RELAÇÃO ENTRE ROBUSTEZ MENTAL E MOTIVAÇÃO EM ATLETAS PARANAENSES DE VÔLEI DE PRAIA

Arthur Eleezer da Silva (PIC/UEM), Igor Fabricio dos Santos Oliveira (Coorientador), Lenamar Fiorese (Orientadora). E-mail: lfvieira@uem.br

Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências da Saúde, Departamento de Educação Física, Maringá, PR.

Ciências da Saúde / **Educação Física**

Palavras-chave: Esporte; Robustez Mental; Autodeterminação.

RESUMO

O objetivo foi analisar a relação entre robustez mental e motivação em atletas paranaenses de vôlei de praia, além de identificar e comparar as variáveis em função do sexo, nível competitivo, remuneração e emprego além do esporte. Trata-se de estudo descritivo e transversal, realizado com 49 atletas (26,0 ± 10,2 anos) com experiência mínima de 12 meses na modalidade, avaliados por meio da ficha de identificação, Escala de Robustez Mental e Escala de Motivação para o Esporte (SMS-II). Os dados foram analisados no SPSS 27.0, com os testes de *Shapiro-Wilk*, *U* de *Mann-Whitney*, *Kruskal-Wallis* e correlação de *Spearman*. Os atletas apresentaram elevados níveis de robustez mental e predomínio das regulações mais autodeterminadas. Não foram observadas diferenças significantes nas variáveis psicológicas em função do sexo, nível competitivo, remuneração e emprego além do esporte ($P > 0,05$). A robustez mental correlacionou-se positiva e moderadamente com a regulação intrínseca ($rs = 0,361$; $P < 0,05$). Conclui-se que atletas mentalmente mais robustos tendem a se engajar na modalidade por razões intrínsecas, enquanto as características sociodemográficas e esportivas não diferenciaram o perfil psicológico da amostra.

INTRODUÇÃO

O vôlei de praia apresenta características que o tornam um contexto particularmente exigente do ponto de vista psicológico. Disputado em duplas, sem substituições e com orientação técnica restrita durante a partida, exige que o atleta gerencie sozinho as demandas competitivas, o que amplia sua exposição individual e a responsabilidade sobre o resultado. Estudos conduzidos no contexto brasileiro evidenciam que as demandas ambientais geram estresse, sintomas de *burnout* e a necessidade de estratégias de enfrentamento entre jogadores de alto rendimento (Vieira et al., 2013).

Nesse cenário, a robustez mental configura-se como um recurso psicológico que permite ao atleta manter elevado nível de desempenho diante de pressões,

adversidades e estímulos estressores, sendo compreendida como um conjunto de atributos pessoais que influencia a forma como o indivíduo responde a desafios e persegue objetivos (Gucciardi et al., 2015). Outra variável determinante para a prática e a permanência no esporte é a motivação. A Teoria da Autodeterminação concebe a motivação como um continuum que varia da desmotivação às formas mais autodeterminadas. Entre esses extremos situa-se a motivação extrínseca, subdividida, em regulação externa, introjetada, identificada e integrada; no extremo mais autônomo encontra-se a motivação intrínseca, caracterizada pelo engajamento na atividade pelo prazer e pela satisfação que ela proporciona (Ryan; Deci, 2000).

Embora frequentemente estudadas de forma isolada, robustez mental e motivação guardam relações teóricas relevantes. Mahoney et al. (2014) argumentam que a satisfação das necessidades psicológicas básicas antecede o desenvolvimento da robustez mental, de modo que ambientes que apoiam a autonomia tenderiam a favorecê-la. Contudo, ainda são escassos os estudos nacionais que investigam diretamente a relação entre robustez mental e regulações motivacionais no vôlei de praia. Diante dessa lacuna, o presente estudo, teve como objetivo analisar a relação entre robustez mental e motivação em atletas paranaenses de vôlei de praia, além de identificar e comparar essas variáveis em função do sexo, nível competitivo, remuneração pela modalidade e emprego para além do esporte.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo e transversal, realizado com 49 atletas paranaenses de vôlei de praia (20 do sexo feminino e 29 do sexo masculino; 26,0 ± 10,2 anos), de níveis regional, estadual, nacional e internacional. A coleta ocorreu em locais de competição e de treinamento.

Os instrumentos foram respondidos individualmente. Utilizou-se uma ficha de identificação, Escala de Robustez Mental (Moreira; Codonhato; Fiorese, 2021) e a Escala de Motivação para o Esporte (Nascimento Junior et al., 2014).

Os dados foram tratados no *Statistical Package for the Social Sciences* (versão 27.0). A normalidade foi verificada por inspeção visual dos gráficos Q-Q e pelo teste de Shapiro-Wilk. Para as comparações utilizou-se o teste U de Mann-Whitney e o teste de Kruskal-Wallis. As relações entre variáveis foram analisadas pelo coeficiente de correlação de Spearman (rs). Adotou-se nível de significância de 5%.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 apresenta a caracterização da amostra e a descrição das variáveis psicológicas. Os atletas apresentaram elevados níveis de robustez mental e predomínio das regulações mais inclinadas à autodeterminação (intrínseca, integrada, identificada e introjetada), acompanhados de baixos níveis de regulação externa e de desmotivação.

Tabela 1 – Dados descritivos dos atletas paranaenses de vôlei de praia participantes do estudo (n = 49).

Variáveis	**M ± DP**
Idade (anos)	26,0 ± 10,2
Experiência na modalidade (meses)	116,1 ± 91,5
Volume de treinamento (horas/semana)	11,0 ± 6,7
	Md (Q1-Q3)
Robustez mental	5,88 (5,50-6,38)
Regulação intrínseca	6,33 (5,67-7,00)
Regulação integrada	6,33 (5,33-7,00)
Regulação identificada	6,33 (5,33-7,00)
Regulação introjetada	5,00 (4,00-5,67)
Regulação externa	2,00 (1,33-3,17)
Desmotivação	1,33 (1,00-2,33)

Nota: M = média; DP = desvio padrão; Md = mediana; Q1 = primeiro quartil; Q3 = terceiro quartil.

Nas comparações em função do sexo (20 mulheres e 29 homens), do nível competitivo (11 internacionais, 17 nacionais, 10 estaduais e 11 regionais), da remuneração pela modalidade (15 remunerados) e do emprego para além do esporte (28 empregados), não foram identificadas diferenças estatisticamente significantes em nenhuma das variáveis psicológicas (P > 0,05). Achados semelhantes têm sido descritos na literatura nacional e internacional, indicando que, quando emergem, as diferenças entre os sexos tendem a se concentrar nas regulações menos autodeterminadas, e não na motivação intrínseca, e que o nível competitivo, isoladamente, nem sempre se traduz em perfis motivacionais distintos.

Tabela 2 – Matriz de correlação das características gerais e psicológicas dos atletas paranaenses de vôlei de praia (n = 49).

Variáveis	**1.**	**2.**	**3.**	**4.**	**5.**	**6.**	**7.**	**8.**	**9.**
1. Idade	**-**								
2. Exp.	0,558**	**-**							
3. Vol. Tr.	-0,364*	-0,075	**-**						
4. RM	-0,106	0,013	0,070	**-**					
5. Reg. Intri.	-0,026	0,080	-0,174	0,361*	**-**				
6. Reg. Integ.	0,119	0,353*	-0,003	0,265	0,652**	**-**			
7. Reg. Ident.	0,078	0,229	-0,091	0,267	0,690**	0,765**	**-**		
8. Reg. Intro.	-0,041	0,076	-0,006	-0,061	0,078	0,164	0,064	**-**	
9. Reg. Exter.	0,049	0,014	-0,134	-0,136	0,268	0,183	0,155	0,227	**-**
10. Desmot.	-0,006	-0,129	0,100	-0,251	0,073	-0,124	-0,021	-0,103	0,243

Nota: n/total = 49; Exp. = Experiência na modalidade; Vol. Tr. = Volume semanal de treinamento; RM = Robustez mental; Reg. Intri. = Regulação intrínseca; Reg. Integ. = Regulação integrada; Reg. Ident. = Regulação identificada; Reg. Intro. = Regulação introjetada; Reg. Exter. = Regulação externa; Desmot. = Desmotivação; ** = nível de significância < 0,001; * = nível de significância < 0,05.

A robustez mental apresentou correlação positiva e de magnitude moderada com a regulação intrínseca (rs = 0,361; P < 0,05), sem associações significantes com as demais regulações (Tabela 2). Evidenciando que atletas mentalmente mais robustos tendem a se engajar na modalidade por razões mais autodeterminadas,

vindo ao encontro da robustez mental como recurso psicológico que sustenta o envolvimento autônomo e persistente no esporte (Gucciardi et al., 2015). A direção da associação propõe que a satisfação das necessidades psicológicas básicas antecede o desenvolvimento da robustez mental, de modo que ambientes que apoiam a autonomia tendem a favorecer simultaneamente a motivação autodeterminada e esse recurso psicológico (Mahoney et al., 2014; Ryan; Deci, 2000). A relação identificada pode operar em ambos os sentidos: viver satisfação e prazer genuínos na prática pode preparar o atleta para lidar com as demandas competitivas da modalidade (Vieira et al., 2013), assim como maior robustez mental pode favorecer a manutenção do prazer na prática.

CONCLUSÕES

Os atletas paranaenses de vôlei de praia percebem-se mentalmente robustos e motivados intrinsecamente, não sendo identificadas diferenças em função do sexo, nível competitivo, remuneração e o emprego além do esporte. Por outro lado, a robustez mental apresentou relação positiva com a motivação intrínseca. Os achados devem ser interpretados considerando o tamanho amostral reduzido e o delineamento transversal.

REFERÊNCIAS

GUCCIARDI, D. F. *et al.* The concept of mental toughness: tests of dimensionality, nomological network, and traitness. **Journal of Personality**, Hoboken, v. 83, n. 1, p. 26-44, 2015.

MAHONEY, J. W. *et al.* Mental toughness in sport: motivational antecedents and associations with performance and psychological health. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, Champaign, v. 36, n. 3, p. 281-292, 2014.

MOREIRA, C. R.; CODONHATO, R.; FIORESE, L. Transcultural adaptation and psychometric proprieties of the Mental Toughness Inventory for Brazilian athletes. **Frontiers in Psychology**, Lausanne, v. 12, art. 663382, 2021.

NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A. do *et al.* Adaptação transcultural e análise das propriedades psicométricas da Sport Motivation Scale-II no contexto brasileiro. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 25, n. 3, p. 441-458, 2014.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. **American Psychologist**, Washington, v. 55, n. 1, p. 68-78, 2000.

VIEIRA, L. F. et al. Análise da síndrome de" burnout" e das estratégias de" coping" em atletas brasileiros de vôlei de praia. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 27, n. 2, p. 269-276, 2013.