



VI ENNEPE

ENCONTRO NORTE-NORDESTE DE PSICOLOGIA DO ESPORTE

INTELIGÊNCIA EMOCIONAL, *COPING* E AFETOS EM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS: RELAÇÕES COM DESEMPENHO AUTOPERCEBIDO

Lucas Cordeiro Inácio de Souza¹; Fabiano Koich Miguel².

Introdução: O contexto esportivo competitivo pode evocar diversas emoções e respostas emocionais, adaptativas ou não, ao desempenho e bem-estar do atleta. Existem diferentes formas de manejar as emoções e o estresse desse ambiente. Pesquisas em psicologia do esporte têm estudado construtos e habilidades psicológicas que favorecem esse gerenciamento, como a inteligência emocional (IE) e o *coping*. A primeira refere-se à capacidade de raciocinar sobre informações emocionais, emitindo respostas adaptativas ao contexto. Já o *coping*, envolve estratégias cognitivas e comportamentais para enfrentar circunstâncias adversas. No esporte universitário, ainda há pouca literatura nacional que investigue conjuntamente esses aspectos e sua relação com o desempenho esportivo e autopercebido. **Objetivos:** Avaliar inteligência emocional, afetos e estratégias de *coping* de atletas universitários antes e depois de uma competição e relacionar essas variáveis com a autopercepção de desempenho. **Método:** A amostra desta pesquisa contou com 80 atletas universitários (33 homens e 47 mulheres) de modalidades coletivas (vôleibol, futebol/futsal, basquete, rugby, handebol e *cheerleading*) vinculados a universidades públicas do estado de São Paulo. Foram realizadas quatro coletas de dados em momentos distintos, da preparação ao pós-competição, nas quais os participantes responderam aos seguintes instrumentos: Teste de Organização de Histórias Emocionais (avalia compreensão emocional); Escala de Afetos Positivos e Negativos; Questionário Online de Regulação Emocional; Inventário de *Coping* de Atletas em Situação de Competição (avalia *coping* nas dimensões de aproximação/evitação); e um questionário de autopercepção de desempenho competitivo. Ademais, a classificação oficial das equipes no campeonato foi registrada para análise. Nesse sentido, os dados foram analisados por estatística descritiva, ANOVA para medidas repetidas, correlação de Spearman e análise de rede. **Resultados/Discussão:** Os resultados indicaram que não houve variação na regulação emocional e nos afetos positivos durante as semanas; entretanto, os afetos negativos apresentaram uma tendência gradual de diminuição. Observou-se correlações significativas da autopercepção de desempenho tanto em relação aos afetos positivos pós-competição quanto ao *coping* de aproximação. Isso sugere que atletas que se autoperceberam melhor após a competição empregaram mais estratégias de *coping* dessa natureza, considerada adaptativa, e vivenciaram mais afetos positivos. A análise de rede demonstrou que a regulação emocional se relacionou positivamente com afetos positivos e *coping* de aproximação; e negativamente com afetos negativos e *coping* de evitação. Ao usar ANOVA para comparar os grupos de atletas em cada colocação do pódio (1º, 2º, 3º e fora do pódio) com as outras variáveis, constatou-se que a classificação final no pódio influenciou a forma como o atleta avaliou seu desempenho, com o 1º lugar apresentando a melhor autopercepção, enquanto o 2º lugar percebeu seu desempenho como melhor do que aqueles fora do pódio, porém pior do que aqueles na 3ª colocação. **Conclusão:** Os achados indicam que não parece haver influência direta da IE sobre o desempenho ou a



VI ENNEPE

ENCONTRO NORTE-NORDESTE DE PSICOLOGIA DO ESPORTE

autopercepção deste, mas sobre a vivência de afetos positivos e negativos e no emprego de estratégias de *coping* que, por sua vez, incidem sobre o desempenho autopercebido. Além disso, há uma dimensão subjetiva na autopercepção de desempenho, que não reflete necessariamente o desempenho real.

Palavras-chave: Regulação emocional; Estratégias de *coping*; Esporte universitário; Competição.

Eixo: Prática esportiva: da iniciação ao alto rendimento.