fim, a motivação tem uma dimensão de persistência (ROBBINS, JUDGE e SOBRAL, 2010, p.197).

Esse estudo pauta-se nos fatores motivacionais que levam os atletas amadores a praticar o tênis de campo. Para Barbosa (2006), a importância de entender a motivação esportiva, destaca-se como uma variável fundamental para tentar compreender o que leva as pessoas praticar um determinado esporte (BARBOSA, 2006, p.2).

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

De acordo com Lakatos e Marconi (2006, p.157):

“a pesquisa é um procedimento formal, com método de pensamento reflexivo, que requer um tratamento científico e se constitui no caminho para conhecer a realidade ou para descobrir verdades parciais”.

Mesmo com a seleção do método, são necessárias técnicas de pesquisa, que segundo o pensamento dessas autoras é “um conjunto de preceitos ou processos de que se sirva uma ciência ou arte; é a habilidade para usar esses preceitos ou normas, a parte prática. Toda ciência utiliza inúmeras técnicas na obtenção de seus propósitos” (LAKATOS e MARCONI, 2006, p.176).

Nessa investigação em relação aos fatores motivacionais da prática do tênis, foram entrevistados setenta (70) jogadores praticantes do tênis amador. Desses, 46 foram do sexo masculino e 24 do sexo feminino, com faixa etária entre 20 á 75 anos, com tempo de prática superior a um ano e 6 meses. Como instrumento usou-se o Inventário de Motivação á Prática Regular de Atividade Física (BALBINOTTI, 2006). A escolha desse instrumento justifica-se em razão, de sua objetividade e facilidade de aplicação. O inventário é constituído por 27 perguntas de múltipla escolha, divididas em cinco categorias motivacionais: saúde, sociabilidade, competitividade, prazer pessoal e controle de estresse.

A aplicação do instrumento transcorreu primeiramente com a autorização do diretor de esportes de um clube da cidade de Uberlândia. Posteriormente os sujeitos foram informados sobre o objetivo da pesquisa e convidados a participar. Em seguida, entregou-se para os entrevistados o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, o qual foi preenchido, respeitando o sigilo absoluto desses, assim como sua livre e espontânea vontade em participar do estudo.

Os critérios motivacionais, segundo o instrumento Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física segundo Barbosa (2006), é subdivididos em 05 categorias:

1º Categoria - Aspectos Relacionados à Saúde: adquirir saúde, melhorar a saúde, manter a saúde, viver mais e ter índices saudáveis de aptidão física.

2º Categoria- Aspectos Relacionados ao Controle de Estresse: diminuir irritação, ter sensação de repouso, ficar mais tranquilo, realizar-me, diminuir a ansiedade e tirar o estresse mental.

3º Categoria- Aspectos Relacionados ao Prazer Pessoal: ficar com o corpo mais bonito, ficar com o corpo definido, manter o corpo em forma e tornar-me atraente.

4º Categoria- Aspectos Relacionados à Sociabilidade: encontrar amigos, encontrar com outras pessoas, reunir meus amigos, estar com os amigos e fazer novos amigos.

5º Categoria: Aspectos Relacionados à Competitividade: ser campeão no esporte, ganhar prêmios, ganhar dos adversários, competir com os outros, ser o melhor no esporte e concorrer com os outros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

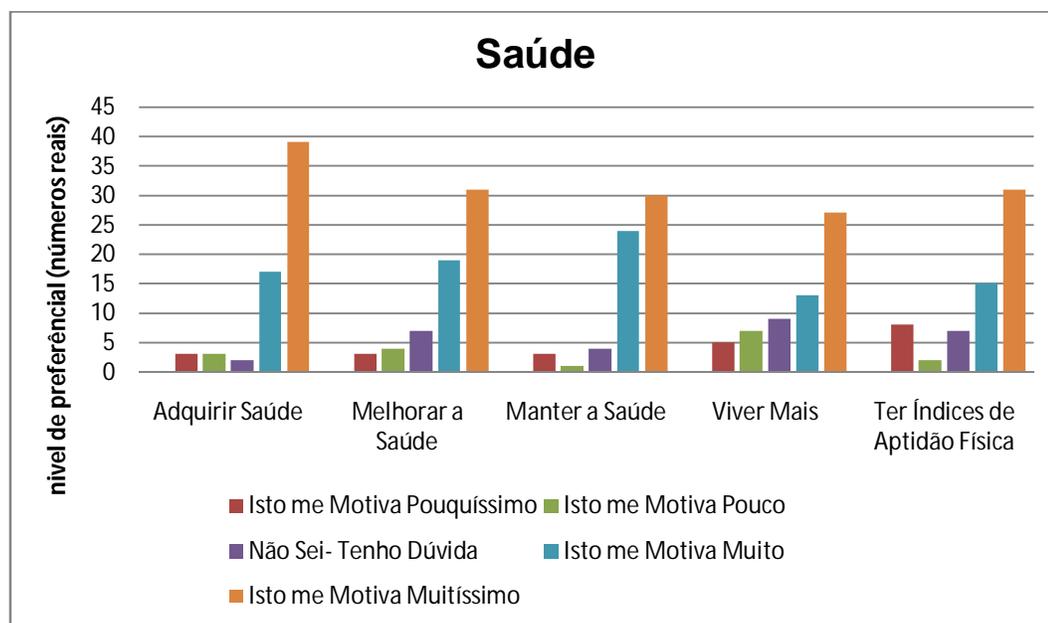
Os resultados serão apresentados por meio de gráficos e discutidos posteriormente, em acordo com o rigor da teoria que embasa esse estudo. Esse trabalho teve como intuito identificar quais os principais estímulos motivacionais que levam as pessoas a se interessar pela prática do tênis. Para verificar esses aspectos motivacionais, foi aplicado aos atletas amadores um instrumento de investigação que possibilitou analisar atletas de diferentes idades, participante de competições amadoras com níveis de competições diversificadas.

Em relação aos resultados obtidos, partir da análise e tabulação dos questionários de motivação evidenciou-se que os atletas amadores estão preocupados com sua saúde (Quadro 01). Entre as categorias que apresentaram maiores índices foram: “adquirir saúde” e “melhorar a saúde”. Em contrapartida, as que apresentaram menor preocupação foram:

“realizar-me” e “ficar mais tranquilo”. Isso pode ser em razão de grande parte dos atletas não ressaltarem a prática do tênis de campo como uma profissão, mas como um entretenimento que lhes garantem boa condição física e hábitos que contribuem para a sua qualidade de vida.

O primeiro quadro (Quadro 01) refere-se à categoria saúde, porém nota-se que os aspectos “adquirir saúde” e “melhorar a saúde” foram os mais evidenciados. Esse é um dos aspectos motivacionais que os atletas priorizam na prática do tênis de campo. Nesse contexto, segundo Interdonato (2008), em relação à categoria saúde, a prioridade está associada com motivações externas e ações educativas que são demonstradas na mídia e na escola que podem influenciar expressivamente na prática esportiva dessa modalidade.

Quadro 1: Aspectos Relacionados à Saúde



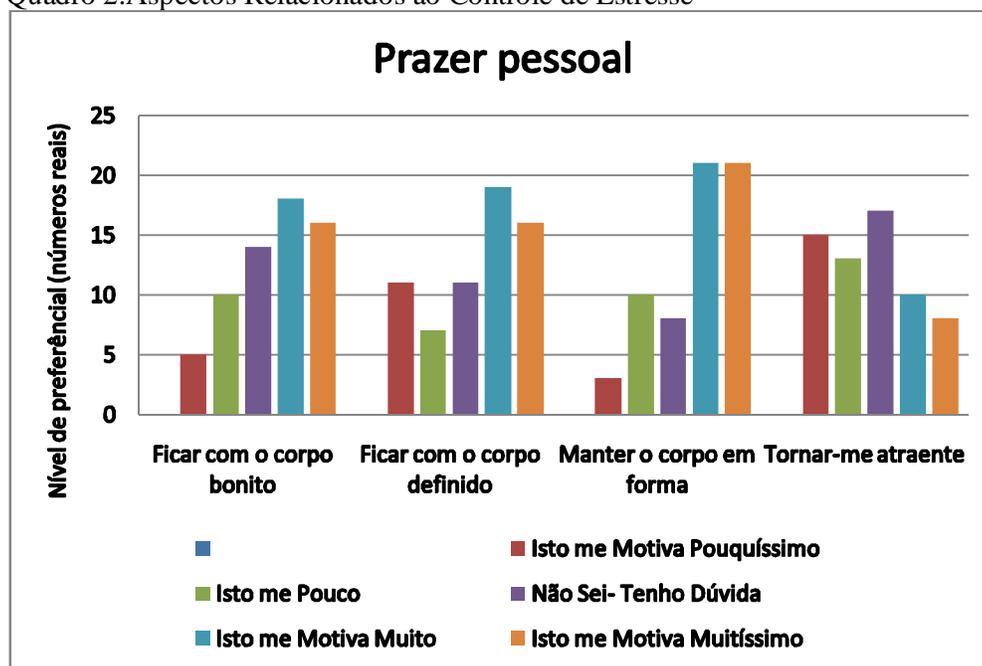
Fonte: elaborado pela autora

Percebe-se que neste primeiro quadro o quesito “Adquirir saúde” configura-se um fator motivacional predominante desse quesito.

No segundo quadro (Quadro 02) sobre a categoria prazer pessoal, verificou-se que os aspectos “manter o corpo em forma” e “ficar com o corpo definido”, foram os mais

relevantes. Essas constatações podem inferir que a prática esportiva do tênis amador, orientada por um profissional específico, qualificado, pode auxiliar o praticante a melhorar sua forma física, principalmente se realizada de maneira regular. Em contrapartida, Rebelo (2009) afirma que apesar de uma alta relação da competição com a motivação, os praticantes aderem aos treinamentos principalmente pelo fato de sentirem prazer ao praticar a atividade esportiva.

Quadro 2: Aspectos Relacionados ao Controle de Estresse



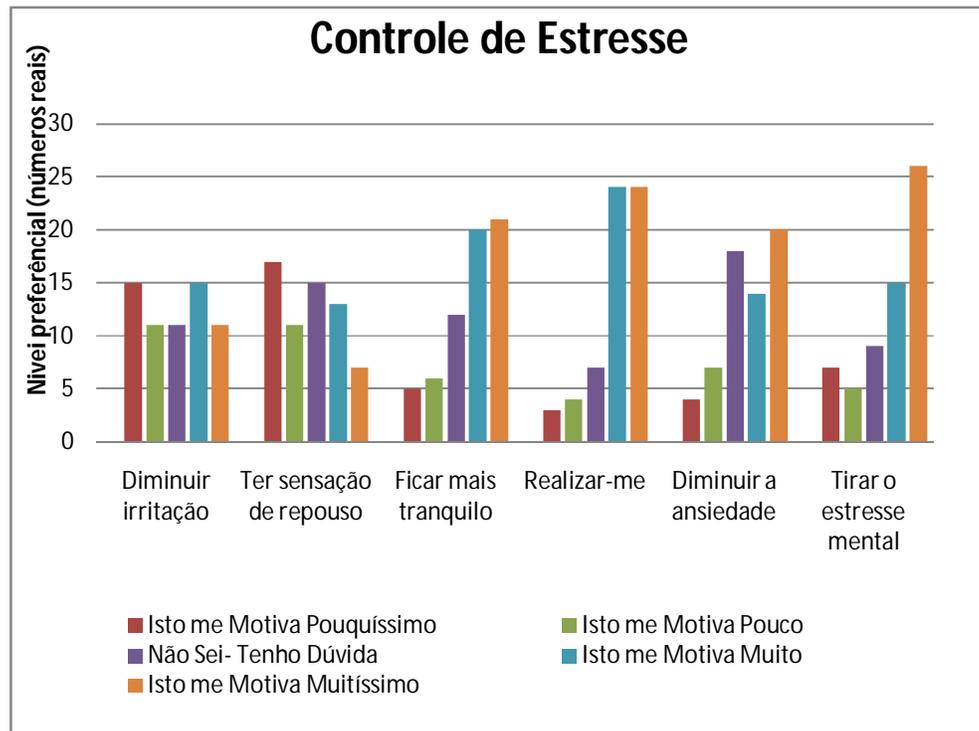
Fonte: elaborado pela autora

Pode-se verificar, de acordo com análise do Quadro 02, que o quesito “Manter o corpo em forma” destacou a alternativa *isto me motiva muitíssimo* e *isto me motiva muito* em relevância superior aos demais quesitos.

O Quadro (03) trouxe como informação *Tirar o estresse mental*, com um elevado índice na resposta. Verifica-se que de acordo com as repostas obtidas, houve um menor índice nos aspectos relacionados a “*realizar-me*” e “*ter sensação de repouso*”, que pode ser em

razão do tênis ser um esporte que exige agilidade e esforço do atleta amador e que para esse tornar-se profissional, o que não é o caso, os mesmos teriam que dedicar-se á nível de atleta de alto rendimento. Porém os aspectos mais priorizados “*tirar o estresse mental*” e “*diminuir a ansiedade*”, se deve principalmente em razão dos atletas amadores, perceberem na prática do tênis, uma atividade diferenciada do seu cotidiano, possibilitando a esses uma alternativa de amenizar o estresse psicológico que está associado com as diversas atividades que realizam no decorrer de suas atividades de vida diária. Prieto (2010) enfatiza que o estresse não apresenta somente aspectos negativos, pois, o aumento da adrenalina melhora o desempenho físico e intelectual de maneira significativa, quando esse é usado de maneira correta, auxilia as pessoas a superar desafios. Sendo assim, pode ser que quando os jogadores praticam o tênis frequentemente, esse esporte propicia uma alternativa para atenuar o estresse, visando bem estar, tornando um fator positivo para a saúde e para a qualidade de vida.

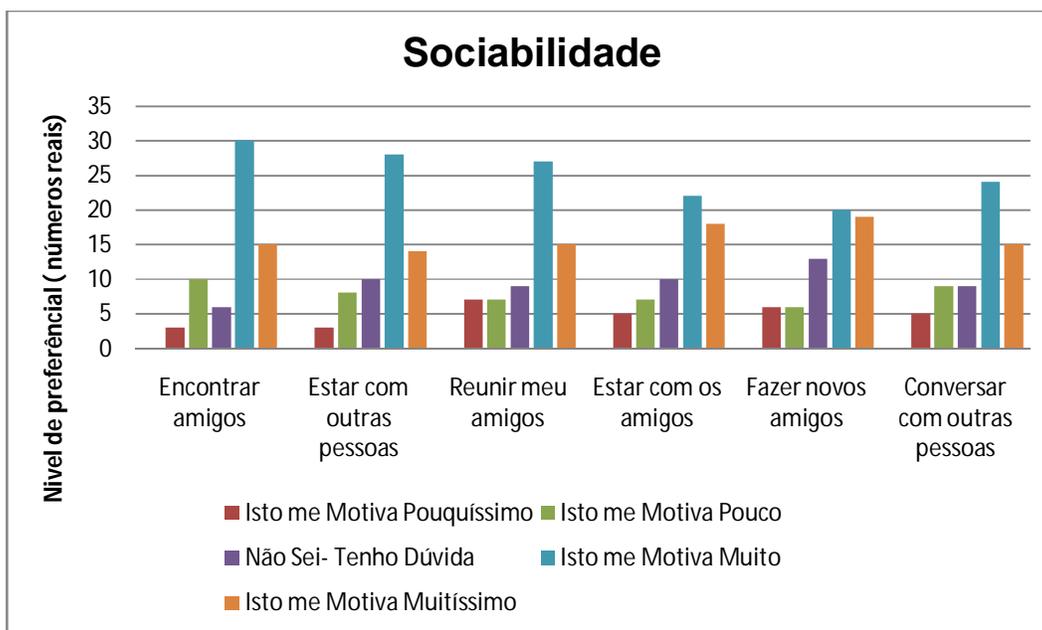
Quadro 3: Aspectos Relacionados ao Prazer Pessoal



Fonte: elaborado pela autora

Mediante as observações do quarto quadro, sobre a categoria sociabilidade, constatou-se que os aspectos mais expressivos referem-se a “*fazer novos amigos*” e “*estar com os amigos*”. Esses apontamentos são indícios de que esses atletas amadores encontram na prática do tênis uma maneira de ampliarem seu convívio pessoal e social com outras pessoas. Fiorese (1993) realiza uma abordagem similar com a do presente trabalho, em que constata que esses dados relacionam a importância de uma prática esportiva no intuito de propiciar o contato saudável entre as pessoas para que esses criem laços mútuos de afetividade.

Quadro 4: Aspectos Relacionados á Sociabilidade

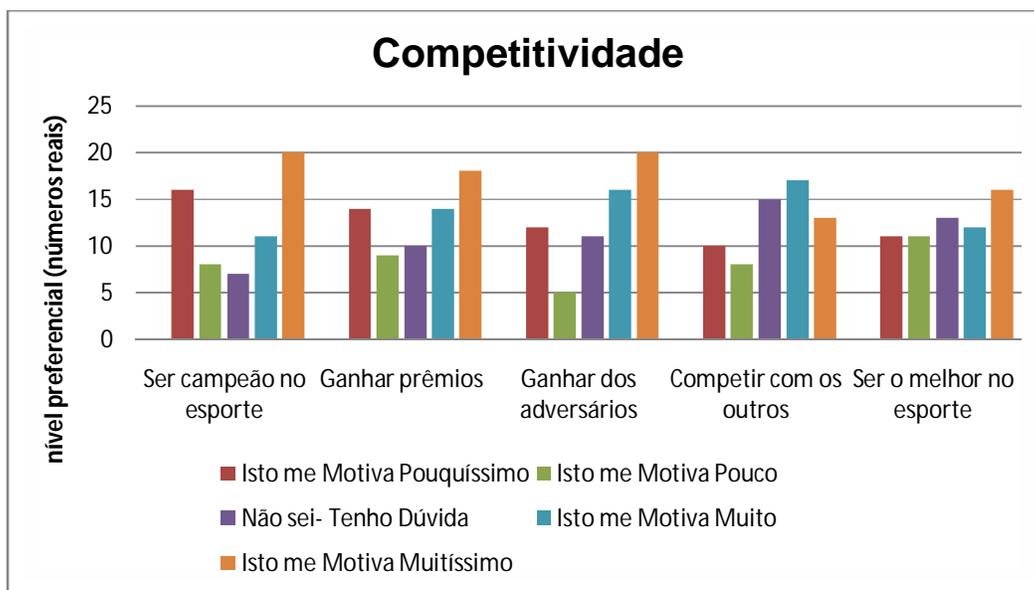


Fonte: elaborado pela autora

Diante as análises desse quadro 4, nota-se que em todas as categorias referente aos aspectos sociabilidade sobressaíram em relação aos outros aos demais quesitos.

Nessa quinta categoria referente ao (Quadro 5) na análise sobre a competitividade, verificou-se que os atletas amadores, em maioria, praticam o tênis com o objetivo de ser “campeão no esporte” ou “ganhar dos adversários”, isto deve-se pelo fato da sensação satisfatória em ganhar determinada partida. Sendo assim, em acordo com o trabalho desenvolvido por Paim e Strey (2004), adolescentes do sexo masculino, praticantes de futebol em escolinhas de iniciação desportiva fora da escola, consideram a prática dessa modalidade como fator motivacional, principalmente relacionado aos aspectos competitivos e desafiadores do jogo.

Aspectos Relacionados á Competitividade



Fonte: elaborado pela autora

Já neste quadro referente à Competitividade evidencia-se que os resultados obtiveram certa regularidade entre as diversas alternativas entretanto, em relação ao aspecto “ser campeão no esporte”, o item isto me motiva muitíssimo teve grande nível preferencial.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se perceber por meio o desse estudo, que para os atletas amadores entrevistados, os fatores relacionados á saúde foram os mais denotados. Esses apontamentos podem ser explicados pelo conhecimento por parte desses esportistas, de informações relacionadas a uma melhor qualidade de vida. As respostas menos escolhidas estavam relacionadas à sensação do repouso, o que para esses atletas amadores poderia configurar em um paradoxo defronte a movimentação exigida pela prática do esporte.

Os fatores motivacionais presentes nesse estudo, relaciona-se no sentido de fazer com que os participantes do "jogo", no caso os atletas de tênis amador, percebam e saibam

identificar as interferências internas, que influenciam na elaboração do seu próprio autoconceito.

Nas palavras de Moreno (2007) considerando as questões sociais, podemos esperar que esse trabalho possa auxiliar técnicos, professores e jogadores a uma melhor compreensão do desempenho de tenistas amadores, bem como as diversas variáveis presentes em um jogo de Tênis dessa categoria, podendo fornecer subsídios para uma intervenção mais eficiente e, conseqüentemente, obter resultados mais condizentes com as capacidades reais desses atletas amadores.

Acredita-se que essa investigação possa elucidar aos atletas amadores e profissionais, que buscam a excelência esportiva, o essencial conhecimento da área da Psicologia do Esporte, bem como relevância da presença do profissional dessa área, que deve ser incorporado a academias, clubes e agremiações esportivas, com o desígnio de contribuir no processo de melhor atuação, ofertando aos atletas aportes para que os esses consigam contemplar suas metas e seus objetivos.

REFERÊNCIAS

BALBINOTTI MAA, Barbosa MLL. **Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividades Físicas (IMPRAF – 126)**. 2006. Laboratório de Psicologia do Esporte – Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre, 2006.

BARBOSA, M. L. **Propriedades métricas do inventário de motivação à prática regular de atividade física (IMPRAF-126)**. 2006. 140 f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Ciência do Movimento Humano) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2006.

CRUZ, J. F. Motivação para a prática e competição desportiva. In J. F. Cruz (Ed.), **Manual de Psicologia do Desporto**. 1996. p. 305-331.

COLOZZANTE, R. **Modelação competitiva do tempo de estímulo e pausa, deslocamentos e fundamentos realizados por tenistas participantes de torneios futuros**. Piracicaba, 2007.

DUMAZEDIER, J. **Valores e conteúdos culturais do lazer**. São Paulo: SESC, 1980.

FIGLIANO, L. **A relação entre a percepção de competência de atletas adolescentes e seus motivos para a prática esportiva.** 1993. 87 f. Dissertação (Mestrado em Ciência do Movimento Humano) – Centro de Educação Física e Desportos, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 1993.

INTERDONATO, G. (org). Fatores motivacionais de Atletas para a Prática Esportiva. **Motriz**, Rio Claro, v.14 n. 1 p.63-66, jan/mar.2008.

LAKATOS, E.M. e MARCONI, M.A. **Metodologia Científica.** 4ªed. Revista ampliada. São Paulo. Atlas, 2006.

MORENO, R. M. **Auto-eficácia de tenistas e desempenho esportivo: perspectivas da psicologia do esporte.** Dissertação (Mestrado em Instituto de Biociências) Câmpus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, 2007.

NITSCH, J. R. Psychoregulative Training im Leistungssport. In: GABLER, H. et al. (Eds.). **Psychologie, Diagnostik und Beratung in Leistungssport.** Frankfurt: Deutscher Sportbund, 1985.p. 145- 174.

PAIM, M. C. C.; STREY, M. N. Los vínculos generificados con el futbol en el imaginario de adolescentes. In: Congreso de la Federación Latino-americana de Psicoterapia Analítica de Grupo, 16.; Congreso de La Asociación Mexicana de PSICOTERAPIA ANALÍTICA DE GRUPO 10., 2004, Guadalajara. **Anais.** Guadalajara: Federación Latinoamericana de Psicoterapia Analítica de Grupo y Asociación Mexicana de Psicoterapia Analítica de Grupo, 2004. p.475-482.

PRIETO, M. A. S. **A influência de controle do estresse nas relações interpessoais no trabalho.** Tese apresentada ao Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Psicologia do centro de ciência da vida – PUC Campinas 2010, p.207.

REBELO, M.G. **Motivação: Um Estudo realizado com a equipe de futebol masculino da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.** 2009. 30 f. Dissertação (Trabalho de Conclusão de Curso- Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2009.

SALUM, C. **El tenis en la escuela.** Stadium.1987. TÊNIS VIRTUAL: O site do tênis. Disponível em: <http://www.tenisvirtual.com.br/09/2012/festa-brasileira-em-sao-jose-do-rio-preto/> Acesso em 12 de out. 2012.

Samulski, D. *Psicologia do Esporte.* Belo Horizonte: Imprensa Universitária/UFMG, 1992.

Samulski, D (1995). Motivação. Em D. Samulski. *Psicologia do esporte: teoria e aplicação prática.* Belo Horizonte. Imprensa Universitária/ UFMG.

SAMULSKI, D. *Psicologia do esporte.* Barueri - SP: Manole, 2002.

SKINNER, B. F. **Ciência e Comportamento Humano.** São Paulo: Martins Fontes, 1971, 2003.

VALLERAND, R. J.; FORTIER, M. S. Measurement of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport and Physical Activity: A Review and Critique. In: DUDA, J. L. **Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement. Purdue University**: Book Crafters, 1998; p. 81-101.

VAZ, F. **ABS do Tênis**. Lisboa: Editora Presença, 1977.

WEINBERG, R., & GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia aplicada ao exercício e ao esporte**. Porto Alegre: ARTMED. 6 ed. 2017.