

RESUMO

Esta dissertação apresenta dois artigos sobre a atuação em um Projeto Social de Futebol, Futuro Re2ondo (Bicas-MG), fundamentados na Psicologia Social do Esporte, visando compreender o esporte como ferramenta para cidadania e transformação social. O primeiro artigo repensa as concepções de juventude e cidadania no esporte educacional, propondo um modelo de atuação que legitima jovens como promotores socioculturais, rompendo com a visão da adolescência como etapa de inexistência social/política. Amparada pela Psicologia Social do Esporte e Pedagogia da Ternura, o relato da prática contribui para a legitimação dos jovens como sujeitos de pensamento que podem afetar suas próprias realidades. O segundo artigo resulta da práxis construída no primeiro e teve por objetivo a construção do saber científico em resposta às demandas de ansiedade-estado pré-competitiva constatadas na categoria sub-15. Um estudo de caso com 20 adolescentes (13-15 anos) investigou se baixa flexibilidade cognitiva implicaria em maior ansiedade-estado pré-competitiva por meio de uma coleta de dados com instrumentos de flexibilidade cognitiva (WCST) e ansiedade-estado pré-competitiva (CSAI-2R), realização de entrevista semiestruturada e aferição da variabilidade da frequência cardíaca. A amostra demonstrou flexibilidade mental preservada (mediana acima do escore T 50) e ansiedade cognitiva/somática similar a atletas brasileiros entre 16-52 anos. Contudo, houve uma correlação positiva entre ansiedade cognitiva e erros perseverativos (EP; $\rho = 0,40$, $p = 0,04$) e respostas perseverativas (RP; $\rho = 0,42$, $p = 0,03$) no WCST. Em grupos de alta ($n=10$) vs. baixa ($n=10$) ansiedade cognitiva, o primeiro exibiu maior RP ($26,0 \pm 18,4$ x $13,6 \pm 8,7$; $p < 0,05$) e EP ($22,9 \pm 15,5$ x $12,6 \pm 7,8$, $p < 0,05$). Uma redução da potência de alta frequência (HF, ms²) ($p = 0,009$; $n = 19$) indicou menor atividade cardiovagal após a evocação de situações ansiolíticas elencadas previamente pelos participantes e registradas durante um jogo amistoso. Os dados apontaram uma lacuna no CSAI-2R, já que os agentes ansiogênicos externos apontados pelos participantes (i.e., decisões do juiz e cobrança dos colegas/treinador) e evocados na entrevista após jogo não podem ser captados pelo instrumento. A pesquisa sugere intervenções para aprimorar recursos de enfrentamento focados na ansiedade cognitiva por comunicação externa agressiva/injusta, promovendo autonomia juvenil na regulação emocional e no protagonismo social.

Palavras-chave: protagonismo juvenil; cidadania; psicologia social do esporte; projeto social; estudo de caso.

ABSTRACT

This dissertation presents two articles on the experience of working in a Social Football Project, Futuro Re2ondo (Bicas, MG), grounded in the Social Psychology of Sport. The goal is to understand sport as a tool for citizenship and social transformation. The first article reconsiders the concepts of youth and citizenship within educational sport, proposing a model of practice that legitimizes young people as sociocultural promoters, breaking away from the notion of adolescence as a stage of social/political absence. Supported by the Social Psychology of Sport and the Pedagogy of Tenderness, the practice-based account contributes to legitimizing youth as thinking subjects capable of influencing their own realities. The second article is a result of the praxis developed in the first and aimed to construct scientific knowledge in response to demands related to pre-competitive state anxiety identified in the under-15 category. A case study involving 20 adolescents (aged 13–15) investigated whether low cognitive flexibility would imply higher pre-competitive state anxiety, using data collected from cognitive flexibility tests (WCST), pre-competitive state anxiety inventories (CSAI-2R), semi-structured interviews, and heart rate variability measurements. The sample showed preserved mental flexibility (median above T-score 50) and cognitive/somatic anxiety levels similar to Brazilian athletes aged 16–52. However, there was a positive correlation between cognitive anxiety and perseverative errors (PE; $\rho = 0.40$, $p = 0.04$) and perseverative responses (PR; $\rho = 0.42$, $p = 0.03$) in the WCST. In the high ($n = 10$) vs. low ($n = 10$) cognitive anxiety groups, the former exhibited higher PR (26.0 ± 18.4 vs. 13.6 ± 8.7 ; $p < 0.05$) and PE (22.9 ± 15.5 vs. 12.6 ± 7.8 ; $p < 0.05$). A reduction in high-frequency power (HF, ms^2) ($p = 0.009$; $n = 19$) indicated lower cardiovagal activity following the evocation of anxiety-inducing situations previously identified by the participants and recorded during a friendly match. The data revealed a limitation in the CSAI-2R, as external anxiogenic factors reported by the participants (e.g., referee decisions and peer/coach pressure) and later recalled in post-match interviews are not captured by the instrument. The study suggests interventions aimed at improving coping strategies focused on cognitive anxiety triggered by aggressive/unfair

external communication, thereby promoting youth autonomy in emotional regulation and social protagonism.

Keywords: youth protagonism; citizenship; social sport psychology; social project; case study.