



COMITÊ OLÍMPICO DO BRASIL

**FERNANDO DE BRITTO MARI
LUCAS MOTTA PALERMO
NAYARA MALHEIROS CARUZZO FERNANDES
ROBSON FLORENTINO XAVIER**

**PAIXÃO E ESTRATÉGIAS DE COPING DE ATLETAS DE VÔLEI DE PRAIA NO
CONTEXTO NACIONAL**

**RIO DE JANEIRO
2018**

COMITÊ OLÍMPICO DO BRASIL

**FERNANDO DE BRITTO MARI
LUCAS MOTTA PALERMO
NAYARA MALHEIROS CARUZZO FERNANDES
ROBSON FLORENTINO XAVIER**

**PAIXÃO E ESTRATÉGIAS DE COPING DE ATLETAS DE VÔLEI DE PRAIA NO
CONTEXTO NACIONAL**

Orientador: Prof^ª. Dra. Maria Regina Ferreira Brandão

**RIO DE JANEIRO
2018**

Resumo

A constante pressão por resultados leva os atletas ao limite da mobilização de seus recursos físicos e psicológicos. A literatura mostra que tanto a paixão, que sustenta o empenho e a persistência do sujeito na modalidade quanto as estratégias de coping podem minimizar os efeitos estressores do contexto. Entretanto, não mostram se há relação entre os dois constructos. Assim, o presente estudo objetivou identificar as estratégias de *coping* e a paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia; comparar as estratégias de *coping* e a paixão em relação ao sexo, categoria e região; e correlacionar as estratégias de *coping* e a paixão. Para tanto foram avaliados 132 atletas brasileiros de vôlei de praia, com média de idade $21,14 \pm 7,27$ anos por meio do *Athletic Coping Skills Inventory - BR* e a Escala da Paixão para o esporte. Para a análise de dados utilizou-se o teste *Kolmogorov-Smirnov*, teste U de *Mann-Whitney*, *Kruskall-Wallis*, *Friedman* e coeficiente de correlação de *Spearman*, adotando-se $p < 0,05$. Os resultados mostram que as estratégias de *coping* mais utilizadas pelos atletas foram Metas (Md=9,00) e Confiança e Motivação (Md=9,00). Na comparação entre os sexos, evidenciou-se que o sexo feminino apresenta maior Paixão Harmoniosa em relação ao masculino ($p < 0,02$). A categoria sub-19 apresentou maior utilização da estratégia "Livre de preocupação" ($p < 0,03$) e maiores níveis de paixão ($p < 0,01$) em relação à categoria adulta. Houve correlação significativa negativa da paixão com a idade e o tempo de prática. Conclui-se que os atletas traçam metas claras e confiam em suas capacidades como forma de lidar com o estresse. Os atletas apaixonados harmoniosamente pela modalidade apresentaram maior recurso de enfrentamento de *coping*.

Palavras-chave: Estratégias de enfrentamento; Psicologia do Esporte; Atletas.

Abstract

The constant pressure for results leads athletes to the limit of the mobilization of their physical and psychological resources. The literature shows that both passion, which sustains the commitment and persistence in the modality, and coping strategies can minimize the stressful effects of the context. However, they do not show any relationship between those two constructs. Thus, the present study aimed to identify coping strategies and the passion of Brazilian beach volleyball athletes; compare coping strategies and passion in relation to gender, category, and region; and correlate coping strategies and passion. A total of 132 Brazilian beach volleyball athletes, with a mean age of 21.14 ± 7.27 years, were evaluated through the *Athletic Coping Skills Inventory - BR* and *Passion Scale for the sport*. For the data analysis, the *Kolmogorov-Smirnov* test, *Mann-Whitney U* test, *Kruskall-Wallis*, *Friedman* and *Spearman's* correlation coefficient were used, adopting $p < 0.05$. The results show that the coping strategies most used by the athletes were Goals (Md = 9.00) and Confidence and Motivation (Md = 9.00). In the comparison between genders, it was evidenced that the females present greater Harmonious Passion in relation to the males ($p < 0,02$). The U-19 category presented greater use of the "worry free" strategy ($p < 0.03$) and higher levels of passion ($p < 0.01$) in relation to the adult category. There was a significant negative correlation of passion with age and practice time. It is concluded that athletes set clear goals and rely on their abilities as a way of dealing with stress. The athletes in love with the modality presented a greater coping coping ability.

Key-words: Psychological Adaptation; Sport Psychology; Athletes.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Estratégias de *coping* e da paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia.

Tabela 2 – Estratégias de *coping* e paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia em comparação entre as categorias.

Tabela 3 – Estratégias de *coping* e paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia quanto ao sexo.

Tabela 4 – Estratégias de *coping* e da paixão por região e a comparação entre as regiões.

Tabela 5 – Correlação das estratégias de *coping*, paixão, idade e tempo de experiência.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

PH - Paixão Harmoniosa

PO - Paixão Obsessiva

ACSI-28BR - *Athletic Coping Skills Inventory*

TE - Tempo de Experiência

SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO.....	07
2.REVISÃO DA LITERATURA.....	08
3.MATERIAL E MÉTODOS.....	13
3.1 Delineamento da pesquisa.....	13
3.2 Sujeitos.....	13
3.3 Instrumentos e Procedimentos.....	13
3.4 Tratamento dos Dados e Estatística.....	14
4.RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
5. DISCUSSÃO.....	18
6. CONCLUSÕES.....	21
7. REFERÊNCIAS.....	22

1. Introdução

No esporte de alto rendimento, a busca pela vitória exige do atleta uma constante transposição de obstáculos, uma vez que, o desempenho e sucesso esportivo não são conquistados apenas pelo nível de habilidade apresentada pelo indivíduo, mas sim, pelo resultado de uma somatória de fatores *individuais* tais como, controle dos sentimentos, disciplina pessoal, comportamentos direcionados ao alcance de metas, maior tolerância ao estresse, maior resistência a frustração, etc. e, *ambientais* que podem possibilitar ao indivíduo vivenciar experiências positivas e, com isso, desenvolver algumas características que favoreçam a promoção da resiliência (SILVA, RABELO, RUBIO, 2010; FONTES, BRANDÃO, 2013).

A manutenção do desempenho esportivo ocorre não apenas durante as sessões de treinamento, mas também em momentos extra esporte como por exemplo, disciplina de repouso, recuperação, dieta alimentar, vida social, vida amorosa, dentre outros (COSTA; OLIVEIRA; VARGAS, 2018). Além desses fatores, o gerenciamento do estresse e das adversidades se faz necessário no contexto esportivo quando se almeja alcançar grandes resultados (BELEM, et al. 2017), uma vez que as principais demandas do esporte, possuem influências de aspectos cognitivos, comportamentais, fisiológicos e sociais (COSTA; OLIVEIRA; VARGAS, 2018).

Fatores como lesão, pressão da competição e do treinador, ansiedade e as altas cargas de treinamento podem influenciar o desempenho e o sucesso esportivo, já que, esses fatores são considerados potenciais estressores para o atleta (BELEM et al., 2014). Para superar os agentes estressores, os esportistas necessitam se adaptar às mudanças contextuais (BELEM, et al. 2014) e a maneira como cada atleta lida com este fenômeno denomina-se *coping*, termo em inglês que significa enfrentar, lidar, gerenciar (COIMBRA, et al. 2013).

Outro fator psicológico, a paixão, pode permitir que o indivíduo mantenha um nível sustentado de desempenho, pois representa importante fonte de energia motivacional. A paixão no esporte pode ser contextualizada como a energia que sustenta o empenho e a persistência do atleta numa determinada modalidade (sendo esta energia a base da sua motivação) (CID; LOURO, 2010). Vallerand et al. (2003), distinguem dois tipos de Paixão que estão internalizadas na identidade do sujeito e causam diferentes implicações comportamentais: a Paixão *Harmoniosa* (PH) está associada a uma internalização autônoma, pois o sujeito pratica a modalidade por livre vontade, gosto pela atividade e não por questões de reforço externo. Neste tipo de paixão, a atividade não controla o indivíduo, ele a pratica porque assim o deseja, e não por sentimentos de obrigação ou pressão interna. A Paixão *Obsessiva* (PO) está associada

a uma internalização controladora, ou seja, o sujeito busca através da sua realização, sentimentos de aceitação social ou de aumento da autoestima.

Estudos têm investigado as estratégias de *coping* no desempenho esportivo (COIMBRA, et al. 2013) sua relação com a Síndrome de *Burnout* (VIEIRA, et al. 2013; BIM, et al. 2014), com a resiliência (BELEM, et al. 2014; BELEM, et al. 2017) e com o estresse e emoções (DIAS, CRUZ, FONSECA, 2009). Por outro lado, a Paixão no esporte (VALLERAND, et al. 2003; VALLERAND, et al. 2008) tem sido investigada com a motivação em atletas de natação (CID, LOURO, 2010), *burnout* com mediação da motivação (CURRAN, et al. 2011), agressividade (DONAHUE, RIP, VALLERAND, 2009) e relacionamento treinador-atleta (LAFRENIÈRE, 2008). Entretanto, não foram encontrados estudos que relacionam as estratégias de *coping* à paixão, no contexto do vôlei de praia, sendo esta a lacuna que este estudo pretende preencher.

Nesse sentido, o presente estudo objetivou a) identificar as estratégias de *coping* e a paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia; b) comparar as estratégias de *coping* e a paixão de atletas de vôlei de praia em relação ao sexo, categoria e região; e c) correlacionar as estratégias de *coping* e a paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia.

2. Revisão de literatura

A revisão de literatura encontra-se estruturada em dois capítulos que compreendem: “Estratégias de *Coping* no esporte” e “Paixão no Esporte”.

Estratégias de Coping no esporte

O *coping* na tradução literal do inglês “to cope”, significa competir com sucesso ou em igualdade de condições, lutar. Também pode ser descrito como a ação de lidar adequadamente com uma situação superando as dificuldades ou limites que essa situação pode apresentar-se.

A forma como as pessoas lidam com o estresse, pode fazer a diferença para a sua saúde mental, uma vez que nem sempre estamos preparados para evitá-lo (MELO, et al. 2016) e o contexto do esporte competitivo oferece aos seus praticantes uma diversidade de situações estressoras (DIAS; CRUZ; FONSECA, 2009). Nesse sentido, o *coping* é um processo consciente, no qual o indivíduo utiliza seus recursos pessoais e psicofísicos para dominar, reduzir, ou tolerar as demandas da atividade em meio a uma situação estressante (ANSHEL, 1990).

O *coping* pode ser entendido como um conjunto de medidas intencionais, cognitivas e comportamentais, que os indivíduos adotam para se adaptar às diferentes circunstâncias estressantes, objetivando minimizar os efeitos estressores e retornar ao seu estado anterior

(MELO, et al. 2016). A conceituação sobre a temática tem sofrido mudanças no decorrer do tempo, de modo que podemos dividir os conceitos em três momentos distintos (BARBOSA, et al. 2016; MELO, et al. 2016).

No primeiro momento, no início do século XX, foi tratado como um mecanismo de defesa, em que o indivíduo tinha uma motivação interna como uma maneira de lidar com seus conflitos sexuais e agressivos. No segundo momento, a partir da década de 60 até a década de 80, os comportamentos de *coping* eram avaliados a partir de seus determinantes cognitivos e situacionais, com os comportamentos associados a um processo transacional entre pessoa e ambiente, com ênfase no processo, tanto quanto em traços de personalidade. O terceiro momento ou terceira geração de pesquisadores, no final do século XX, convergiram os estudos para a relação do *coping* com os traços de personalidade, acreditando que os fatores situacionais não são capazes de explicar a variação nas estratégias de enfrentamento utilizadas pelos indivíduos (BARBOSA, et al. 2016; MELO, et al. 2016).

Nesse sentido, autores trabalharam para identificar os traços de personalidade que favorecem o uso de *coping*. Foram destacados traços como otimismo, rigidez, autoestima e a identificação dos lócus de controle. Seguindo essa perspectiva, os estilos de *coping* foram conceituados como características de personalidade, portanto são estáveis em diferentes contextos. Já as estratégias de *coping* se referem às estratégias cognitivas ou comportamentais, utilizadas sob demanda estressante, sendo, portanto, contextuais (BARBOSA, et al. 2016).

As estratégias podem ser medidas pelo instrumento ACSI-28BR - *Athletic Coping Skills Inventory*, recém validado para o contexto nacional (MIRANDA et al., 2018). O instrumento multidimensional avalia sete diferentes habilidades psicológicas de *coping* (SMITH; CHRISTENSEN, 1995):

- Lidar com Adversidades: atleta permanece positivo e com entusiasmo diante de situações inesperadas, se mantendo calmo controlado mesmo em situações desfavoráveis, além de ter a capacidade de se recuperar rapidamente após erros e contratempos.
- Desempenho sob Pressão: possuem habilidade de se manterem desafiadas frente a uma situação de pressão e não ameaçadas. Gostam de ser colocados sobre pressão e frequentemente possuem melhor desempenho nestas ocasiões.
- Metas/Preparação Mental: capacidade de definir e trabalhar com metas específicas de desempenho. Conseguem se planejar e se preparar mentalmente tanto para treinos quanto para competição.

- **Concentração:** Indivíduos com médias elevadas, não se distraem facilmente e são capazes de manter a concentração no que se deve ser realizado, mesmo em situações inesperadas.
- **Livre de Preocupação:** Atletas com escores elevados nesta habilidade, se desenvolvem a não colocar preocupação sem importância em seu desempenho, mesmo quando não é satisfatório bem como quando comete erros. Não se importam com o que os outros podem vir a pensar caso falhem.
- **Confiança e Motivação:** os atletas são sempre confiantes em seu desempenho e estão sempre motivados e positivos em relação a sua performance.
- **Treinabilidade:** atletas com níveis elevados de treinabilidade, estão prontos para aprender com as informações passadas pelo treinador. São sempre receptivos a críticas, entendendo-as como construtivas, sem levar para o lado pessoal e sem aborrecimentos.

Cada vez mais a psicologia e os praticantes do esporte de alto rendimento entendem e valorizam a importância do *coping* no esporte. Ele tem sido amplamente estudado no contexto internacional, entretanto essa frequência não é observada no contexto nacional (BARBOSA, et al. 2016).

Alguns estudos nacionais, como o de Belem et al. (2014), relaciona as estratégias de *coping* à resiliência em atletas de vôlei de praia, no contexto brasileiro. O artigo parte da premissa que para desenvolver um perfil resiliente, os atletas precisam enfrentar as adversidades do contexto esportivo, utilizando recursos pessoais como otimismo, competitividade, motivação, maturidade e persistência. O estudo concluiu que utilizar estratégias de enfrentamento, como estabelecimento de metas, motivação e concentração para no ambiente competitivo, têm impacto significativo no desenvolvimento do perfil resiliente.

Outro estudo (VIEIRA, et al. 2013) analisou o *coping* com a síndrome de *burnout*, em jogadores de vôlei de praia. Houve a participação de 93 atletas, das categorias sub-21 e "open" do circuito brasileiro de vôlei de praia. Concluiu-se que quanto maior a síndrome de *burnout*, menor é a utilização de estratégias de *coping* em atletas de vôlei de praia. Essas duas variáveis também foram estudadas em atletas de futsal (BIM, et al. 2014). Os resultados mostraram que as estratégias de *coping* mais utilizadas foram Confiança/Motivação e Rendimento Máximo sobre Pressão. Além disso, houve diferenças nas variáveis Desempenho sob Pressão, Confiança/Motivação, Treinabilidade em relação ao grupo dos atletas que já haviam sido convocados para a seleção brasileira e os não convocados. Também se constatou que os atletas que já tiveram passagem pela seleção brasileira possuem maior diversidade de estratégias de enfrentamento.

Coetzee, Grobbelaar e Gird (2006) selecionaram duas equipes de futebol para investigar a relação entre habilidades psicológicas e o sucesso esportivo. A comparação entre os grupos demonstrou que atletas de sucesso obtiveram melhores resultados, com maiores médias nas estratégias de Lidar com Adversidades, Desempenho sob pressão, Metas/Preparação Mental, Concentração, Confiança/Motivação, Treinabilidade, além dos Recursos Pessoais de *Coping* (valor total da escala).

Os artigos citados acima, utilizaram o instrumento ACSI-28 para avaliar as habilidades psicológicas de *coping* em atletas. Isso permite a identificação de diferenças e semelhanças nas características dos grupos pesquisados, uma vez que também utilizaremos tal escala.

Pesquisas sinalizam para a importância de aspectos psicológicos para o sucesso no esporte de alto rendimento. Por isso, avaliar essa relação tem sido objetivo de estudo na área da psicologia esportiva (COIMBRA, et al. 2013). Acreditamos assim, que um dos principais objetivos da psicologia do esporte é investigar quais habilidades psicológicas são determinantes para o sucesso esportivo, ou se existe alguma característica psicológica em comum entre os atletas de sucesso e como eles a aprendem e aplicam.

Paixão no Esporte

Atualmente vem sendo estudada uma corrente da psicologia recém-batizada de psicologia positiva, que acredita que os assuntos que possam tornar a vida do indivíduo mais valiosa, devem ser trabalhados ao longo da vida. Assim, a psicologia positiva surge com uma proposta de diminuir o desequilíbrio na vida dos sujeitos (PETERSON, 2006). Essa abordagem acredita que existem momentos bons e ruins na vida do sujeito e seu objetivo não é refutar os pontos negativos, mas potencializar o que se tem de bom e melhorar suas fraquezas de modo que o indivíduo consiga desfrutar de uma vida melhor.

Dentre os temas estudados na psicologia positiva, a paixão é um sentimento que pode direcionar o sujeito ao sucesso, uma vez que desenvolve e alimenta uma motivação capaz de fornecer significado na vida cotidiana e proporcionar bem-estar ao indivíduo. Segundo Vallerand et al. (2003) a paixão é uma forte inclinação para a realização de uma atividade que as pessoas sentem prazer, consideram importante e na qual investem tempo e energia. No esporte, a paixão pode ser contextualizada como a energia que ampara a persistência de um atleta na sua modalidade.

Essas atividades que as pessoas se envolvem diariamente podem cada vez mais ser incorporadas em sua identidade na medida em que elas são altamente valorizadas pelo que fazem, aumentando o sentimento de paixão que do indivíduo sente com a atividade em questão

(VALLERAND et al. 2003). Entretanto, de forma inversa a paixão pode ser associada com emoções negativas que podem levar a dúvidas, inseguranças e a uma persistência inflexível e que interfere na busca de uma vida bem-sucedida (VALLERAND et al. 2003). A fim de identificar e distinguir essas perspectivas da paixão, foi proposto o Modelo Dualístico da Paixão (VALLERAND et al. 2003), em que são apresentadas a Paixão Harmoniosa (PH) e a Paixão Obsessiva (PO). Esses dois diferentes tipos de paixão se diferem pela forma como são internalizadas e se apresentam na identidade do atleta, trazendo diferentes implicações em termos de comportamentos (SOUZA, 2013).

PAIXÃO HARMONIOSA

Para Cid et al. (2016), a paixão harmoniosa ocorre quando a prática da atividade não gera pressão interna e por esse motivo está associada a uma internalização autônoma que ocupa uma parte significativa da identidade e que anda em harmonia com outros aspectos da vida do sujeito. A PH está inversamente relacionada ao afeto e cognição negativa e positivamente relacionada à satisfação com a vida, afeto positivo e vitalidade (CURRAN, et al. 2011).

PAIXÃO OBSESSIVA

De forma inversa a Paixão obsessiva pode causar uma internalização controlada que pode ocupar uma parte excessiva na identidade do indivíduo causando assim um conflito com outras atividades (VALLERAND et al. 2003) na vida. Além disto a PO, por exemplo, foi positivamente relacionada com a persistência rígida, conflito de vida, ruminação na ausência da atividade, lesão crônica, afeto negativo e metas de evitação (CURRAN, et al. 2011).

Neste contexto estudos estão sendo propostos a fim de relacionar a paixão e esporte. Para Lafrenière et al. (2008), a PH influencia positivamente uma relação treinador-atleta de alta qualidade, enquanto o PO não estava relacionado a tais relações. Deste mesmo modo a paixão foi investigada em árbitros esportivos e segundo o estudo de Philippe et al. (2009) árbitros que eram identificados no perfil de PH pareciam tomar decisões neutras após um erro, já que seu funcionamento afetivo e cognitivo após o erro aparece para facilitar a concentração no jogo e evitar pensamentos disruptivos. No entanto, com a PO, os árbitros parecem tomar decisões de desequilíbrio após terem cometido um erro, possivelmente porque não conseguem controlar sua experiência afetiva e sua ruminação.

3. Materiais e método

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

O estudo caracteriza-se como descritivo-correlacional do tipo transversal (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012). A pesquisa descritiva utiliza-se de questionários e entrevistas, buscando descrever o fenômeno sem influência do pesquisador. No método transversal, a coleta de dados se dá em único momento.

3.2 SUJEITOS

Foram sujeitos do estudo 132 atletas de vôlei de praia, participantes do Circuito Brasileiro de Vôlei de Praia, das categorias juvenil (n=81) com média de idade $17,27 \pm 4,29$ anos e adulto (n=51) média de idade $27,27 \pm 6,82$, do sexo feminino (n=81) e masculino (n=51) da temporada de 2018. **Como critérios de inclusão/ critérios de exclusão.**

3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

Para a investigação das Estratégias de *Coping* utilizou-se o *Athletic Coping Skills Inventory* (ACSI-28BR), adaptado e validado para o contexto brasileiro por Miranda, et al. (2018). Tal instrumento avalia as estratégias de *coping* ou competências de adaptação psicológica ao contexto esportivo, sendo composto por 28 itens respondidos em uma escala *Likert* de quatro pontos (0 = quase nunca, 1 = às vezes, 2 = frequentemente, 3 = quase sempre), composto por sete subescalas: Lidar com a Adversidade, Melhor Desempenho Sob Pressão, Metas/Preparação Mental, Concentração, Livre de Preocupação, Confiança e Motivação, Treinabilidade, avaliado em uma soma de até 12 pontos. A soma de todas essas subescalas é conhecida como Recursos Pessoais de Coping (variando de 0 a 84 pontos). O alfa de *Cronbach* do instrumento foi $\alpha = 0,70$ evidenciando confiabilidade dos dados.

Para a avaliação da paixão utilizou-se a Escala da Paixão para o Esporte (VALLERAND et al., 2003), adaptada para o contexto brasileiro por Prates (2015), elaborada a partir do Modelo Dualístico da Paixão. A escala avalia a paixão, por meio de 17 afirmações relacionadas à paixão do atleta em praticar o esporte, numa escala do tipo *Likert* de 1 a 7 pontos, que varia de “não corresponde nada” (1) a “corresponde exatamente” (7). A escala é composta por três subescalas, sendo seis itens para Paixão Obsessiva e seis para Paixão Harmoniosa e cinco itens para avaliar os critérios de avaliação da paixão na atividade, grau de envolvimento (de tempo e gasto de energia) e amor por essa atividade, bem como a percepção dos participantes em ver a sua atividade como uma paixão, sendo esta última, útil para determinar se o indivíduo está

apaixonado pela atividade ou não. A pontuação em cada subescala se dá pela média dos itens (com valor máximo de 7 pontos).

Utilizou-se ainda uma ficha de dados sociodemográficos com perguntas sobre a idade, sexo, estado que representa (posteriormente categorizado em regiões do Brasil, de acordo com o IBGE), categoria (sub-19 e adulto) e tempo de experiência na modalidade.

O presente estudo é parte integrante de um Projeto Institucional da Universidade Estadual de Maringá, submetido e aprovado pelo Comitê Permanente de Ética em Pesquisa com Seres Humanos sob o Parecer nº 1.823.503/2016. Inicialmente foi obtida a autorização da organização do evento para coleta de dados durante a competição. A coleta de dados ocorreu durante duas etapas (sub-19 e adulto), no local de competição, no momento em que os atletas foram convidados a participar da pesquisa e consentiram sua participação por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A aplicação dos instrumentos teve duração média de 15 minutos e foi realizada pelos próprios pesquisadores, de forma online, pelo envio do questionário aos participantes. Ainda, foram convidados a participar do estudo, atletas que apresentaram resultados expressivos no cenário nacional, participantes do Circuito Brasileiro, mas que, na ocasião não estavam presentes nesta determinada etapa. O convite se deu por meio de redes sociais e a aplicação do instrumento ocorreu de forma online.

3.4 ANÁLISE DOS DADOS

Para análise da distribuição dos dados foi utilizado o teste *Kolmogorov-Smirnov*. Como os dados não apresentaram distribuição normal, foram utilizadas Mediana (Md) e Quartis (Q1-Q3) para descrição dos resultados. Para a comparação das estratégias de *coping* e da paixão dos atletas em função do sexo e categoria utilizou-se o teste “U” de *Mann-Whitney*. Para analisar a diferença quanto à região do país, utilizou-se o teste *Kruskal-Wallis*, com *post hoc* de *Mann-Whitney* para comparação entre pares. Para verificar as estratégias de *coping* e o estilo de paixão predominante nos atletas, foi utilizado o teste de *Friedman*. Para correlacionar as variáveis aplicou-se o Coeficiente de Correlação de *Spearman* e a significância adotada foi $p < 0,05$, por meio do pacote estatístico SPSS, versão 22.0.

4. Resultados

A seguir, na Tabela 1, serão apresentados os resultados descritivos das estratégias de *coping* e da paixão de atletas, a amplitude mínima e máxima das subescalas, que permite melhor compreensão dos valores das medianas e a comparação entre as dimensões, a fim de verificar as estratégias e o tipo de paixão predominante nos atletas brasileiros de vôlei de praia. Nota-se

que as estratégias de *Coping* mais utilizadas pelos atletas foram "Confiança e motivação" e "Metas". Além disso, a estratégia apontada como a menos utilizada foi "Livre de preocupações". O estilo de paixão predominante entre os atletas foi a Paixão Harmoniosa.

Tabela 1 – Descrição das estratégias de *coping* e da paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia.

Estratégias de <i>Coping</i>	Atletas (n=132) Md (Q1-Q3)	Amplitude (Min-Max)
1-Lidar de adversidades	8,00 (6,00-9,00) ^{e,f,g,n}	(0 - 12)
2-MDSP	8,00 (6,00-9,00) ^{b,e,l,m}	(0 - 12)
3-Metas	9,00 (8,00-11,00) ^{c,g,h,j,l}	(0 - 12)
4-Concentração	7,00 (6,00-9,00) ^{a,j,k}	(0 - 12)
5-Livre de preocupações	6,00 (4,00-8,00) ^{a,b,c,d,n}	(0 - 12)
6-Confiança e motivação	9,00 (7,00-10,00) ^{d,f,i,k,m}	(0 - 12)
7-Treinabilidade	6,00 (5,00-8,00) ^{h,i}	(0 - 12)
Total	53,50 (47,00-58,00)	(0 - 84)
Paixão		
Paixão Obsessiva	4,67 (3,50-5,50)	(1,00-7,00)
Paixão Harmoniosa	6,33 (5,54-6,67)	(1,00-7,00)
Critérios	6,80 (6,40-7,00)	(1,00-7,00)

Nota: MDSP = Melhor rendimento sob pressão. *Friedman*: a= Diferença entre 4 e 5 (p<0,013); b= Diferença entre 2 e 5 (p=0,007); c= Diferença entre 3 e 5 (p<0,001); d= Diferença entre 5 e 6 (p<0,001); e= Diferença entre 1 e 2 (p=0,046); f= Diferença entre 1 e 6 (p<0,001); g= Diferença entre 4 e 6 (p=0,008); h= Diferença entre 3 e 7 (p<0,001); i= Diferença entre 6 e 7 (p<0,001); j= Diferença entre 3 e 4 (p<0,001); k= Diferença entre 4 e 6 (p<0,001); l= Diferença entre 3 e 2 (p<0,001); m= Diferença entre 2 e 6 (p<0,001); n=Diferença entre 1 e 5 (p=0,023). *Friedman* Paixão: p<0,001.

Tabela 2 – Estratégias de *coping* e paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia em comparação entre as categorias.

Estratégias de <i>Coping</i>	Juvenil (n=81) Md (Q1-Q3)	Adulto (n=51) Md (Q1-Q3)	P
Lidar de adversidades	8,00 (6,00-9,00)	7,00 (6,00-9,00)	0,401
MDSP	8,00 (5,50-9,00)	8,00 (6,00-10,00)	0,533
Metas	9,00 (8,00-10,00)	9,00 (8,00-11,00)	0,400
Concentração	8,00 (6,00-9,00)	7,00 (6,00-9,00)	0,983
Livre de preocupações	7,00 (5,00-9,00)	6,00 (3,00-8,00)	0,034*
Confiança e motivação	9,00 (8,00-10,00)	9,00 (7,00-11,00)	0,891
Treinabilidade	6,00 (5,00-8,00)	6,00 (6,00-8,00)	0,436
Total	54,00 (48,00-58,00)	51,00 (46,00-58,00)	0,375
Paixão			
Paixão Obsessiva	5,00 (4,17-5,83)	3,83 (3,00-4,83)	0,000*
Paixão Harmoniosa	6,50 (6,00-6,83)	6,00 (5,17-6,50)	0,000*
Critérios	6,80 (6,60-7,00)	6,60 (6,00-7,00)	0,073

Nota: MDSP = Melhor rendimento sob pressão. *Diferença para p<0,05.

Na Tabela 2, são apresentados os dados referentes às estratégias de *coping* e paixão quando comparado entre as categorias sub-19 e adulto. Observa-se que houve diferença

estatisticamente significativa entre as categorias na estratégia de *Coping* “Livre de Preocupações” ($p=0,034$), apontando maior utilização pela categoria sub-19. Na comparação da Paixão, a categoria juvenil também apresentou maiores níveis tanto da “Paixão Harmoniosa” ($p<0,001$), quanto da “Paixão Obsessiva” ($p<0,001$) quando comparado aos adultos.

A seguir, na Tabela 3, serão apresentadas as estratégias de *coping* e da paixão quando comparados quanto por sexo. Observa-se que houve diferença significativa na Paixão Harmoniosa ($p=0,022$), indicando que o sexo feminino ($Md=6,50$) apresenta maior PH em relação ao masculino ($Md=6,00$).

Tabela 3 – Estratégias de *coping* e paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia quanto ao sexo.

Estratégias de <i>Coping</i>	Feminino (n=81) Md (Q1-Q3)	Masculino (n=51) Md (Q1-Q3)	<i>p</i>
1-Lidar de adversidades	7,00 (6,00-9,00)	8,00 (6,00-10,00)	0,095
2-MDSP	8,00 (5,00-9,50)	8,00 (6,00-9,00)	0,667
3-Metas	9,00 (7,00-10,00)	9,00 (8,00-11,00)	0,087
4-Concentração	7,00 (6,00-9,00)	8,00 (6,00-9,00)	0,359
5-Livre de preocupações	7,00 (4,50-9,00)	6,00 (4,00-8,00)	0,078
6-Confiança e motivação	9,00 (7,00-10,0)	9,00 (8,00-10,00)	0,828
7-Treinabilidade	6,00 (5,00-8,00)	6,00 (5,00-8,00)	0,898
Total	53,00 (44,00-58,00)	54,00 (48,00-57,00)	0,653
Paixão			
Paixão Obsessiva	4,83 (3,415-5,67)	4,67 (3,50-5,50)	0,548
Paixão Harmoniosa	6,50 (5,83-6,83)	6,00 (5,33-6,50)	0,022*
Critérios	6,80 (6,40-7,00)	6,60 (6,40-7,00)	0,363

Nota: MDSP = Melhor rendimento sob pressão. *Diferença para $p<0,05$.

A seguir, na Tabela 4, serão apresentadas as comparações das estratégias de *coping* e da paixão de atletas de vôlei de praia em relação à região do país em que moram.

Tabela 4 – Estratégias de *coping* e da paixão por região e a comparação entre as regiões.

Regiões	Nordeste (n=29) Md (Q1-Q3)	Centro-Oeste (n=16) Md (Q1-Q3)	Sudeste (n=47) Md (Q1-Q3)	Sul (n=37) Md (Q1-Q3)	<i>p</i>
LA	7,00 (5,50-9,00)	8,00 (7,25-9,00)	7,00 (6,00-9,00)	8,00 (6,00-9,50)	0,701
MDSP	8,00 (4,00-9,00)	8,00 (5,25-10,75)	8,00 (6,00-9,00)	8,00 (5,00-9,50)	0,812
METAS	9,00 (8,00-11,00)	9,00 (9,00-10,00)	9,00 (7,00-10,00)	10,00 (8,00-11,50)	0,077
CONC	7,00 (5,50-9,00)	8,00 (6,00-9,00)	7,00 (6,00-9,00)	8,00 (6,50-9,00)	0,657
LP	5,00 (3,00-7,00)	7,50 (5,00-9,00)	7,00 (5,00-8,00)	6,00 (5,00-8,00)	0,353
CM	10,00 (7,50-11,00)	9,00 (8,00-10,00)	8,00 (7,00-10,00)	9,00 (8,00-10,00)	0,283
TREINA	6,00 ^b (5,00-7,00)	7,00 (5,25-9,75)	6,00 ^a (5,00-7,00)	7,00 ^{a,b} (6,00-10,00)	0,017*
TOTAL	50,00 (43,00-57,00)	55,00 (50,00-59,50)	52,00 (47,00-56,00)	57,00 (49,00-61,00)	0,065
Paixão					
PO	3,50 (3,00-5,25)	5,085 (4,21-6,00)	4,67 (3,67-5,50)	4,83 (3,915-5,585)	0,188
PH	6,00 (5,25-6,585)	6,25 (5,67-6,79)	6,33 (5,50-6,67)	6,50 (6,00-6,915)	0,061
Crítérios	6,60 (6,20-7,00)	6,80 (6,40-7,00)	6,80 (6,40-7,00)	6,80 (6,60-7,00)	0,087

Nota: LA= Lidar com adversidades; MDSP= Melhor desempenho sob pressão; CONC= Concentração; LP= Livre de preocupação; CM= Confiança e Motivação; TREINA= Treinabilidade; PO= Paixão Obsessiva; PH= Paixão Harmoniosa. a= Diferença entre Sudeste e Sul (p=0,005); b= Diferença entre Nordeste e Sul (p=0,021).

Observa-se que os atletas da região Sul do Brasil utilizam-se mais da estratégia de “Treinabilidade” (p=0,017) em relação a região Sudeste (p=0,005) e Nordeste (p=0,021) como forma de enfrentar o estresse, indicando que estes atletas têm habilidades de lidar com a cobrança do treinador.

Na Tabela 5, apresentar-se-á os resultados da correlação das estratégias de coping, paixão, idade e tempo de experiência dos atletas brasileiros de vôlei de praia.

Tabela 5 – Correlação das estratégias de *coping*, paixão, idade e tempo de experiência.

	Idade	TE	PO	PH	Critérios
Idade	-	,582**	-,449*	-,317*	-,273**
TE	-	-	-,365**	-,196*	-,192*
LA	-,168	-,128	,119	,198*	-,077
MDSP	,010	,000	,074	,069	,113
Metas	,038	-,001	,238**	,262**	,279**
Concentração	,032	-,028	,021	,208*	,179*
LP	-,243**	-,090	,252**	,076	,073
CM	,067	,061	,054	,199*	,119
Treinabilidade	,124	-,014	,101	,112	,178*
Coping Total	-,088	-,076	,261**	,305**	,265**

Nota: T.E = tempo de experiência; PO = paixão obsessiva; PH= paixão harmoniosa; Crit= critérios; MDSP= melhor rendimento sob pressão; LA= lidar com as adversidades; Com= concentração; LP= livre de preocupações; CM= confiança e motivação; Trei= treinabilidade. * $p < 0,05$; ** $p < 0,001$.

Nota-se correlação significativa positiva, ainda que fraca, da paixão harmoniosa com a estratégia “Metas” ($r = ,267$), “Concentração” ($r = ,208$), e “Coping Total” ($r = ,305$). Houve correlação negativa da idade com paixão obsessiva ($r = -,449$), harmoniosa ($r = -,317$) e a estratégia de enfrentamento “Livre de preocupações” ($r = -,243$), indicando que quanto maior a idade, menor a paixão e a utilização desta estratégia pelos atletas de vôlei de praia. O tempo de experiência também apresentou relação inversa com a PO ($r = -,365$).

5. Discussão

O presente estudo buscou identificar as estratégias de *coping* e a paixão de atletas brasileiros de vôlei de praia; sua utilização por sexo, categoria e região, bem como o grau de correlação entre eles. Os resultados evidenciaram que as estratégias de *Coping* mais utilizadas pelos atletas brasileiros de vôlei de praia são “Confiança e motivação” e “Metas”. Estudos apontam (NASCIMENTO JUNIOR, et al, 2010; MOURATIDIS; MICHOU, 2011; BELEM et al., 2014) que utilizar-se da estratégia de enfrentamento “confiança e motivação” permite que os atletas tenham mais confiança no que aprenderam, motivando-se e acreditando na obtenção de sucesso com seu desempenho.

Além disso, traçar “Metas” tangíveis a curto e médio prazo ajudam o atleta a mensurar seu desempenho durante o processo, ajudando a melhorar as habilidades de preparação mental (COIMBRA et al., 2013). De modo contrário, a estratégia identificada como a menos utilizada no presente foi “Livre de Preocupações”, indicando que os atletas de vôlei de praia preocupam-se com desempenho mesmo quando atuam de forma satisfatória e não cometem erros, se importando com o julgamento dos outros quanto às suas falhas. Nesse sentido, “Metas” e “Livre

de preocupações” correlacionaram-se com a Paixão Obsessiva (Tabela 5), indicando que a PO leva a um tipo de meta perfeccionista, o que interfere na capacidade do atleta de jogar livre de preocupações (uma vez que foi apontado como a estratégia menos utilizada), enquanto a PH leva a metas realistas que induzem uma maior concentração para realiza-las.

Observou-se diferença estatisticamente significativa entre as categorias para a estratégia de *Coping* “Livre de Preocupações” ($p=0,034$) (Tabela 2), indicando maior utilização desta estratégia pela categoria sub-19. Vieira et al. (2003), também observaram maior frequência de utilização de estratégias de *coping* vinculadas à “ausência de preocupação”, em atletas de vôlei de praia da categoria sub-21 quando comparados com atletas adultos. Estudos mostram que os atletas que fazem uso das estratégias de *coping*, tem seu desempenho aumentado, independente da modalidade ou sexo (VIEIRA et al., 2003; BIM, et. al. 2014; DE ROSE JR et al., 2004; NICHOLLS, POLMAN, 2007).

Entretanto, nossos resultados demonstram que os atletas da categoria adulta apresentam menor capacidade de lidar com as adversidades e se mostram mais preocupados com as competições (Tabela 2 e 5). A cobrança pessoal, da torcida, equipe técnica e familiares, bem como a busca constante pela superação e bons resultados podem ser fatores estressores aos atletas, (DE ROSE JR. et al., 2004). Isso pode estar ligado ao fato de os atletas adultos terem no esporte, sua principal fonte de renda (BELEM et al., 2017), o que pode gerar maior preocupação por manter-se no *ranking*, diferentemente dos atletas juvenis, que ainda são apoiados por suas federações nas competições nacionais e não participam de campeonatos que oferecem premiações em dinheiro. Além disso, o nível mais forte da competição podem ser fatores preponderantes na categoria adulto, visto que o formato de competição na categoria sub-19 é federativa (em que os atletas só podem competir representando seu estado), enquanto que no adulto, os atletas podem formar parcerias com atletas de qualquer estado, aumentando o nível competitivo do campeonato.

Vale considerar que ainda que tenham mais desafios e situações motivadoras dentro da categoria, os atletas adultos estão submetidos a pressão constante, que não consiste apenas na preocupação pelo preparo físico, técnico e tático, mas envolve uma cobrança por bons resultados, na maioria das vezes atrelados a obtenção de patrocínios e/ou premiações. Esta hipótese apresenta evidências quando analisamos o comportamento de “Paixão Harmoniosa” e “Obsessiva” destes atletas, de modo que as medianas significativamente inferiores ($p<0,001$) observadas nos atletas adultos, indica menor prazer pelo esporte, indicando que a prática pode estar sendo motivada por fatores externos (recompensas).

Para Vallerand et al. (2003), a paixão harmoniosa ameniza os sentimentos negativos gerado pelas situações promovidas pela experiência esportiva negativa, mantendo o atleta na prática da atividade que gosta por mais tempo, buscando assim, a excelência de suas habilidades técnicas e táticas. Ademais, a paixão harmoniosa, identificada como o estilo de paixão predominante nos atletas do presente estudo (Tabela 1), contribui para que o resultado possa ser sempre positivo e desprovido de obrigações e sentimentos negativos, tornando o atleta cada vez mais experiente em suas tomadas de decisões.

Observou-se (Tabela 4) que os atletas da região sul se utilizam mais da estratégia “Treinabilidade” em relação aos atletas das regiões Nordeste e Sudeste do Brasil. Os treinos podem ser um dos fatores que aumentam os níveis de ansiedade destes atletas, porém é fundamental para que junto aos treinadores possam ser traçadas estratégias de enfrentamento nas competições. Atletas com altos níveis de treinabilidade estão acessíveis para aprender com as instruções dos treinadores. Aceitam as críticas como construtiva, sem identifica-las como algo pessoal e sem se aborrecer (SMITH; CHRISTENSEN, 1995).

A treinabilidade pode ser ensinada desde tenra idade. De acordo com Miranda e Bara Filho (2008), o pré-requisito básico para esta capacidade é a educação e boa comunicação entre técnicos e atletas, entendo que na maioria das vezes uma orientação e cobrança é feita buscando melhorar as habilidades gerais do atleta e não ofendê-lo ou diminuí-lo. Hipotetiza-se que a diferença encontrada nesta habilidade em atletas da região sul se deve ao fato destes atletas permanecem com o mesmo técnico durante um grande período de sua vida uma vez que o contexto esportivo desta região oferece uma estrutura institucionalizada, diferentemente do que acontece em outras regiões do país.

Foi identificada correlação negativa da idade tanto com a paixão obsessiva quanto com a paixão harmoniosa (Tabela 5), demonstrando que quanto maior a idade e o tempo de prática dos atletas, menor a PO e a PH nos atletas brasileiros de vôlei de praia. Baseado no Modelo Dualístico da Paixão (VALLERAND et al., 2008), podemos inferir que tais achados evidenciam que os atletas mais novos, investem mais tempo e energia na prática da atividade, internalizando-a em sua identidade. Além disso, uma possível explicação pode se dar pelo fato de os atletas mais novos se envolverem na atividade por vontade própria, por meio de senso de realização pessoal e prazer com o envolvimento da atividade, enquanto que os atletas da categoria adulta têm a modalidade como profissão e fonte de renda. Evidencia-se que quando a atividade está em harmonia com outros aspectos de vida do atleta, ele consegue traçar metas mais claras e realistas (Tabela 5).

As limitações do presente estudo referem-se ao fato de ser um estudo transversal, uma vez que a pesquisa foi realizada em um único momento, não sendo possível identificar se as estratégias de enfrentamento do estresse se modificam ao longo da temporada e se apresentam de forma diferente, sendo esta uma sugestão para futuros estudos. Além disso, o estudo limitou-se a obtenção dos dados por meio de questionários, que embora sejam validados e amplamente utilizados com a população de atletas, estes podem não contemplar a totalidade dos sentimentos dos sujeitos pesquisados, bem como não fazem relação entre as estratégias de coping e a paixão, sendo estas limitadas à inferências estatísticas. Sugere-se que novos estudos se utilizam de abordagens qualitativas a fim de complementar tais informações.

6. Conclusão

Conclui-se que as principais estratégias utilizadas pelos atletas brasileiros de vôlei de praia para o enfrentamento do estresse estão voltadas ao estabelecimento de metas e na confiança em suas capacidades, permanecendo motivados e positivos em relação a seu desempenho. Ao longo dos anos, os atletas diminuíram sua paixão pelo esporte, de modo que os atletas sub-19, com menor tempo de experiência são os mais apaixonados pela prática esportiva. Contudo, os atletas apaixonados de forma harmoniosa pela modalidade apresentaram mais recursos de enfrentamento do estresse.

Como implicações práticas, sugere-se que os treinadores desenvolvam as estratégias de enfrentamento apontadas como as menos utilizadas pelos atletas, como livrar-se das preocupações. Esta habilidade é fundamental ao esporte, especialmente ao vôlei de praia, que têm como característica a não substituição dos jogadores nos torneios, tendo em vista que permite que o atleta permaneça positivo e entusiasmado mesmo frente a situações inesperada, se recuperando rapidamente após erros e contratempos. Esta estratégia de *coping* pode corroborar ainda, para o aumento nos níveis de paixão dos atletas, uma vez que o entusiasmo e a motivação intrínseca estão relacionados e favorecem altos níveis de paixão harmoniosa.

7. Referências

- ANSHEL, Mark. Toward validation of a model for coping with acute stress in sport. **International Journal of Sport Psychology**. v.21, p. 58-83, 1990.
- BARBOSA, M. L. P. et al. Processo de coping em atletas do esporte escolar: um estudo exploratório. **Coleção Pesquisa em Educação Física**. v. 15, n. 1, p. 151-158, 2016.
- BELEM, I. C. et al. Impact of coping strategies on resilience of elite beach volleyball athletes. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v. 16, n. 4, p. 447-455, 2014.
- BELEM, I. C. et al. What coping strategies are used for athletes of mma more resilient to stress? **Journal of Pshysical Education**. v. 28, p. 1-11, 2017.
- BIM, R H; NASCIMENTO JUNIOR, J R A do; AMORIM, A C; VIEIRA, J L L; VIEIRA, L F. Estratégias de coping e sintomas de burnout em atletas de futsal de alto rendimento. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. v. 22, n. 3, p. 69-75, 2014.
- BIM, R.H.; NASCIMENTO JUNIOR, J.R.A.; AMORIM, A.C.; VIEIRA, J.L.L.; VIEIRA, L.F. Estratégias de coping e sintomas de burnout em atletas de futsal de alto rendimento. **Revista Bras. Ciência e Movimento**. v.22, n.3, p.69-75. 2014.
- CID, L. et al. Paixão, Motivação e Rendimento dos Atletas de Natação. **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte**. v. 11, p.53-58, 2016.
- CID, L.; LOURO, H. Praticar natação é uma paixão ou um sacrifício? Estudo da relação entre o tipo de paixão que o atleta sente pela modalidade e a sua orientação motivacional. **Revista Iberoamericana de Psicologia del Ejercicio y el Deporte**. v. 5, n. 1, p. 99-114, 2010.
- COETZEE, B.; GROBBELAAR, H., GIRD C. Sport Psychological Skills that Distinguish Successful from Less Successful Soccer Teams. **Journal of Human Movement Studies**. New York, v. 51, p. 383-401, 2006.
- COIMBRA, D.R. et al. Habilidades psicológicas de coping em atletas brasileiros. **Motricidade**. v.9, n.1, p. 95-106. 2013.
- COSTA, C. F. T.; VARGAS, M. M.; OLIVEIRA, C. C. C. Estresse psicológico em atletas de futebol. **Interfaces Cinetíficas – Humanas e Sociais**. v. 6, n. 3, p. 126-132, 2018.
- CURRAN, T. et al. Passion and Burnout in Elite Junior Soccer Players: The Mediating Role of Self-Determined Motivation. **Psychology of Sport and Exercise**. v. 12, p. 655-661, 2011.

- DE ROSE JR, D. Stress e nível competitivo: considerações sobre jovens praticantes de futsal. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. v. 12, 2004.
- DIAS, C.; CRUZ, J.F.; FONSECA, A.M. Emoções, stress, ansiedade e coping: estudo qualitativo com atletas de elite. **Rev. Port. Cien. Desp**. v.9, n.1, p.9-23. 2009.
- DONAHUE, E.; HIP, B; VALLERAND, R. When winning is everything: On passion, identity, and aggression in sport. **Psychology of Sport and Exercise**. v. 10, p. 526–534, 2009.
- FONTES, R. C. C.; BRANDÃO, M. R. F. Resilience in sport: a ecological perspective on human development. **Motriz**. v. 19, n. 1, p. 151-159, 2013.
- LAFRENIÈRE, et al. Passion in Sport: And the Quality of the Coach–Athlete Relationship. **Journal of Sport and Exercise**. v. 30, p. 541-560, 2008.
- MELO, L. P. et al. Estratégias de enfrentamento (*coping*) em trabalhadores: revisão sistemática da literatura nacional. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**. v. 68, n. 3, p. 125-144, 2016.
- MIRANDA, R. e BARA FILHO, M. G. **Construindo um Atleta Vencedor**: uma abordagem psicofísica do esporte. 1a Ed. Porto Alegre, RS: Artmed, 2008.
- MIRANDA, R. et al. Versão brasileira (ACSI-28BR) do Athletic Coping Skills Inventory-28. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. v. 24, n. 2, mar/abr. 2018.
- MOURATIDIS, T.; MICHOU, A. Perfectionism, self-determined motivation, and coping among adolescent athletes. **Psychology of Sport and Exercise**. v. 12, p. 355-367, 2011.
- NASCIMENTO J. et al. Análise do estresse psicológico pré-competitivo e estratégias de coping de jovens atletas de futebol de campo. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, 2010.
- NICHOLLS A, POLMAN,R. Coping in sport: A systematic review. **Journal of sports sciences**. v. 25, p.11-31, 2007.
- PETERSON, C. **A Primer in Positive Psychology**. Editora Oxford University Press, 2006.
- PHILIPPE, et al. Passion in Referees: Examining Their Affective and Cognitive Experiences in Sport Situations. **Journal of Sport and Exercise**. v. 31, p. 77-96, 2009.
- PRATES, M. E. F. **A paixão pela atividade docente de professores universitários em Educação Física**. Tese (Doutorado em Educação Física) – Universidade Estadual de Maringá. Maringá, PR, p.259. 2015.
- SILVA, E. M.; RABELO, I.; RUBIO, K. A dor entre atletas de alto rendimento. **Revisa Brasileira de Psicologia do Esporte**. v. 3, n. 4, p. 79-97, 2010.

SMITH, R.; CHRISTENSEN, D. Psychological skills as predictors of performance survival in professional baseball. **Journal of Sport and Exercise Psychology**. Champaign, v. 17, p. 399-415, 1995.

SOUSA, C. J. **A Paixão pelo Surf e o Impacto na Motivação e Felicidade dos Praticantes**. 2013. 37f. Dissertação de Mestrado - ESDRM, Brasil, 2013.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. 6ª ed. **Métodos de pesquisa em atividade física**. Porto Alegre: Artmed, 2012.

VALLERAND, R. et al. Passion and performance attainment in sport. **Journal of Psychology of Sport and Exercise**. v. 9, p. 373-392, 2008.

VALLERAND, R. et al. Les Passions de l'Âme: On Obsessive and Harmonious Passion. **Journal of Personality and Social Psychology**. v. 85, p. 756-767, 2003.

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. 269-76, 2013.