NECESSIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS E ROBUSTEZ MENTAL NO CONTEXTO ESPORTIVO: UM ESTUDO CORRELACIONAL

Ana Clara Dib Novaes de Castro (PIC/UEM), Lenamar Fiorese (Orientadora). E-mail: lfvieira@uem.br

Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências da Saúde (CCS/UEM), Maringá, PR.

Ciências da saúde/Educação Física

Palavras-chave: Robustez mental; Motivação; Esporte.

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre Robustez Mental (RM) e a satisfação e frustração das Necessidades Psicológicas Básicas (NPBs) em atletas brasileiros de modalidades de combate (judô e jiu-jitsu), além de comparar esses constructos em função do sexo. Participaram da pesquisa 128 atletas de competições estaduais (Paraná Combate 2025 e Jogos Universitários do Paraná 2026). Foram utilizados como instrumentos a Escala de Robustez Mental e a Escala de Necessidades Psicológicas no Esporte. Os resultados indicaram maior nível de RM, satisfação de autonomia e competência entre os homens, enquanto mulheres apresentaram maior frustração de competência. Além disso, a RM se correlacionou positivamente à dimensão de satisfação das NPBs. Conclui-se que a RM teve relação positiva com as dimensões de satisfação de autonomia, competência e relacionamento e negativa com as dimensões de frustração de autonomia, competência e relacionamento.

INTRODUÇÃO

Os esportes de combate, como o judô e o jiu-jitsu, são caracterizados pela demanda de recursos psicológicos que impactam no desempenho atlético, devido ao constante confronto físico direto e às reações em tempo real às ações do oponente (Slimani; Chéour, 2016).

A Teoria da Autodeterminação (Deci; Ryan, 2012) oferece subsídios teóricos para a compreensão da motivação humana, a partir da concepção de três necessidades psicológicas básicas: autonomia, competência e relacionamento, e de uma microteoria que permite analisar os níveis de satisfação e frustração de cada uma dessas dimensões. A Robustez Mental, por sua vez, define-se por um estado psicológico no qual o indivíduo é capaz de lidar com desafios e situações de tensão, mantendo-se orientado à meta estabelecida (Gucciardi, 2017).

Nesse sentido, o presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre Robustez Mental, satisfação e frustração das Necessidades Psicológicas Básicas em atletas brasileiros de modalidades de combate (judô e jiu-jitsu); e,

especificamente, buscou-se comparar a RM, satisfação e frustração de NPBs em relação ao sexo, além de correlacioná-las com a idade.

MATERIAIS E MÉTODOS

Participaram da coleta de dados 128 atletas (72 homens; 56 mulheres) atuantes nas competições Paraná Combate 2025 e Jogos Universitários do Paraná 2026, de diferentes níveis de competição e que assinaram previamente ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Para a coleta de dados, utilizou-se uma ficha de identificação, para recolhimento dos dados sociodemográficos. Para mensurar os níveis de RM, foi utilizada a Escala de Robustez Mental (ERM), validado para contexto brasileiro por Moreira, Codonhato e Fiorese (2021). Para analisar as NPBs, utilizou-se a Escala de Estados de Necessidades Psicológicas no Esporte (PNSS-S-B), validada para o contexto esportivo brasileiro por Freire *et. al* (2024)

Para a tabulação dos dados foi utilizado o pacote estatístico SPSS versão 27.0, através do qual aplicou-se os seguintes testes: *Shapiro-Wilk*; U de *Mann Whitney* e *Kruskal-Wallis*; Coeficiente de Correlação de *Spearman*. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos/UEM sob parecer nº 6.463.994.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados apontaram maiores níveis de RM e satisfação de competência para atletas do sexo masculino, enquanto as mulheres apresentaram maior frustração de competência (Tabela 1). Não houve diferença significativa nos níveis de satisfação de relacionamento, frustração de autonomia e frustração de relacionamento entre os grupos ($P > 0,05$).

Tabela 1. Comparação dos níveis de robustez mental e satisfação e frustração de necessidades psicológicas básicas entre os sexos de atletas paranaenses de modalidades de combate

Variáveis	Sexo Md (Q1-Q3)		*P*
	Feminino (n = 56)	Masculino (n = 72)	
Robustez Mental	5,00 (4,62-6,21)	5,75 (5,28-6,37)	< 0,001*
NPBs – Satisfação			
Autonomia	5,00 (3,66-6,00)	5,66 (4,66-6,33)	0,008*
Competência	5,40 (4,40-6,15)	6,50 (5,60-7,00)	< 0,001*
Relacionamento	6,50 (5,40-7,00)	6,60 (5,80-7,00)	0,556
NPBs – Frustração			
Autonomia	3,00 (2,00-4,68)	2,75 (1,75-4,25)	0,597
Competência	1,50 (1,00-2,25)	1,00 (1,00-2,00)	0,027*
Relacionamento	1,40 (1,00-2,20)	1,20 (1,00-1,95)	0,557

Nota: n/total = 128 atletas; Md = Mediana; Q1 = Quartil 1; Q3 = Quartil 3; NPBs = Necessidades psicológicas básicas. * P < 0,05.

O achado corrobora com o estudo de Nicholls (2009), que ao analisar a diferença entre níveis de RM em função do sexo em atletas de diferentes níveis de

desempenho, idade e experiência esportiva, identificou níveis de RM mais elevados em atletas do sexo masculino.

Para ambos os sexos (Tabela 2), destacou-se correlação positiva alta entre RM e satisfação de competência, bem como correlações negativas moderadas para a frustração de competência e relacionamento.

Tabela 2. Correlação entre robustez mental e dimensões de satisfação e frustração de necessidades psicológicas básicas em ambos os sexos de atletas paranaenses de modalidades de combate.

Variáveis	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
1. RM	-	0,346*	0,731*	0,365*	-0,167	-0,355*	-0,258*	0,247*
2. Sat. Aut.	0,363*	-	0,330*	0,243*	-0,139	-0,146	-0,234*	0,455*
3. Sat. Comp.	0,707*	0,329*	-	0,319*	-0,252*	-0,326*	-0,235*	0,270*
4. Sat. Relac.	0,436*	0,365*	0,483*	-	-0,238*	-0,359*	-0,347*	0,086
5. Fru. Aut.	-0,439*	-0,403*	-0,421*	-0,404*	-	0,372*	0,227	0,064
6. Fru. Comp.	-0,488*	-0,169	-0,476*	0,399*	0,558*	-	0,428*	-0,222
7. Fru. Relac.	-0,334*	-0,332*	-0,323*	-0,551*	0,361*	0,374*	-	-0,235*
8. Idade	0,376*	0,083	0,300*	0,093	-0,247	-0,415*	-0,164	-

Nota: n/total = 128; n/masculino = 72; n/feminino = 56; Quadrante Superior = Correlação das variáveis no sexo masculino; Quadrante Inferior = Correlação das variáveis no sexo feminino; RM = Robustez mental; Sat. Aut. = Satisfação de autonomia; Sat. Comp. = Satisfação de competência; Sat. Relac. = Satisfação de relacionamento; Fru. Aut. = Frustração de autonomia; Fru. Comp. = Frustração de competência; Fru. Relac. = Frustração de relacionamento; * P < 0,05.

Esse achado é consistente com evidências anteriores que indicam uma relação positiva entre a satisfação das NPBs e a RM, apontando para a percepção de que a maior satisfação das NPBs estaria associada a maiores níveis de RM, enquanto a frustração dessas necessidades estaria interligada a menores níveis de RM (Mahoney *et al.*, 2014). Robazza *et al.* (2025) ao investigar 183 atletas de modalidades individuais ou coletivos, verificaram que a satisfação das NPBs se relacionou positivamente ao enfrentamento centrado no problema e na emoção, à avaliação de desafio e a experiência psicobiosociais funcionais, e negativamente à avaliação de ameaça e a emoções desagradáveis, reforçando que a satisfação das NPBs atua como um recurso que favorece respostas mais adaptativas frente à pressão competitiva, bem como o papel atribuído à RM. Dialogando com esse resultado, um estudo de Warburton *et al.* (2020), que analisou perfis de satisfação e frustração de necessidades, as associações entre esses perfis e a motivação, identificou correlações negativas entre satisfação e frustração, além de destacar que tais constructos não são opostos, mas se relacionam e podem coexistir.

CONCLUSÕES

Os achados do presente estudo permitem evidenciar que os atletas do sexo masculino investigados apresentaram maior nível de Robustez Mental e satisfação de relacionamento quando comparados a atletas mulheres. Atletas do sexo feminino, por sua vez, apresentaram maior nível de frustração de competência. Ao correlacionar a Robustez Mental à satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas, destacou-se correlação positiva alta entre RM e satisfação de competência, bem como correlações negativas moderadas para a frustração de competência e relacionamento, para ambos os sexos.

REFERÊNCIAS

DECI, Edward L.; RYAN, Richard M. Self-determination theory. **Handbook of theories of social psychology**, v. 1, n. 20, p. 416-436, 2012.

FREIRE, Gabriel Lucas Morais; FIORESE, Lenamar; CRONIN, Lorcan Donal; ALVES, Mylena Aparecida Rodrigues; STEFANELLO, Joyce Mara Facco; COSTA, Nathan Leonardo Gomes; OLIVEIRA, Igor Fabrício dos Santos; JUNIOR, José Roberto Andrade do Nascimento. Adaptation and Evidence of Validity of the Psychological Need States in Sport Scale. **Psico-USF**, v. 29, e278244, 2024.

GUCCIARDI, Daniel F. Mental toughness: progress and prospects. *Current Opinion in Psychology*, v. 16, p. 17-23, 2017. DOI: https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.03.010.

MAHONEY, John W.; GUCCIARDI, Daniel F.; NTOUMANIS, Nikos; MALLETT, Cliff J. Mental toughness in sport: motivational antecedents and associations with performance and psychological health. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, v. 36, n. 3, p. 281-292, 2014a. DOI: https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0260.

MOREIRA, Caio Rosas; CODONHATO, Renan; FIORESE, Lenamar. Transcultural adaptation and psychometric proprieties of the mental toughness inventory for Brazilian athletes. **Frontiers in psychology**, v. 12, p. 663382, 2021.

NICHOLLS, A. R.; POLMAN, R. C. J.; LEVY, A. R.; BACKHOUSE, S. H. Mental toughness in sport: achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences*, v. 47, n. 1, p. 73-75, 2009. DOI: https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.02.006.

ROBAZZA, C., Vitali, F., Bortoli, L., & Ruiz, M. C. (2025). Basic psychological needs satisfaction, coping functions, and emotional experiences in competitive athletes: a multi-states theory perspective. *Scientific Reports*, 15, 1854.

SLIMANI, Maamer; CHÉOUR, Foued. Effects of cognitive training strategies on muscular force and psychological skills in healthy striking combat sports practitioners. *Sport Sciences for Health*, v. 12, n. 2, p. 141-149, 2016. DOI: https://doi.org/10.1007/s11332-016-0267-z.

WARBURTON, Victoriadeci E.; WANG, John C. K.; BARTHOLOMEW, Kimberley J.; TUFF, Rebecca L.; BISHOP, Krystal C. M. Need satisfaction and need frustration as distinct and potentially co-occurring constructs: need profiles examined in physical education and sport. *Motivation and Emotion*, v. 44, n. 1, p. 54-66, 2020. DOI: https://doi.org/10.1007/s11031-019-09798-2.