



NÍVEIS MOTIVACIONAIS E ESTRATÉGIAS DE *COPING* DOS ATLETAS BRASILEIROS DE JIU-JÍTSU EM FUNÇÃO DO SEXO

Selso A. Siteo (UEM), William F. Garcia (UEM/FACULDADE INGÁ), Renato dos Santos Tagliari (UEM), Caio Rosas Moreira (UEM), Renan Codonhato (UEM), Lenamar Fiorese Viera (UEM)

RESUMO

Este estudo objetivou analisar os níveis de motivação e as estratégias de *coping* de atletas brasileiros de Jiu-Jítsu em função do sexo. Participaram do estudo 38 indivíduos, de ambos os sexos inscritos no Campeonato Brasileiro de Jiu-Jítsu no ano de 2014. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados foram: Escala de Motivação para o Esporte, para características motivacionais e o Inventário Atlético das Estratégias de *Coping*. Para análise dos dados foi utilizado o teste *Shapiro-Wilk* e o teste "U" de *Mann Whitney*, adotando nível de significância $p < 0,05$. Os resultados revelaram que não ocorreu diferença significativa entre os sexos, tanto para os níveis motivacionais quanto para as estratégias de *coping*. Foram verificados altos níveis de motivação intrínseca para conhecer (Md=6,25; Md=6,37), para atingir objetivos (Md=5,25; Md=6,12) e MI para experiências estimulantes (Md=6,00; Md=6,25) em homens e mulheres, respectivamente. Com relação às estratégias de *coping*, os atletas, homens e mulheres, respectivamente, demonstraram altos níveis de confiança e motivação para realização (Md=2,50; Md=2,37). Concluiu-se que os competidores de jiu-jitsu brasileiro, independente do sexo, apresentam altos níveis de motivação intrínseca autodeterminada para o esporte e recorrem às estratégias de enfrentamento similares durante as competições.

Palavras-chave: Motivação; *Coping*; Jiu-Jitsu.

INTRODUÇÃO

O Jiu-Jítsu, assim como as demais artes marciais de competição, busca um conceito atual de qualidade de vida e saúde (PACHECO, 2010). Apesar das pressões físicas e psicológicas vivenciadas no esporte, o meio esportivo também é um ambiente que promove e aprimora as atitudes, os valores e comportamentos de determinação/superação nos atletas e, neste sentido, é fundamental a avaliação dos níveis motivacionais e das estratégias de enfrentamento usados pelos atletas para lidarem com essas situações (SAMULSKI, 2009).

A motivação é definida como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, resultante da interação de fatores pessoais e ambientais (SAMULSKI, 2009). Os fatores pessoais (Motivação Intrínseca - MI) representam o interesse do indivíduo para a realização de uma atividade por vontade própria ou pelo prazer que esta proporciona, enquanto que os fatores ambientais (Motivação Extrínseca - ME) estão relacionados ao interesse do indivíduo pelos resultados ou prêmios que a atividade pode proporcionar (DECI; RYAN, 2000 apud PACHECO, 2010). Diante desses aspectos, considera-se a motivação como uma variável de grande importância no esporte, uma vez que os fatores externos podem prejudicar a MI, acarretando desinteresse pela atividade realizada ou desempenho esportivo insatisfatório.

Outros aspectos psicológicos que também influenciam o desempenho dos atletas estão relacionados às formas de lidar com as tensões das competições. Nesse sentido, destaca-se a relevância da avaliação das estratégias de *coping* que se referem a um conjunto de estratégias adotadas pelas pessoas para lidarem com as circunstâncias adversas ou de estresse, buscando minimizar ou evitar as tensões psicológicas (LAZARUS; FOLKMAN, 1984; ALBUQUERQUE, 2008). Ao considerar a influência das variáveis anteriormente apresentadas sobre o desempenho esportivo, o presente estudo objetivou, especificamente, analisar os níveis de motivação e as estratégias de *coping* de atletas brasileiros de Jiu-Jítsu em função do sexo.

METODOLOGIA

Participaram do estudo 38 atletas, sendo 22 atletas do sexo masculino e 16 do sexo feminino, inscritos no Campeonato Brasileiro de Jiu-Jítsu de 2014, realizado em Barueri-SP. Como critérios de inclusão foram considerados a faixa etária acima dos 18 anos e a participação voluntária no estudo por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram excluídos do estudo os atletas que não atenderam aos critérios de inclusão, ou que não preencheram corretamente aos questionários.

Para avaliação da motivação dos atletas foi utilizada a Escala de Motivação para o Esporte (SMS – *Sport Motivation Scale*) (PELLETIER et al., 1995), validada para a língua portuguesa por Bara Filho et al. (2011). A escala consiste em 28 questões divididas em 07 subescalas: Amotivação, ME de Regulação Externa, ME de Introjeção, ME de Identificação, MI para Atingir Objetivos, MI para Experiências Estimulantes e MI para Conhecer, respondidas em uma escala *likert* de sete pontos que varia de 01 “não corresponde nada” a 07 “corresponde exatamente”. Estas subescalas avaliam os fatores pessoais ligados à desmotivação, preocupação com as recompensas, construção de pressões pessoais, ao prazer na busca de novas habilidades e movimentos, busca de experiências estimulantes e que levam ao prazer pelo esporte, e a curiosidade e busca de compreensão no esporte.

Para análise das estratégias de *Coping* utilizou-se o Inventário Atlético das Estratégias de *Coping*, desenvolvido por Smith et al. (1995) e validado para língua portuguesa por Serpa et al. (2004). O inventário é composto por 28 itens, avaliadas em uma escala do tipo Likert de quatro pontos, variando de (0) "quase nunca" à (3) "quase sempre". Este instrumento apresenta 07 subescalas que avaliam as seguintes competências psicológicas: rendimento máximo sob pressão; ausência de preocupações; confronto com a adversidade; concentração; formulação de objetivos; confiança e motivação para a realização e treinabilidade ou disponibilidade para aprendizagem a partir do treino. As médias de todos os valores do instrumento indicam o Índice de Confronto no Esporte, de modo que quanto maior o valor obtido maior a capacidade de confronto perante a situação de competição.

A pesquisa faz parte do projeto institucional com parecer do comitê de ética nº 339/2011. Previamente a realização das coletas, foi realizado contato com os treinadores responsáveis pelos

atletas, de modo a obter permissão para realização do estudo. As coletas foram realizadas de forma individual, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), durante a semana de realização do Campeonato Brasileiro de Jiu-Jítsu.

A análise de dados foi realizada utilizando inicialmente o teste de *Shapiro-Wilk* para verificar a distribuição dos dados. Como os dados não apresentaram distribuição normal foi utilizada Mediana (Md) e Quartis (Q1; Q3) para a descrição dos resultados. Para análise da estatística inferencial, foi utilizado o teste "U" de *Mann Whitney* para verificar a diferença da motivação para o esporte e das estratégias de *coping* em função do sexo. Tais análises foram conduzidas com o auxílio do *software* SPSS versão 20.0, sendo adotado um nível de significância de $p < 0,05$.

RESULTADOS

Na Tabela 1 são apresentados os níveis motivacionais dos atletas brasileiros de Jiu-Jítsu em função do sexo.

Tabela 1. Comparação dos níveis de motivação de atletas brasileiros de jiu-jítsu em função do sexo.

DIMENSÕES DA MOTIVAÇÃO	Masculino (n=22) Md(Q1-Q3)	Feminino (n=16) Md(Q1-Q3)	p
Amotivação	1,12 (1,00 - 1,93)	1,00 (1,00 - 1,18)	0,162
ME identificada	2,87 (2,18 - 4,81)	3,37 (2,31 - 5,62)	0,630
ME introjectada	4,50 (3,87 - 5,16)	5,50 (3,75 - 6,18)	0,223
ME externa	4,25 (3,75 - 5,56)	4,00 (3,50 - 5,12)	0,312
MI para Conhecer	6,25 (5,68 - 6,75)	6,37 (5,50 - 7,00)	0,895
MI Ating. Objetivos	5,25 (4,31 - 6,62)	6,12 (5,86 - 6,75)	0,181
MI Exp. Estimulantes	6,00 (6,25 - 6,50)	6,25 (5,50 - 7,00)	0,326

MI: motivação intrínseca; ME: motivação extrínseca.

* $p < 0,05$

Verificou-se que não houve diferença significativa na comparação nos níveis motivacionais em função do sexo. No entanto, destaca-se que os atletas de jiu-jítsu são intrinsecamente motivados, com predominância da motivação intrínseca para conhecer (Md=6,25; Md=6,37), para atingir objetivos (Md=5,25; Md=6,12) e para experiências estimulantes (Md=6,00; Md=6,25) em homens e mulheres respectivamente (Tabela1).

Na comparação das estratégias de coping entre os sexos (Tabela 2), pode-se observar que, de forma geral, os atletas de jiu-jítsu recorrem a estratégias de enfrentamento semelhantes, com destaque para a formulação de objetivos e a confiança e motivação para a realização.

Tabela 2. Comparação das estratégias de coping dos atletas brasileiros de jiu-jítsu em função do sexo.

SUBESCALAS DO COPING	Masculino (n=22)	Feminino (n=16)	p
	Md(Q1-Q3)	Md(Q1-Q3)	
Rendimento máx. sob pressão	1,87 (1,50 - 2,56)	1,87 (1,12 - 2,25)	0,549
Ausência de preocupações	1,37 (0,75 - 2,06)	1,50 (1,25 - 2,00)	0,473
Confronto com adversidade	2,25 (1,75 - 2,75)	1,87 (1,31 - 2,50)	0,122
Concentração	2,00 (1,68 - 2,25)	1,87 (1,56 - 2,00)	0,271
Formulação de objetivos	2,00 (1,50 - 2,50)	2,37 (2,00 - 3,00)	0,078
Confiança e motivação	2,50 (2,18 - 2,75)	2,37 (2,00 - 2,75)	0,326
Treinabilidade	1,50 (1,18 - 1,75)	1,50 (1,25 - 1,68)	0,737

*p<0,05

Não foi evidenciada diferença significativa na comparação entre os sexos das estratégias de coping destes atletas (Tabela 2). Contudo, ressalta-se que ambos os sexos apresentaram altos níveis de Confronto com adversidade, Concentração, Formulação de objetivos e Confiança e motivação para prática, indicando o predomínio dessas estratégias como forma de lidar com o estresse recorrente do contexto competitivo.

CONCLUSÕES

Concluiu-se que os competidores de jiu-jítsu brasileiro, independente do sexo, apresentam os altos níveis de motivação autodeterminada para a prática esportiva, que indicam prazer pela prática, alcance de metas e interesse em aprender mais sobre sua modalidade. Considera-se também que, de modo geral, estes atletas buscam concentrar-se, formular objetivos, confrontar as adversidades e manterem-se confiantes e motivados como forma de lidar com as situações de estresse recorrentes da competição.

MOTIVATIONAL LEVELS AND COPING STRATEGIES OF BRAZILIAN ATHLETES OF JIU-JITSU AS A FUNCTION OF SEX

ABSTRACT

This study aimed to analyze the levels of motivation and coping strategies among Brazilian athletes of jiu-jitsu by sex. Study participants were thirty-eight individuals of both sexes enrolled in Brazilian jiu-jitsu championship in the year 2014. The instruments used for data collection were: Scale of Motivation for Sport, for motivational characteristics and Coping Strategies of Athletic Inventory. For data analysis was used the Shapiro-Wilk test and Mann Whitney "U", adopted the significance $p < 0,05$. The results showed that there was no significant difference between the both sexes for motivational levels as for coping strategies. Were verified high levels of intrinsic motivational to learn (Md=6,25; Md=6,37), to achieve objectives (Md=5,25; Md=6,12) and IM to stimulants experiences (Md=6,00; Md=6,25) in men and women respectively. With regards to coping strategies, athletics men and women, respectively, showed high levels of confidence and motivation to perform (Md=2,50; Md=2,37). It is concluded that both competitors of Brazilian jiu-jitsu men as women have high levels of intrinsic motivation self-determined to the sport and use similar coping strategies during the competitions.

Key words: Jiu- jitsu; Motivation; Coping.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, F. J. B.; MARTINS, C. R.; NEVES, M.T.S. Bem-estar subjetivo emocional e coping em adultos de baixa renda de ambientes urbano e rural. **Estudos em Psicologia**, Campinas, v.25, n.4, Dec. 2008.

BARA FILHO, F.M.; ANDRADE, D.; MIRANDA, R.; NUÑEZ, J.L.; MARTÍN-ALBÓ, J.; RIBAS, P.R. Preliminary validation of a Brazilian version of the Sport Motivation Scale. **Universitas Psychologica**, v.10, n.2, p.557-566, 2011

LAZARUS, R.; FOLKMAN, S. **Stress, appraisal and coping**. New York: Springer, 1984.

PACHECO, C. **Motivação no jiu-jitsu**. UFRGS. Porto Alegre, 2010.

PELLETIER, L.G.; FORTIER, M.S.; VALLERAND, R.J.; TUSON, K.M.; BIAIS, M.R. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, v.17, p.35-53, 1995.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**. 2. ed. Barueri: Manole, 2009.

SERPA, S.; ALVES, P.; BARREIROS, A. **Versão portuguesa da Sport Motivational Scale (SMS) e da Sport Academic Scale (AMS)**: processos de tradução, adaptação e fiabilidade. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, 2004.

SMITH, R.; SCHUTZ R.; SMOLL F.; PTACEK J. Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: the Athletic Coping Skills Inventory-28. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, 1995.