

O enfrentamento de problemas no esporte universitário

Bagni, G.^{1,2}; Morão, K.G.¹; Verzani, R.H.¹; Fabris, F. L.¹; Oliveira, B. F.¹; Machado, A.A.¹

¹Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, Brasil

²Fundação Hermínio Ometto –Uniararas, Araras, Brasil

Situações estressoras são recorrentes no cotidiano, isso não é diferente no ambiente esportivo. Sendo que a importância do evento, bem como a incerteza em relação ao resultado se apresentam como principais fontes situacionais de estresse. Frente a tais questões é necessário que o atleta desenvolva estratégias de enfrentamento, também denominadas coping, para lidar com essas situações. Analisando um público mais específico dentro do esporte, como os atletas universitários nota-se que além dos fatores anteriormente citados ocorre também dificuldade em conciliar a vida acadêmica com o esporte universitário. Frente a essa situação, este trabalho tem como objetivo verificar quais são as estratégias de enfrentamento utilizadas por atletas universitários. Para isso, foi utilizado como instrumento o questionário Estratégias de Modos de Enfrentamento de Problemas (EMEP). O EMEP é composto por 45 questões fechadas e 2 abertas. Para este trabalho, foram consideradas apenas as questões fechadas. As 45 questões são divididas em 4 fatores: enfrentamento focalizado no problema, enfrentamento focalizado na emoção, religiosidade e pensamento fantasioso e busca de suporte social. As respostas são dadas em escala do tipo Likert de 1 “eu nunca faço isso” até 5 “eu faço isso sempre”. A aplicação do questionário se deu por meio da plataforma online Google Drive®, sendo que o questionário foi disponibilizado em um link e divulgado em grupos do facebook de diversas universidades. A amostra do estudo foi composta por 93 atletas, 39 do sexo feminino e 54 do sexo masculino, com média de idade de 22,59 anos ($\pm 3,34$) de 16 modalidades esportivas. Todos afirmaram representar sua universidade em competições universitárias, sendo que apenas um recebe bolsa para tal atividade. Para a análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva para obtenção das médias e desvio-padrão das questões e da frequência para os dados sociodemográficos, para isso foi utilizado o programa Excel 2013. Os resultados indicaram que as estratégias mais utilizadas foram as focadas no problema, com média de 3,81 ($\pm 0,82$), seguido da busca por suporte social com média de 3,60 ($\pm 0,95$), pensamento fantasioso/religioso com média de 2,78 ($\pm 1,31$) e estratégias focadas na emoção com média de 2,49 ($\pm 1,15$). Por meio dos resultados analisados, pode-se concluir que os atletas universitários utilizam estratégias de enfrentamento de problemas eficientes para lidar com situações estressoras. Ainda são necessários estudos futuros comparando modalidades coletivas e individuais, bem como considerando o curso universitário e comparando os mesmos atletas em diferentes períodos do calendário universitário, sendo que tal análise pode auxiliar os atletas a lidar com situações estressoras de maneira eficaz quando necessário.

E-mail: guilhermebagni@uol.com.br