



## NÍVEL DE ANSIEDADE PRÉ-APRESENTAÇÃO DE DANÇA AÉREA

Evelin Carla Coelho (GPCCL); Paula Carolina Teixeira Marroni (PPE/UEM – GETSEAM – CAPES)

---

### RESUMO

Esta pesquisa objetiva analisar o nível de ansiedade-estado de bailarinas antes de apresentações de Dança Aérea. Paralelamente, ela busca contribuir para a construção do conhecimento sobre a relação da ansiedade pré-apresentação, identificando os sintomas típicos de ansiedade, e compreendendo qual estado de ansiedade se revela freqüente em aerialistas de Dança Aérea. A pesquisa foi realizada na cidade de Maringá-PR, durante uma mostra de Dança Aérea no ano de 2011. A amostra foi constituída por 16 indivíduos, de níveis iniciante, intermediário e avançado, sendo todos do gênero feminino, com idade cronológica variando entre 07 e 22 anos. O momento da avaliação foi antes de iniciar a apresentação na Mostra de Dança Aérea. Foi administrado aos aerialistas como instrumento de pesquisa a Escala de Ansiedade Esportiva SAS-2 (SMITH et al., 2006), com itens que verificam o nível de ansiedade-estado cognitiva, ansiedade-estado somática e desvio de concentração. Os dados coletados foram analisados por intermédio de estatística descritiva (média e desvio padrão), apresentados por meio de tabela para visualização e exposição das observações. Concluiu-se que aerialistas apresentam ansiedade estado por ocasião da apresentação de Dança Aérea, sendo a ansiedade cognitiva a mais elevada, revelando preocupações antes das apresentações.

Palavras-chave: Dança Aérea, tecido circense e ansiedade estado.

---

### INTRODUÇÃO

A Dança Aérea é uma modalidade presente na mídia, desenvolvida em circos, academias, escolas, entre outros. Verifica-se que ela pode ser trabalhada de acordo com o interesse pessoal do praticante, tomando outros caminhos e abordagens, dentro e fora do contexto circense (BATISTA, 2004; BORTOLETTO, 2008). Neste contexto uma das diversas formas de expressão corporal que encontramos no circo são as denominadas Artes Aéreas, sendo o Tecido Circense uma delas, hoje conhecido também como Dança Aérea (MARRONI, 2009).

A possível origem da prática advém das transformações nas formas de expressão artística, sendo difundida no Circo Moderno. Bolognesi (2001) relata que o circo manifestava sua predileção pelo risco e pelo impossível, como quando um aerialista em seu desempenho realizava uma queda proporcionando ao público suspense, calafrio, seguido de sua superação. Ela pode ser compreendida em diferentes formas, tanto físicas quanto psicológicas, já que em apresentações possui movimentos dançantes, coreografados com ampla expressividade e encanto, fascinando o público ao ver corpos suspensos voando. Como praticantes de dança aérea e atividades circenses foi possível constatar a redução gradativa da ansiedade em aerialistas, gerando o interesse em pesquisar sobre o nível de ansiedade dos praticantes de Dança Aérea.

Para Schmidt et al. (2001) a prática deve considerar alguns fatores, como pressão de tempo, platéia, demandas de estratégias e possíveis distrações, corroborando com Weinberg e

Gould (2008) e Cordioli (1998), que salientam a importância dada para determinado evento, o grau de incerteza que o indivíduo tem em relação ao resultado ou aos sentimentos e as avaliações dos outros, são fatores geradores de ansiedade, que pode ser prejudiciais ao rendimento. A modalidade em questão exige um elevado controle do nível de ansiedade devido às elevadas exigências técnicas, de força, conhecimento corporal, uma vez que “[...] o praticante sobe apenas com sua força e com técnica para prender o corpo no tecido, e quando está no alto realiza contorções, poses, quedas, travas, nós” (BATISTA, 2004 p.38).

A partir destas considerações, o objetivo deste trabalho é identificar quais os sintomas que a ansiedade-estado pode trazer ao praticante antes de apresentações; e compreender o estado de ansiedade que se revela frequente em aerialistas de Dança Aérea.

## **METODOLOGIA**

A pesquisa caracteriza-se como Descritiva (GIL, 2006). A população do presente estudo foi composta por 16 indivíduos, do sexo feminino, com idade cronológica variando entre 07 e 22 anos, matriculadas em uma escola de ballet localizada na cidade de Maringá – Paraná. O instrumento de pesquisa foi a Escala de Ansiedade Esportiva (Sport State Anxiety Scale – 2), de Smith et al. (2006) traduzido e adaptado por Marroni (2009). O autor disponibiliza o teste como sendo válido tanto para adultos quanto para crianças. Com pontuação de 1(um) a 4 (quatro), sendo a 1 menor intensidade e 4 maior intensidade, composto 15 (quinze) questões, avaliando as dimensões de Ansiedade Cognitiva, Ansiedade Somática e Concentração.

A apresentação foi realizada no dia 31 de julho de 2011 as 17 hrs, no Teatro Reviver da cidade de Maringá-Paraná. Os pais foram comunicados do espetáculo por meio de bilhete, autorizando ou não sua filha de se apresentar, bem como a realizar o teste por meio de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. As apresentações foram compostas por 5 (cinco) solos, entre eles aerialistas de nível iniciante e intermediário, 2 (duas) apresentações de dupla, ambas de nível iniciante, 1(um) trio de nível avançado e 1 (um) grupo de nível iniciante. O espetáculo todo teve 50 minutos de duração. Cada aerialista apresentou somente uma coreografia.

As participantes compareceram duas horas antes do início do espetáculo, permitindo um último ensaio de cada coreografia, maquiagem e idumentária adequadas para a apresentação, concentração e aplicação da Escala de Ansiedade Esportiva (SAS-2). Os dados foram tabulados conforme indicação do teste e analisados por meio de estatística descritiva (média e desvio padrão).

## **RESULTADOS**

Com base nos dados coletados através da aplicação da Escala de Ansiedade Esportiva (SAS-2) (SMITH et al., 2006 adaptado por MARRONI, 2009) para medir os índices de ansiedade, foi possível construir duas tabelas.

**Tabela 01.** Resultados da Escala da Ansiedade Esportiva (SAS-2) (SMITH et al., 2006) traduzido e adaptado por Marroni (2009).

<b>Sujeitos</b>	<b>Cognitiva</b>	<b>Somática</b>	<b>D.C</b>	<b>Total</b>
Sujeito 1	07	10	10	<b>27</b>
Sujeito 2	12	18	13	<b>43</b>
Sujeito 3	13	10	07	<b>30</b>
Sujeito 4	20	16	10	<b>46</b>
Sujeito 5	19	09	08	<b>36</b>
Sujeito 6	09	16	07	<b>34</b>
Sujeito 7	10	08	06	<b>24</b>
Sujeito 8	14	06	10	<b>30</b>
Sujeito 9	20	19	17	<b>56</b>
Sujeito 10	20	11	18	<b>49</b>
Sujeito 11	18	17	09	<b>44</b>
Sujeito 12	16	15	12	<b>43</b>
Sujeito 13	17	14	13	<b>44</b>
Sujeito 14	15	09	06	<b>30</b>
Sujeito 15	18	13	11	<b>42</b>
Sujeito 16	13	10	07	<b>30</b>

A Tabela 01 apresenta os resultados separadamente para cada sujeito e seus resultados da escala de ansiedade-estado. Comparando-se com a Tabela 02, observa-se relativamente aos valores gerais e desvio padrão, sendo verificado que a ansiedade cognitiva obteve valores mais elevados.

**Tabela 02.** Média e Desvio Padrão por escala do teste SAS-2 (SMITH et al., 2006) traduzido e adaptado por Marroni (2009).

<b>Escala</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>
<b>Cognitiva</b>	15.0625	13
<b>Somática</b>	12.5625	13
<b>D. C.</b>	10.25	12
<b>Total</b>	38	4.8125

Observando-se a Tabela 02, verificou-se que os valores médios e desvio padrão de ansiedade cognitiva é maior e igual as somas de ansiedade somática e desvio de concentração, pois mesmo o desvio padrão da ansiedade cognitiva e somática terem mesmo valor, a média dos mesmos são diferentes, tendo 15.0625 o valor de ansiedade cognitiva e 12.5625 de ansiedade somática, e ambas se diferenciado do valor médio e devio padrão de desvio de concentração.

Conforme a média da ansiedade cognitiva, pode-se verificar na Tabela 01, que o sujeito 14 apresenta o nível de ansiedade na média obtendo 15 pontos referentes a ansiedade cognitiva. Analisado em contexto, durante as aulas o sujeito 14 se mostra sempre atento, além da auto-cobrança nas execuções dos movimentos. Pode ser que, por este motivo tal sujeito se sente preparado. Em estudo realizado por Marroni (2009) envolvendo ansiedade e percepção de competência, a autora revela que quanto mais alta a percepção de competência de um individuo, mais tranquilo ele se comportará frente a desafios.

Observa-se que, de forma inversa, sujeito 01, que qualitativamente chegou mais tarde que todos os outros no lugar onde seria sua primeira apresentação de dança aérea. No período de ensaio se ausentou da aula por uma semana, apresentando grandes dificuldades na execução da coreografia durante as aulas. Ainda assim possui baixa média de ansiedade cognitiva, somando

07 pontos. Caetano e Santos (2007) ao considerar o indivíduo ativo na concretização de seu próprio aprendizado, afirmam que fatores como percepções pessoais, crenças, valores, personalidade e pré-concepções influenciam e condicionam seu comportamento, logo o envolvimento do aluno com a tarefa.

Os sujeitos 04, 09 e 10 apresentaram maior ansiedade cognitiva completando 20 pontos (pontuação máxima). O sujeito 04 permaneceu praticamente todo o tempo quieto e mencionou a algumas colegas que estava nervosa. Em aula se desenvolve e com grande potencial, já havia realizado performances de dança aérea em outros locais e sua apresentação era individual. Os sujeitos 09 e 10 são os de menor idade, apresentavam como dupla, as duas permaneceram no camarim e foi possível percebê-las agitadas, talvez por ser sua primeira apresentação de dança aérea ou por estarem pela primeira vez em um teatro, lugar diferente do que era realizado os ensaios. Ferreira (2006) ao citar Corneya e Carron (1992) afirma que a localização da performance pode influenciar os estados psicológicos críticos e os estados comportamentais críticos os quais por sua vez, parecem estar relacionados com as consequências observadas no desempenho dos atletas, pois realizar uma performance num ambiente desconhecido, sob um público, poderia levar a um aumento da ansiedade geral e um possível comprometimento do seu desempenho.

Referindo-se a Ansiedade Somática, o sujeito na média, foi o sujeito 10 apresentando 11 pontos, este mesmo sujeito, foi mencionado quanto tratando de Ansiedade cognitiva, apresentando pontuação máxima. Deste modo pode-se observar que nem sempre um indivíduo com ansiedade cognitiva apresenta ansiedade somática equivalente. Cruz (1996) afirma que pode haver diferenças entre as dimensões da ansiedade. Neste sentido, Ferreira (2006) relata que a premissa básica de uma conceituação multidimensional da ansiedade é que as componentes da ansiedade (cognitiva e somática) são independentes porque têm diferentes antecedentes e consequências que influenciam o rendimento de forma distinta.

A média mais baixa de ansiedade somática quem obteve foi o sujeito 08 com apenas 06 pontos, sendo o mínimo 04 pontos. Tal sujeito se apresentava pela primeira vez e embora apresentando um nível médio baixo de ansiedade somática, a todo instante questionava a professora se ela estaria por perto durante a apresentação, dizendo a mesma para olhá-la todo o tempo enquanto estivesse apresentando. A confiança na professora pode estar ligada aos reforços apresentados durante as aulas, já que a sensibilidade e experiência do professor é fundamental (BORTOLETO, 2008), para escalar variáveis da tarefa, dificultando-a ou facilitando-a (MANOEL, 2005).

O sujeito 09 apresentou um nível elevado de ansiedade somática, praticamente com mesma pontuação que apresentou em ansiedade cognitiva, somando 19 pontos. Pontuação esta elevada, podendo levar o sujeito a tomar decisões extremas como, por exemplo, desistir da apresentação, como talvez, desistir de praticar a modalidade. Weinberg e Gould (2008) comentam que atletas que passam por experiências que interpretam como negativa ou desastrosa, podem

algumas vezes abster-se da prática, se julgando incapazes de enfrentar e lidarem de forma eficaz com as exigências estabelecidas.

Em relação a desvio de concentração, os sujeitos 01, 04, 08 e 15 apresentaram nível de concentração na média. Sendo que os sujeitos 01, 04 e 08 somaram 10 pontos e o sujeito 15 em cima da média com 11 pontos. Dentre os quatro sujeitos apenas o sujeito 04 já tinha experiência em apresentações de Dança Aérea e o único que realizou apresentação solo. Exceto o sujeito 01, os outros três apresentavam ansiedade cognitiva significativamente alta, nos levando a pensar que pode ser por este motivo que se verificou certo grau de desvio de concentração, já que Ferreira (2006) ao citar Martens (1990) comenta que determinado grau de ansiedade cognitiva pode também apresentar incapacidade para se concentrar e atenção desruptiva.

Os sujeitos que apresentaram maior grau de concentração foram os sujeitos 07 e 14, com valor igual a 06 pontos. Tais sujeitos eram os menos propícios a acontecer algum imprevisto, como nós (ficar preso no tecido) ou cair do tecido. O sujeito 07 já tinha passado por outras experiências de apresentações de dança aérea, no entanto sempre apresentou em grupo, desta vez apresentou solo, diferente do sujeito 14 que apresentava em grupo sendo sua primeira apresentação da modalidade.

O sujeito com menor grau de concentração foi o sujeito 10, com 18 pontos, resultando em alto nível de desvio de concentração, esse mesmo sujeito foi o que apresentou alto nível de ansiedade cognitiva e médio nível de ansiedade somática. Com isso, pode-se dizer que tal sujeito é o mais propício a se prender no tecido com nós, se lesionar ou até cair. Marroni (2009) destaca que a concentração é fator primordial durante a prática de Dança aérea. Dentro da aula é necessário uma disciplina, principalmente quanto a atenção destinada as execuções dos truques, Marroni (2009) descreve que durante as aulas os praticantes não devem ter conversas paralelas, pois podem não prestar atenção para que lado o tecido é colocado e errar o truque.

## **CONCLUSÕES**

De acordo com os resultados obtidos foi possível verificar que praticantes de dança aérea apresentam certo grau de ansiedade estado, ansiedade está presente em determinados momentos e circunstancias, podendo ou não ter relação com a ansiedade traço (decorrente da personalidade de cada individuo) e por ocasião da apresentação de Dança Aérea. Para este grupo, a preocupação presente na ansiedade cognitiva foi a dimensão onde os praticantes de dança aérea mostraram valores médios mais elevados. Com isso sugere-se que um trabalho de autoconfiança e percepção de competência seja feito pelos professores, técnicos ou treinadores. Para Weinberg e Gould (2008) as causas da ansiedade que antecedem uma performance são incertezas e a importância atribuída ao resultado. Conforme afirmam os autores, são inúmeras as causas para que essa incerteza ocorra. Porém, indicam que os treinadores poder ser os maiores incentivadores para a existência desta ansiedade, motivando seus atletas deixando-os inseguros e, portanto tornando-os ansiosos.

A literatura mostra que estudos sistemáticos sobre ansiedade em modalidades esportivas têm apresentado um crescimento significativo no mundo científico. Tendo em vista que o mesmo não ocorre na área do circo, da dança ou da dança aérea, sugere-se, portanto, para estudos futuros, o desenvolvimento de testes mais específicos para essas áreas.

---

## ANXIETY LEVEL OF AERIAL DANCE PRE-PRESENTATION

### ABSTRACT

This research aims to analyze the level of state-anxiety dancers before Air Dance performances. At the same time, it seeks to contribute to the construction of knowledge about the relationship of the pre-performance anxiety, identifying the typical anxiety symptoms, and understanding that state of anxiety is revealed frequent in aerialists Air Dance. The survey was conducted in the city of Maringá-PR, during a show of Air Dance in 2011. The sample consisted of 16 individuals, from beginner, intermediate and advanced levels of practice, and all females with chronological age ranging from 07 and 22 years. The timing of the evaluation was before starting the presentation at the Air Show Dance. It has been administered to aerialists as a research tool Anxiety Scale Sports SAS-2 (SMITH et al., 2006), with items that verify the level of cognitive state anxiety, somatic state anxiety and misuse of concentration. Data were analyzed by descriptive statistics (mean and standard deviation), presented by table for viewing and display the comments. It was concluded that these aerialists present state anxiety during the presentation of Air Dance, with the highest cognitive anxiety, revealing concerns before the presentations.

Keywords: Air Dance, circus tissue and anxiety state.

---

### REFERÊNCIAS

BATISTA, N. S. **O Tecido como manifestação da cultura corporal e circense: fundamentos técnicos e metodológicos**. Monografia apresentada ao curso de Educação Física da UEM, como requisito para a obtenção do título de licenciatura, orientada pela prof<sup>a</sup> Ms. Telma Adriana Pacífico Martinelli. Maringá, 2004. 108 p.

BOLOGNESI, M. F. **O corpo como princípio**. In *Transformação – revista de filosofia*. São Paulo, Editora da UNESP, 2001 (p.101-112).

BORTOLETTO, M. A.C. **Introdução à Pedagogia das Artes Circenses**. Jundiaí, SP. Fontoura, 2008. 272 p.

CAETANO, A.; SANTOS, J. H. O tempo de envolvimento motor de alunos com baixa e alta percepção de competência nas aulas de Educação Física. **Revista da Educação Física UEM**. Maringá, UEM/DEF, v. 18, supl. p. 28-31, 2007.

CORDIOLI, A. V. **Psicoterapias: abordagens atuais**. 2. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998. 493p.

CRUZ, J. **Stress e ansiedade na competição desportiva: Natureza, efeitos e avaliação**. In *Manual de Psicologia do Desporto*. Universidade do Minho: Instituto de Educação e Psicologia. 1996, p. 215-255

FERREIRA, E. M. R. S. **O estado de ansiedade pré-competitiva e autoconfiança**. Dissertação de Mestrado em Ciências do desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, Porto. 2006, 75 p.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo, SP: Atlas, 2006. 175 p.

MARRONI, P. C. T. **Tecido Circense: A influência de um programa de intervenção motora no desenvolvimento motor, percepção de competência e ansiedade de crianças.** 2009. 206f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Centro de Ciências da Saúde. Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2009. 205 p.

MANOEL, E. J. Desenvolvimento Motor: Padrões em mudanças, Complexidade Crescente. **Revista Paulista de Educação Física.** São Paulo, supl. 3 p. 35-54, 2005.

SCHMIDT, R. A.; PETERSEN, R. D. S.; WRISBERG, Craig A. **Aprendizagem e performance motora:** uma abordagem da aprendizagem baseada no problema. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001. 352 p

SMITH, R. E.; SMOLL, F. L.; CUMMING, S. P.; GROSSBARD, J. R. – **Measurement of multidimensional Sport Performance Anxiety in Children and Adults: The Sport Anxiety Scale-2.** Journal of Sport & Exercise Psychology, 2006, 28, p. 479-501

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício.** 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008. 624