

## Impacto das estratégias de coping e do ambiente de grupo no desempenho de atletas amadores em competição de voleibol

### Impact of coping strategies and group environment on the performance of amateur athletes in volleyball competition

#### Impacto de las estrategias de afrontamiento y el ambiente grupal en el desempeño de atletas amateurs en competencias de voleibol

\*Jose Luiz Lopes Vieira, \*\*Giovana Telles Rodrigues, \*\*Vânia de Fátima Matias de Souza, \*\*Lorena Mota Catabriga, \*\*Claudio Kravchychyn, \*\*Fernanda Carrosi Donato, \*\*Larissa Lucca Marçãõ, \*\*Luciana Ferreira  
\*Universidad Católica del Maule, Talca (Chile), \*\*Universidade Estadual de Maringá (Brasil)

**Resumo.** Este estudo objetivou investigar as estratégias de *coping*, o ambiente de grupo com o desempenho esportivo de atletas amadores de voleibol. Participaram do estudo 208 atletas participantes da Liga Amadora de Voleibol de Maringá, divididos em dois grupos medalhistas e não-medalhistas. Foram utilizados os Questionário de Ambiente de Grupo e o Inventário Atlético de Estratégias de *coping*. Para comparação foi utilizado o teste “t” e para o impacto das variáveis no desempenho foi usada a análise multivariada por regressão logística binária. Os resultados apontaram que atletas medalhistas utilizam as seguintes estratégias de *coping* com maior impacto sobre o resultado esportivo: “rendimento sobre pressão, confronto com adversidade e concentração”. Na coesão de grupo os medalhistas tem atração para a tarefa, os não-medalhistas têm atração para o grupo social. Conclui-se que os atletas amadores de voleibol com melhor desempenho utilizam estratégias de coping com foco no render ao máximo mesmo sob pressão, enfrentar a adversidade, diminuir de pressão pelo resultado e direcionar a equipe para a realização das tarefas durante os jogos.

**Palavras-chave:** Amador; Voleibol; Enfrentamento; Grupo.

**Abstract.** This study aimed to investigate coping strategies, the group environment and the sporting performance of amateur volleyball athletes. 208 athletes participating in the Maringá Amateur Volleyball League participated in the study, divided into two groups, medalists and non-medalists. The Group Environment Questionnaire and the Athletic Coping Strategies Inventory were used. For comparison, the “t” test was used and for the impact of variables on performance, multivariate analysis using binary logistic regression was used. The results showed that medal-winning athletes use the following coping strategies with the greatest impact on sporting results: “performance under pressure, confrontation with adversity and concentration”. In group cohesion, medalists are attracted to the task, non-medalists are attracted to the social group. It is concluded that the best performing amateur volleyball athletes use coping strategies focused on performing to the maximum even under pressure, facing adversity, reducing pressure for results and directing the team to carry out tasks during matches.

**Keywords:** Amateur; Volleyball; Coping; Sport team.

**Resumen.** Este estudio tuvo como objetivo investigar las estrategias de afrontamiento, el ambiente de grupo y el rendimiento deportivo de deportistas aficionados de voleibol. Participaron del estudio 208 deportistas que participan en la Liga Amateur de Voleibol de Maringá, divididos en dos grupos, medallistas y no medallistas. Se utilizó el Cuestionario de Ambiente de Grupo y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento Atlético. Para la comparación se utilizó la prueba “t” y para el impacto de las variables en el rendimiento se utilizó el análisis multivariado mediante regresión logística binaria. Los resultados mostraron que los deportistas medallistas utilizan las siguientes estrategias de afrontamiento con mayor impacto en los resultados deportivos: “rendimiento bajo presión, enfrentamiento a la adversidad y concentración”. En la cohesión grupal, los medallistas se sienten atraídos por la tarea, los no medallistas se sienten atraídos por el grupo social. Se concluye que los deportistas de voleibol amateur de mejor rendimiento utilizan estrategias de afrontamiento enfocadas a rendir al máximo incluso bajo presión, enfrentar la adversidad, reducir la presión por resultados y dirigir al equipo para la realización de tareas durante los juegos.

**Palabras clave:** Aficionado. Voleibol. Albardilla. Cohesión.

Fecha recepción: 29-07-24. Fecha de aceptación: 19-09-24

Jose Luiz Lopes Vieira  
jllvieira@gmail.com

## Introdução

As estratégias de enfrentamento às adversidades têm sido relatadas na literatura esportiva competitiva como *coping*, que são definidas como “esforços cognitivos e comportamentais em constante mudança para gerenciar demandas externas e/ou internas específicas que são avaliadas como sobrecarregando ou excedendo os recursos da pessoa” (Lazarus & Folkman, 1984). As estratégias de enfrentamento são caracterizadas como “um construto multidimensional de autorregulação que representa as constantes mudanças nos mecanismos comportamentais e cognitivos utilizados para gerenciar as demandas estressantes do contexto” (Lazarus &

Folkman, 1987). As estratégias de *coping* têm sido vinculadas a fatores situacionais, Lazarus & Folkman (1980) enfatizam, que estas estratégias podem mudar de momento para momento, durante os estágios de uma situação estressante. Dada esta variabilidade nas reações individuais, estes autores defendem a impossibilidade de se tentar prever respostas situacionais a partir do estilo típico de *coping* de uma pessoa. Essas estratégias refletem ações, comportamentos ou pensamentos usados para lidar com um estressor (Lazarus et al., 1985). Um evento é considerado estressante quando é causador de prejuízo ou dano, sendo neste instante fundamental que os indivíduos utilizem estratégias emocionais para se adaptarem ao momento (Costa & Leal, 2006).

Sendo assim, o desempenho do atleta é resultado da interação entre diferentes variáveis, sendo a sua “força” psicológica fundamental para minimizar uma interferência negativa do estresse no desempenho ou mesmo de outros fatores externos (família, torcida, etc...) e que, em um sentido mais amplo, possa resultar em distúrbios emocionais que podem ser prejudiciais, como ansiedade, agressividade, frustração ou desistência da prática esportiva (Colognesi, 2019).

O estudo de Vieira et al. (2013), com atletas de vôlei de praia, afirma que o “confronto com a adversidade” parece ser a estratégia de *coping* mais importante utilizada pelos atletas para enfrentar as situações estressantes, porém quando foi comparado os gêneros indicou que os atletas do gênero masculino utilizaram com maior frequência as estratégias de *coping* quando comparados com o gênero feminino. Ainda sobre gênero Rossi et al. (2016) com atletas de futebol afirma que, as estratégias de enfrentamento que apresentaram maiores resultados foram, desempenho sob pressão, confiança/motivação e concentração o que sugere que ao serem expostos a situações extremas se sentem desafiados, estimulados, obtendo melhor rendimento nestas ocasiões, que está relacionada à capacidade do atleta de acreditar em seu potencial, permanecendo positivo e motivado com seu desempenho, mesmo em situações adversas e se associa ao foco do atleta, não se distraindo facilmente, por ocasiões inesperadas ou pressões externas respectivamente.

Estudos da área da psicologia do esporte a respeito dos fatores que podem influenciar positivamente o desempenho esportivo para o alcance das metas de uma equipe de alto rendimento está a alta percepção de *coesão de grupo* (Martens & Peterson, 1971; Carron, Bray & Eys, 2002; Ramzani-zhad & Keshtan, 2009). De fato, o *ambiente de grupo* também tem sido reportado como fator com notável importância na coesão da equipe (López-Gajardo et al., 2022), pois podem influenciar o desempenho dos atletas e o sucesso da equipe esportiva, sendo um processo dinâmico que tem como finalidade favorecer a união de um grupo para o alcance de suas metas e satisfação das necessidades afetivas dos membros (Nascimento Junior & Vieira, 2012).

Sobre os fatores que atuam como propulsores do rendimento esportivo, estudos têm apontado que a “*coesão de grupo*” é fundamental e a definição mais aceita de “*coesão de grupo*” foi elaborada por Carron, Brawley & Widmeyer (1998), que definem a *coesão* como um processo dinâmico refletido na tendência do grupo estar e permanecer unido, na busca dos objetivos e para a satisfação das necessidades afetivas dos membros. Já, Cartwright & Zander (1975), definiram que a *coesão de grupo* pode ser conceituada como a variável que mede se os membros de uma equipe trabalham por um objetivo comum e se todos aceitam a responsabilidade pelo trabalho coletivo, assim as relações interpessoais são um elemento importante para lidar com os efeitos negativos do stress psicológico e para construir resiliência psicológica (Kozhan et al., 2024).

Pesquisa recente de Tertuliano et al. (2019) no contexto

do futebol em categorias de base, revelou que os atletas jovens demonstram priorizar as dimensões de atração individual e que tal ação tem envolvimento com a vontade de se profissionalizar e a incerteza desse objetivo ser alcançado. Carron, Bray & Eys (2002), apresentaram que estudos têm apontado que o nível de *coesão de grupo* de uma equipe esportiva pode influenciar o bom desempenho dos atletas e o sucesso da equipe no alcance de seus objetivos. Ademais, outros aspectos e fatores inerentes, (o estilo de liderança do técnico, o suporte social e o fornecimento de instruções) ao ambiente de uma equipe esportiva podem influenciar na *coesão do grupo*, interferindo tanto nas relações e interações sociais entre os atletas quanto nos objetivos e metas da equipe. (Widmeyer, Brawley & Carron, 1990).

Sobre o desempenho esportivo este foi definido de diferentes formas, sendo assim Kiss & Böhme (1999) consideram o desempenho esportivo como processo e resultado e refere-se somente ao resultado obtido na ação esportiva, pois os mesmos assumem que os problemas principais a serem estudados e pesquisados pela teoria e considerados na prática do treinamento são a análise do resultado e o prognóstico do resultado. Ademais, o desempenho esportivo depende de normas sociais estabelecidas, o que significa que o atleta carrega consigo a sua personalidade, o seu meio social, as suas fraquezas e as suas forças humanas (Kiss & Böhme, 1999). Diante dos argumentos colocados, este estudo busca comparar as estratégias de *coping* e o ambiente de grupo com o desempenho esportivo atletas, além de investigar o impacto das estratégias de *coping* e do ambiente de grupo no desempenho esportivo de atletas de voleibol amador.

## Métodos

Participaram do estudo as 63 equipes de voleibol de ambos os sexos, participantes da Liga Amadora de Voleibol de Maringá. A amostra foi dividida em dois grupos (medalhistas e não-medalhistas) em função da classificação final na Liga Amadora de Voleibol: (a) Grupo 1: Medalhistas – Atletas das equipes que terminaram a competição na 1ª, 2ª e 3ª posição, totalizando 154 atletas e (b) Grupo 2: Não-medalhistas – Atletas das equipes que terminaram a competição da 4ª posição em diante, totalizando 54 atletas. Ademais, também foi separada por sexo (feminino e masculino) totalizando 76 atletas do grupo masculino e 132 do grupo feminino.

Para mensurar as estratégias de *Coping* foi utilizado o *Athletic Coping Skills Inventory-28* – ACSI-28 (Smith, Schutz, Smoll, & Ptacek, 1995) - versão brasileira validada por Coimbra (2011). O instrumento consiste de 28 itens distribuídos em sete subescalas: Rendimento Máximo sob Pressão; Ausência de Preocupações; Confronto com a Adversidade; Concentração; Formulação de Objetivos; Confiança e Motivação; e Treinabilidade. O ACSI-28 é respondido em uma escala do tipo “likert” de 4 pontos, num *continuum* de (0) “quase nunca” a (3) “quase sempre”.

Para análise do *Ambiente de Grupo* foi utilizado o *Questionário de Ambiente de Grupo* (GEQ) que avalia a percepção de uma equipe da qual o sujeito é um membro. O Questionário de *Ambiente de Grupo* foi adaptado e validado para a língua portuguesa por Nascimento Junior et al. (2012), a partir do questionário desenvolvido originalmente por Carron et al. (1985), é composto por 16 itens que avaliam a coesão de grupo em equipes esportivas. Os itens são distribuídos em quatro dimensões (Integração no Grupo-Tarefa, Integração no Grupo-Social, Atração Individual para o Grupo-Tarefa e Atração Individual para o Grupo-Social), sendo as afirmações respondidas numa escala tipo "likert" de 9 pontos que variam de "discordo totalmente" (1) a "concordo totalmente" (9). As pontuações mais altas significam valores mais elevados de coesão em cada uma das dimensões.

A pesquisa foi submetida ao parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (COPEP) e aprovado pelo parecer 5.658.335 da Universidade Estadual de Maringá. Inicialmente foi solicitada a autorização para realização da pesquisa junto a comissão responsável pela organização da Liga de Voleibol Amador. Para a coleta de dados, foram contatados os técnicos das equipes participantes da Liga de Voleibol Amador. A coleta de dados foi realizada no local da competição, após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O tempo de resposta aos questionários foi de aproximadamente 20 minutos. A ordem dos questionários foi randomizada (randomização simples) entre os participantes e não foi permitida comunicação entre os atletas durante a aplicação dos questionários. Todos os atletas estavam em fase competitiva no momento da coleta de dados.

Para análise preliminar dos dados foi utilizado a estatística descritiva (Média e Desvio Padrão). Para a comparação entre os grupos (medalhistas e não-medalhistas; masculino e feminino), foi utilizado o teste "t". Para a análise multivariada por regressão logística binária, considerou-se nível de significância como  $p < 0,05$  e intervalo de confiança (IC) de 95%, com cálculo do odds ratio (OR). No modelo de regressão as variáveis foram introduzidas pelo método "enter". A variável independente foi a classificação na liga. As variáveis dependentes foram: as estratégias de *coping* e ambiente de grupo que apresentaram significância na associação ( $p < 0,05$ ). As análises foram conduzidas com o auxílio do *software SPSS* versão 19.0.

## Resultados

Na Tabela 1 são apresentados os resultados da comparação entre os atletas medalhistas e não-medalhistas das estratégias de *coping* utilizadas e das dimensões do *Ambiente de Grupo e Coping*.

Tabela 1.

Comparação entre atletas medalhistas e não-medalhistas de voleibol amador para as variáveis ambiente de grupo e coping

Variável	Medalhistas Md± dp	Não medalhistas Md± dp	Total Md± dp	p	t	
Estratégias de coping	Rendimento sobre pressão	1,73±0,74	2,26±0,70	1,87±0,77	0,00*	4,60
	Ausência de preocupação	1,50±0,71	1,69±0,84	1,55±0,75	0,09	1,65
	Confronto com a adversidade	1,74±0,60	2,18±0,63	1,86±0,63	0,00*	4,61
	Concentração	1,73±0,57	2,02±0,60	1,81±0,59	0,00*	3,21
	Formulação de objetivos	1,71±0,67	1,84±0,69	1,74±0,68	0,21	-0,98
	Confiança e motivação para a realização	1,97±0,62	2,13±0,56	2,01±0,61	0,09	-1,16
	Treinabilidade	2,26±0,52	2,19±0,62	2,24±0,55	0,38	0,87
Ambiente de Grupo	Atração individual para o grupo tarefa	7,78±1,48	8,24±1,20	7,90±1,42	0,04*	2,05
	Atração individual para o grupo social	7,34±1,80	7,00±1,98	7,28±1,67	0,03*	3,00
	Integração para o grupo tarefa	7,08±1,77	7,85±1,22	7,32±1,57	0,05*	1,93
	Integração no grupo social	7,67±1,34	5,82±2,19	6,21±2,15	0,21	4,53

Legenda: Md = médio; Dp = Desvio padrão; p = probabilidade; t = t-test; \* = nível de significância  $> 0.05$ 

Fonte = Os autores

Os resultados demonstraram que as diferenças estatisticamente significativas encontradas foram nas subescalas "rendimento máximo sobre pressão", "confronto com a adversidade", "concentração", nas estratégias de *coping*. Já, no ambiente de grupo foi encontrado diferenças estatisticamente significativas para as variáveis "Atração individual

para o grupo tarefa", "Atração individual para o grupo social", "Integração para o grupo tarefa" em atletas medalhistas apresentaram valores superiores.

Na Tabela 2, é apresentado o resultado da comparação entre os atletas amadores de voleibol do sexo feminino e masculino.

Tabela 2.

Comparação entre os sexos para as estratégias de coping e as dimensões do ambiente de grupo utilizadas por atletas de voleibol amador

Variável	Feminino	Masculino	Total	p	t	
	Md± dp	Md± dp	Md± dp			
Estratégias de Coping	Rendimento máximo sobre pressão	1,82±0,82	1,96±0,67	1,87±0,77	0,20	1,26
	Ausência de preocupações	1,67±0,75	1,34±0,70	1,55±0,75	0,02*	3,14
	Confronto com a adversidade	1,86±0,65	1,86±0,61	1,86±0,63	0,96	0,50
	Concentração	1,77±0,60	1,86±0,58	1,81±0,59	0,31	1,00
	Formulação de objetivos	1,71±0,69	1,80±0,66	1,74±0,68	0,40	-0,83
	Confiança motivação para realização	2,00±0,60	2,03±0,62	2,04±0,61	0,70	-0,38
	Treinabilidade	2,28±0,54	2,19±0,57	2,24±0,55	0,25	1,14
Atração individual para grupo Tarefa	8,09±1,27	7,57±1,61	7,90±1,42	0,01*	2,58	

Ambiente de grupo	Atração individual para o grupo Social	7,57±1,41	6,79±1,96	7,28±1,67	0,01*	3,30
	Integração no grupo Tarefa	7,51±1,47	7,00±1,70	7,32±1,57	0,02*	2,25
	Integração no grupo Social	6,54±2,17	5,64±2,00	6,21±2,15	0,04*	2,93

Legenda: Md = médio; Dp = Desvio padrão; p = probabilidade; t = t-test; \* = nível de significância > 0.05

Fonte: Os autores

Os resultados demonstraram que a estratégia de *coping* “ausência de preocupações” demonstrou diferença estatisticamente significativa, sendo que as atletas de voleibol amador feminino apresentaram resultados superiores aos atletas amadores de voleibol. Com relação ao ambiente de grupo ocorreu diferença estatisticamente significativa em todas as subescalas apresentando diferenças estatisticamente significativas com superioridade das atletas em comparação com os atletas de voleibol amador.

Tabela 3.

Impacto do ambiente de grupo e da utilização de estratégias de *coping* no desempenho esportivo de atletas amadores de voleibol

Variáveis	p-valor	OR	Intervalo de confiança	
			Inferior	Superior
Rendimento máximo sobre pressão	,027*	1,912	1,078	3,393
Ausência de preocupações	,036*	1,656	1,034	2,651
Confronto com a adversidade	,003*	3,377	1,530	7,456
Concentração	,482	1,308	,618	2,768
Formulação de objetivos	,568	,831	,439	1,571
Confiança e motivação para a realização	,315	,669	,306	1,465
Treinabilidade	,370	,738	,380	1,433
Atração individual para o grupo Tarefa	,487	1,168	,754	1,810
Atração individual para o grupo Social	,927	1,017	,702	1,476
Integração no grupo Tarefa	,407	,854	,587	1,241
Integração no grupo Social	,005*	1,451	1,118	1,884

Legenda: p = probabilidade > 0,05; OR = Odds ratio; \* = diferença significativa  
Fonte: Os autores

O modelo de regressão logística (Tabela 3) demonstrou que atletas medalhistas apresentaram maiores chances de utilizar as estratégias de “rendimento máximo sobre pressão” (OR= 1,91), “ausência de preocupações” (OR= 1,65) e “confronto com as adversidades” (OR= 3,37). Já altos níveis de “integração no grupo social” atuam como fator de proteção para os atletas medalhistas (OR=1,45; IC=1,18-1,88) quando comparados a atletas com os atletas não medalhistas

## Discussão

Os resultados apontaram que as estratégias de *coping* que apresentaram maior impacto para o desempenho esportivo dos atletas amadores medalhistas de voleibol foram o confronto com a adversidade (odds ratio, 3,37; com intervalo de confiança de 95%, 1,85-7,45), rendimento máximo sob pressão (odds ratio, 1,92; com intervalo de confiança de 95%, 1,07-3,39) e ausência de preocupações (odds ratio, 1,65; com intervalo de confiança de 95%, 1,03-2,65). Estas estratégias de *coping* possibilitam que o indivíduo encontre maneiras de lidar adequadamente com situações estressoras e consciente desse processo o atleta consegue avaliar estas situações, podendo dominar, reduzir ou tolerar as demandas da atividade (Coimbra et al. 2013), portanto, as estratégias de *coping* são potencialmente adaptativas e as características de atletas mais resilientes estão associadas aos atletas que as utilizam (Luthar et al., 2000; Secades et al., 2016),

Atletas, geralmente, avaliam as competições estressantes como um desafio e preferem a estratégia de enfrentamento (*coping*) de estarem determinados a cumprir a meta estabelecida (Kerdijk, van der Kamp & Polman 2016; Litwic-Kaminska, 2020). Devido a natureza complexa do enfrentamento no esporte os atletas devem desenvolver uma variedade de estratégias de enfrentamento que forneçam soluções específicas para diversas situações estressantes (Rose et al., 2023) ou para a mesma situação, mas em um contexto diferente (Coimbra et al. 2013). Segundo Gally & Vealey (2008), o uso de diversas de estratégias de *coping* que objetivam o confronto com as adversidades é uma característica que auxilia atletas a lidar as emoções negativas ou desagradáveis, tornando-os resilientes para enfrentar melhor situações estressantes além de reforçar suas próprias estratégias de *coping* no processo, isto permite um crescimento pessoal, resultante de alterações psicológicas que os ensina a lidar bem com as dificuldades (Richardson et al, 1990).

Embora não tenha valores de impacto para o desempenho esportivo a estratégia de *coping* “concentração” também foi uma característica diferencial entre atletas medalhistas e não medalhistas, esta constatação mostra que os atletas medalhistas a utilizam para evitar resultados negativos, buscando delinear sua estratégia para os jogos e a competição, e ao se concentrarem, controlam melhor suas emoções conseguindo uma boa performance (Meyers et al., 2008). Já, Fletcher e Sarkar (2012) verificaram que a habilidade de se concentrar é um aspecto importante da resiliência, e os atletas necessitam de auto concentração nos jogos, bem como, durante os treinos, focando, tanto no processo como nos resultados dos eventos.

Na dimensão do ambiente do grupo “integração no grupo social” foi a que apresentou maior impacto para os atletas medalhistas (odds ratio, 1,45; com intervalo de confiança de 95%, 1.18-1,88), Estes resultados evidenciam alta percepção dos medalhistas para a integração do grupo social que favorece ao melhor desempenho e ao sucesso da equipe esportiva, pois uma equipe coesa é chave para resultados positivos (Carron, Brays & Eys (2002), e está positivamente relacionada com o sucesso em equipes que requerem intensa interação (Gill, 1986). Contrariamente, atletas medalhistas, hipoteticamente, deveriam ter maior orientação do ambiente de grupo voltada para a tarefa visando maior produtividade (Nascimento Junior et al. (2011), atingir as metas (Lowther & Lane, 2002) e os objetivos (Carron et al., 2002) em comparação com os atletas não-medalhistas, pois para Hernandez & Gomes (2002), caso uma equipe apresente alto índice de coesão em torno da tarefa, o aparecimento de um alto índice de coesão social poderá ter um efeito positivo sobre o desempenho”.

Ainda sobre a coesão das equipes, Nascimento Junior, Balbim & Vieira (2013) analisando o ambiente de equipes

adultas de voleibol, verificaram que os atletas apresentaram bons níveis de percepção de coesão de grupo. Esse achado evidenciou que, embora o esporte amador seja fortemente marcado pelo contexto competitivo com prioridade para à busca por resultados, o relacionamento social entre os atletas é importante para a conquista de objetivos, como demonstrou Morão et al. (2019), cujos resultados apontaram para níveis acima da média esperada na dimensão “envolvimento social” quanto na dimensão “para a equipe” com atletas de juniores de futebol. Além da importância para o trabalho coletivo aperfeiçoar a dinâmica das equipes por meio da coesão, pode ter também um papel de relevância individual, dado que pode melhorar o estado psicológico dos jogadores (Prapavessis & Carron, 1996).

Os resultados da comparação atletas do sexo feminino e masculino evidenciaram que mulheres demonstraram um envolvimento significativamente maior em todas as escalas do ambiente de grupo: atração individual para grupo tarefa e a social e na integração no grupo seja na tarefa ou no convívio social, evidenciando que as jogadoras de voleibol demonstraram mais sentimentos sobre o envolvimento pessoal, a aceitação e interação social com o grupo (Nascimento Junior, Balbim & Vieira., 2013; Paes et al. (2016). A atração das atletas para o grupo social aumenta o potencial de influencia de uma atleta sobre as demais ocasionando com que os atletas da equipe sejam mais propensos a avaliar a situação como um desafio e a usar estratégias de enfrentamento focadas no problema ou na emoção (Kerdijk, van der Kamp & Polman, 2016). Esse aumento da coesão e do coletivismo psicológico pode melhorar a capacidade das atletas de lidar com situações estressantes no esporte, o que pode permitir-lhes alcançar um melhor desempenho por meio do envolvimento de cada atleta (Gu & Xue, 2022).

Por mais que os resultados deste estudo forneçam informações interessantes sobre a comparação das estratégias de *coping* e do *ambiente de grupo* no desempenho de atletas de voleibol amador, algumas limitações devem ser levadas em consideração, como: a perda amostral devido a dificuldade da coleta pois equipes amadoras não possuem os mesmos rigores em termos de disciplina de horários de treinamentos. Outra limitação, é o tempo para responder os questionários e os locais diversos nos quais as competições são realizadas. Em termos de literatura disponível as pesquisas ainda focam atletas profissionais ou de alto rendimento em detrimento aos atletas amadores que participam de uma grande quantidade de ligas amadoras que surgiram a partir do esporte de rendimento.

Como aplicação prática, os resultados deste estudo podem auxiliar os treinadores, técnicos e atletas a entender e lidar melhor com situações de como enfrentar o estresse, utilizando de estratégias mais efetivas do ponto de vista psicológico, principalmente, no contexto do esporte amador. Os técnicos podem usar das estratégias de *coping* e coesão do grupo para entender e avaliar as equipes amadoras, pois estas não possuem recursos similares as equipes profissionais em termos de equipe de gestores, principalmente, psicólogos esportivos. Tais resultados justificam exploração

futura para elaborar intervenções comportamentais direcionadas aos fatores psicossociais do atleta amador para promover melhor desempenho, reduzir risco de lesões, estresse, fortalecer o enfrentamento e melhorar a saúde e o bem-estar.

## Conclusão

Conclui-se que as estratégias de *coping* que demonstraram maior impacto no desempenho esportivo de atletas amadores de voleibol foram: o confronto com a adversidade, o rendimento máximo sobre pressão e a ausência de preocupações. A concentração também foi uma estratégia de *coping* com diferença significativa entre medalhistas e não-medalhistas durante a competição.

Em relação ao ambiente do grupo os atletas não-medalhistas amadores de voleibol se caracterizam pela atração e integração no grupo social seja na execução da tarefa ou pelo convívio social. Já, as atletas amadoras de voleibol feminino enfatizaram a estratégia de *coping* “ausência preocupação” em comparação com os atletas e, um maior envolvimento com o ambiente de grupo seja na atração individual quanto na integração para a tarefa ou para o grupo social.

Finalizando os atletas medalhistas utilizaram mais as estratégias de *coping* que tem maior impacto no desempenho esportivo sendo que os atletas não-medalhistas e, principalmente, as atletas de voleibol amador estão mais orientadas para o ambiente e coesão da sua equipe.

## Referências

- Carron, A. V., Widmeyer, N., & Brawley, L. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The group environment questionnaire. *Journal of Sport Psychology*, 7, 244-266
- Carron, A. V., Brawley, L. R., & Widmeyer, W. N. (1998). The Measurement of Cohesiveness in Sport Groups. In J. Duda (Ed.), *Advances in Sport and Exercises Psychology Measurement* (pp. 213-226): Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., Bray, S. R., & Eys, M. A. (2002). Team cohesion and team success in sport. *Journal of sports sciences*, 20(2), 119–126. doi.org/10.1080/026404102317200828
- Cartwright, D. (1975). *Dinâmica de grupo: pesquisa e teoria*. EPU/EDUSP.
- Costa, E. S., & Leal, I. P. (2006). Estratégias de coping em estudantes do Ensino Superior. *Análise Psicológica*, 24(2), 189-199. doi.org/10.14417/ap.163
- Colognesi, J.G.E. (2019). Desempenho de atletas recebendo pressão externa. *Repositório Institucional UNESP*.
- Coimbra, D.R. (2011). Validação do Questionário. Universidade Federal de Juiz de Fora-UFJF Faculdade de Educação Física e Desportos-FAEFID Programa de Pós Graduação em Educação Física. Dissertação de Mestrado, pp. 1-114.
- Coimbra, D.R., Bara Filho, M., Andrade, A., & Miranda

- R. (2013). Habilidades psicológicas de coping em atletas brasileiros. *Motricidade*, 9(1), 95-106. doi:10.6063/motricidade.9(1).2467
- Fletcher D, Sarkar M. A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise* 2012; 13: 669-678. Doi: 10.1016/j.psychsport.2012.04.007
- Galli, N., & Vealey, R. S. (2008). "Bouncing back" from adversity: Athletes' experiences of resilience. *The Sport Psychologist*, 22(3), 316–335. Doi: 10.1123/tsp.22.3.316
- Gill, D.L. (1986). *Dinâmica psicológica do esporte*. Editores de cinética humana.
- Gu, S., & Xue, L. (2022). Relationships among sports group cohesion, psychological collectivism, mental toughness and athlete engagement in Chinese team sports athletes. *International journal of environmental research and public health*, 19(9), 4987. <https://doi.org/10.3390/ijerph19094987>
- Hernandez, J. A. E., & Moraes Gomes, M. (2002). Coesão grupal, ansiedade pré-competitiva e o resultado dos jogos em equipes de futsal. *Revista brasileira de ciências do esporte*, 24(1).
- Kerdijk, C., van der Kamp, J., & Polman, R. (2016). The Influence of the Social Environment Context in Stress and Coping in Sport. *Frontiers in psychology*, 7, 875. Doi: 10.3389/fpsyg.2016.00875
- Kiss, M.A.P.D.M., & Böhme, M.T.S. (1999). Laboratório de desempenho esportivo LADESP. *Revista Paulista de Educação Física*, 13, 62-68.
- Kozhan, A., Yerkinbekova, M., Omarova, S., Turniyazova, Z., & Davletova, A. (2024). Desarrollo de la resistencia al estrés (en un ejemplo de entrenamiento de atletas). *Retos*, 51, 211–218. <https://doi.org/10.47197/retos.v51.100302>
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1980). Uma análise de enfrentamento em uma amostra comunitária de meia-idade. *Jornal de saúde e comportamento social*, 219-239.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Estresse, apreciação e coroamento*. Editora Springer.
- Lazarus, R. S., DeLongis, A., Folkman, S., & Gruen, R. (1985). Stress and adaptational outcomes: The problem of confounded measures. *American Psychologist*, 40(7),770-779. doi: 10.1037/0003-066X.40.7.770
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1987). Teoria transaccional e pesquisa sobre emoções e enfrentamento. *Jornal Europeu de Personalidade*, 1 (3), 141-169. doi.org/10.1002/per.2410010304
- Litwic-Kaminska K. (2020). Types of Cognitive Appraisal and Undertaken Coping Strategies during Sport Competitions. *International journal of environmental research and public health*, 17(18), 6522. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186522>
- López-Gajardo, M. Ángel, Flores-Cidoncha, A., Rubio-Morales, A., Díaz-García, J., & González-Ponce, I. (2022). Factores que determinan la consecución del rendimiento en el fútbol de élite: Orientación cualitativa con jugadores y jugadoras profesionales. *Retos*, 46, 789–800. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.92961>
- Lowther, J., & Lane, A. (2002). Relationships between mood, cohesion and satisfaction with performance among soccer players. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, 4(3)
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562. DOI: 10.1111/1467-8624.00164.
- Martens, R., & Peterson, J.A. (1971). A coesão do grupo como determinante do sucesso e da satisfação dos membros no desempenho da equipe. *Revisão internacional de sociologia do esporte*, 6(1), 49-61.
- Meyers M, Stewarts C, Laurent M, Leunes A, Bourgeois A. (2008). Coping skills of olympic developmental soccer athletes. *International Journal of Sports Medicine*, 29(12): 987-93. DOI: 10.1055/s-2008-1038679
- Morão, K.G., Verzani, R.H., Bagni, G., Rebustini, F., & Machado, A.A. (2019). Estudo exploratório da Coesão em atletas juniores de futebol. *Educación Física y Ciencia*, 21(2), 82-82. doi.org/10.24215/23142561e082
- Nascimento Junior, J.R.A.D. (2011). *Estudo da validação do Questionário de Ambiente de Grupo e sua relação com a liderança no contexto esportivo competitivo* (Master's thesis, Universidade Estadual de Maringá).
- Nascimento Junior, J.R.A.D., Vieira, L.F., Souza, E.A.D., & Vieira, J.L.L. (2011). Nível de satisfação do atleta e coesão de grupo em equipes de futsal adulto. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 13, 138-144. Doi: 10.5007/1980-0037.2011v13n2p138
- Nascimento Junior, J.R.A.D., Vieira, L.F., Rosado, A.F.B., & Serpa, S. (2012). Validação do Questionário de Ambiente de Grupo (GEQ) para a língua portuguesa. *Motriz: Revista de Educação Física*, 18, 770-782.
- Nascimento Junior, J.R.A., & Vieira, L.F. (2012). Liderança do técnico e coesão de grupo: um estudo com equipes profissionais de futsal. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 20(2), 84-90.
- Nascimento Junior, J.R.A., Balbim, G.M., & Vieira, L.F. (2013). Coesão de grupo em equipes adultas de voleibol do estado do Paraná. *Psicologia: teoria e prática*, 15(1), 105-115.
- Paes, M.J., Amaral Machado, T., Berbetz, S.R., & Stefanello, J.M.F. (2016). Frequência, intensidade e direção da ansiedade e sua relação com a coesão grupal em uma equipe de voleibol infanto-juvenil masculina. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 6(3). Doi:10.31501/rbpe.v6i3.7276
- Prapavessis, H., & Carron, A.V. (1996). O papel do sacrifício na dinâmica das equipas desportivas. *Dinâmica de Grupo*, 1, 231-240.
- Richardson, G. E., Neiger, B. L., Jensen, S., & Kumpfer, K. L. (1990). The Resiliency Model. *Health Education*, 21(6), 33–39. Doi: 10.1080/00970050.1990.10614589

- Ramzaninezhad, R., & Keshtan, M.H. (2009). The relationship between coach's leadership styles and team cohesion in iran football clubs professional league. *Revista Brasileira de Motricidade*, 3(2), 111-120.
- Rose, S., Burton, D., Kercher, V., Grindley, E., & Richardson, C. (2023). Enduring stress: A quantitative analysis on coping profiles and sport well-being in amateur endurance athletes. *Psychology of sport and exercise*, 65, 102365. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102365>
- Rossi, M.R., Vitorino, L.M., Salles, R.P., & Cortez, P.J.O. (2016). Estratégias de coping em atletas de futebol feminino: Estudo comparativo. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 22, 282-286. [doi.org/10.1590/1517-869220162204160572](https://doi.org/10.1590/1517-869220162204160572)
- Secades, X. G., Molinero, O., Salguero, A., Barquín, R. R., de la Vega, R., & Márquez, S. (2016). Relationship Between Resilience and Coping Strategies in Competitive Sport. *Perceptual and motor skills*, 122(1), 336–349. [doi.org/10.1177/0031512516631056](https://doi.org/10.1177/0031512516631056)
- Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L., & Ptacek, J. T. (1995). Development and Validation of a Multidimensional Measure of Sport-Specific Psychological Skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 379-398
- Tertuliano, I.W., Alvarenga, D. V., Xavier, G.H., Oliveira, V.D., & Machado, A.A. (2019). Coesão de grupo em categorias de base do futebol. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília*, 27(2), 37-47. [doi.org/10.31501/rbcm.v27i2.9319](https://doi.org/10.31501/rbcm.v27i2.9319)
- Vieira, L.F., Caruso, N.M., Aizawa, P.V.S., & Rigoni, P.A.G. (2013). Análise da síndrome de “burnout” e das estratégias de “coping” em atletas brasileiros de vôlei de praia. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 27, 269-276. [doi.org/10.1590/S1807-55092013005000012](https://doi.org/10.1590/S1807-55092013005000012)
- Widmeyer, W., Brawley, L. R., & Carron, A. V. (1990). The Effects of Group Size in Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12, 177-190. [doi.org/10.1123/jsep.12.2.177](https://doi.org/10.1123/jsep.12.2.177)

#### Datos de los/as autores/as:

Jose Luiz Lopes Vieira	jllvieirauem@gmail.com	Autor/a
Giovana Telles Rodrigues	ra118534@uem.br	Autor/a
Vânia de Fátima Matias de Souza	vfmsouza@uem.br	Autor/a
Lorena Mota Catabriga	pg404298@uem.br	Autor/a
Claudio kravchychyn	ckravchychyn@uem.br	Autor/a
Fernanda Carrosi Donato	fenandadonato@hotmail.com	Autor/a
Larissa Lucca Marção	Lariilucca@gmail.com	Autor/a
Luciana Ferreira	luferreira.ed@gmail.com	Autor/a