



Inventário de Confiança no Desporto (ICD)
Sport Confidence Inventory (SCI)

Autoria | Authorship

Matthew Vierimaa e colaboradores
2012

Tradução | Translation

A. Rui Gomes
2014

rgomes@psi.uminho.pt
www.ardh.pt

Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano
Grupo de investigação
Adaptation, Performance and Human Development
Research Group
www.ardh.pt
Universidade Minho
Escola de Psicologia
Campus de Gualtar
4710-057 Braga

Data desta versão: 03/12/2025

Esta versão elimina versões anteriores.

Para ter acesso à versão mais atualizada, consulte a página de internet
www.ardh.pt

Responsabilidade do grupo Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano:

--	Desenvolveu originalmente este instrumento
X	Traduziu este instrumento de uma versão original de outros autores

Date of this version: 03/12/2025

This version eliminates previous ones.

To access the most recent version, visit the website www.ardh.pt

Responsibility of the Adaptation, Performance and Human Development group:

--	Originally developed this instrument
X	Translated this instrument from an original version of other authors

Índice

Versão em PORTUGUÊS 	3
Utilização do instrumento 	4
Referências 	5
Descrição 	6
Cotação 	8
Condições de aplicação 	9
ICD Atletas 	10
ICD – Versão geral (atletas)	11
ICD – Versão específica (atletas)	12

| **Versão em PORTUGUÊS** |

| Portuguese version |

| Utilização do instrumento |

Os instrumentos disponibilizados pelo grupo de investigação Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano são genericamente de dois tipos: desenvolvidos pelo grupo de investigação ou adaptados pelo grupo de investigação.

No caso de instrumentos adaptados pelo grupo de investigação, foi obtida a autorização dos autores dos instrumentos para se proceder à sua adaptação para a língua portuguesa. No entanto, não existe exclusividade no uso do instrumento pelo grupo de investigação, sendo livre a sua utilização por outras pessoas interessadas, desde que se respeite a autoria pela respetiva adaptação, no caso de ser utilizada uma versão traduzida pelo grupo de investigação.

Regras de utilização

- Os instrumentos destinam-se exclusivamente para efeitos de investigação e de “investigação-ação”. No caso da “investigação-ação”, a utilização destes instrumentos está circunscrita a profissionais com formação específica para o efeito. Neste sentido, não nos responsabilizamos pelo uso incorreto ou indevido dos materiais fornecidos.
- É estritamente proibida a utilização dos instrumentos para efeitos comerciais, venda ou publicitação de outros produtos associados.

Autorização de utilização

- Não é necessário obter a autorização do grupo de investigação para usar os instrumentos, desde que seja respeitada a sua utilização para os efeitos descritos.
- Se os instrumentos forem uma adaptação de instrumentos originais de outros autores, deve ser obtida a devida autorização dos autores originais do instrumento caso a utilização ocorra numa língua distinta da tradução portuguesa.

| Referências |

- Cox, R. H., Martens, M. P., & Russell, W. D. (2003). Measuring anxiety in athletics: The Revised Competitive State Anxiety Inventory-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 519-533. <https://doi.org/10.1123/jsep.25.4.519>
- (*) Gomes, A. R. (2014). *Inventário de Confiança no Desporto (ICD)* [Sport Confidence Inventory]. Relatório técnico não publicado [Unpublished technical report]. Braga: Escola de Psicologia, Universidade do Minho. Disponível em [Available at] <https://hdl.handle.net/1822/85445>
- Morais, C., Simões, C., Gomes, A.R., & Gonçalves, B.M. (2025). Stressors and expected performance of soccer athletes: The role of sport confidence and cognitive appraisal. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 19(1), 1-21. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2022-0046> Disponível em [Available at] <https://hdl.handle.net/1822/94760>
- Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, 8, 221-246. <https://doi.org/10.1123/jsp.8.3.221>
- (*) Vierimaa, M., Erickson, K., Côté, J., & Gilbert, W. (2012). Positive youth development: A Measurement framework for sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 7(3), 601-614. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.7.3.601>
- (*) Estas referências podem ser utilizadas para citar este instrumento em trabalhos científicos ou técnicos.

| Descrição |

O Inventário de Confiança no Desporto (ICD) avalia os níveis de confiança dos atletas face ao desporto. Trata-se de uma medida tipo traço da autoconfiança dos atletas, avaliando a crença ou nível de certeza que um determinado atleta possui acerca da sua capacidade para ter sucesso no desporto (Vealey, 1986).

A adaptação portuguesa foi efetuada por Gomes (2014) a partir dos trabalhos originais de Vierimaa et al. (2012). Para efeitos desta tradução, são propostas duas versões do instrumento: uma que avalia o traço geral de confiança face ao desporto (medida geral) e uma que avalia o estado atual de confiança face ao desporto (medida específica).

A versão original do Inventário de Confiança no Desporto (ICD) deriva diretamente do “Revised Competitive State Anxiety-2” (CSAI-2R), sendo uma medida tipo estado da avaliação da ansiedade no desporto, que inclui igualmente uma subescala de confiança no desporto (Cox et al. 2003).

Os autores da versão original do Inventário de Confiança no Desporto (ICD) optaram por esta adaptação do CSAI-2R, uma vez que esta subescala do instrumento inclui apenas cinco itens, sendo assim uma medida curta e de fácil compreensão para os atletas (particularmente os mais novos).

Assim sendo, este instrumento avalia a autoconfiança dos atletas no desporto incluindo cinco itens, respondidos numa escala tipo “Likert” de quatro pontos (1 = *Nada*; 4 = *Muito*).

A **pontuação** é obtida através da soma dos itens de cada subescala, dividindo-se depois o resultado final pelo número de itens correspondentes. Assim sendo, valores mais elevados significam maiores níveis confiança pelos atletas.

Convém referir que na versão original do CSAI-2R, existe uma opção distinta de cotação dos resultados. Neste caso, dado que as três subescalas do instrumento incluem um número distinto de itens por dimensão (sete para a ansiedade somática, quatro para a ansiedade cognitiva e cinco para a autoconfiança), as pontuações são obtidas através da soma dos valores em cada uma das dimensões, dividindo-se depois os valores encontrados pelo número de

itens correspondentes e, finalmente, multiplica-se o valor por dez. Isto permite que todas as subescalas variem entre 10 e 40 pontos. Dado que no Inventário de Confiança no Desporto apenas se usa a dimensão da autoconfiança, tanto se pode aplicar a média final dos valores obtidos, como se poderá optar por esta ponderação entre 10 e 40 pontos, permitindo assim eventuais comparações com outros estudos que usem versões do CSAI-2R.

| Cotação |

Subescala

Itens

1. Confiança no desporto (5 itens)

1, 2, 3, 4, 5

Total = 1 – 4

| Condições de aplicação |

- 1) Analisar a **aplicação** do instrumento com o(s) participante(s), explicando o objetivo da sua utilização (“analisar os níveis de confiança dos atletas no desporto”) e a natureza confidencial da recolha dos dados;
- 2) Planear **10 a 15 minutos** para a aplicação e preenchimento;
- 3) Organizar um **contexto reservado e sossegado**: evitar a presença de pessoas não implicadas na avaliação durante o preenchimento do instrumento.

| ICD | Atletas |

1. Versão geral

2. Versão específica

ICD – Versão geral (atletas)

Abaixo são descritas algumas afirmações que os atletas usam para descrever o modo como se sentem no desporto que praticam.

Por favor, lê cada uma das afirmações e **assinala** o número de 1 (“Nada”) a 4 (“Muito”) que melhor descreve o modo como te sentes **em geral** neste desporto. Não existem respostas certas ou erradas.

De um modo geral...	Nada		Muito	
1. Sinto-me autoconfiante neste desporto	1	2	3	4
2. Estou confiante de que posso corresponder aos desafios que me são colocados neste desporto	1	2	3	4
3. Estou confiante que terei um bom rendimento desportivo	1	2	3	4
4. Estou confiante pois imagino-me mentalmente a alcançar o meu objetivo	1	2	3	4
5. Sinto confiança em conseguir ultrapassar os obstáculos que me são colocados neste desporto	1	2	3	4

ICD – Versão específica (atletas)

Abaixo são descritas algumas afirmações que os atletas usam para descrever o modo como se sentem no desporto que praticam.

Por favor, lê cada uma das afirmações e **assinala** o número de 1 (“Nada”) a 4 (“Muito”) que melhor descreve o modo como te sentes relativamente ao **próximo jogo/prova/competição** que vais realizar. Repara que debes pensar apenas e só na próxima competição que vais disputar.

Não existem respostas certas ou erradas.

De um modo geral...	Nada		Muito	
1. Sinto-me autoconfiante para o próximo jogo/prova	1	2	3	4
2. Estou confiante de que posso corresponder aos desafios que me são colocados pelo próximo jogo/prova	1	2	3	4
3. Estou confiante que terei um bom rendimento no próximo jogo/prova	1	2	3	4
4. Estou confiante pois imagino-me mentalmente a alcançar o meu objetivo no próximo jogo/prova	1	2	3	4
5. Sinto confiança em conseguir ultrapassar os obstáculos que me são colocados pelo próximo jogo/prova	1	2	3	4