



doi: <http://dx.doi.org/10.7213/psicolargum.39.104.AO06>

Fatores influenciadores da autoconfiança robusta em atletas amadores brasileiros

Influencing factors of robust self-confidence in brazilian amateur athletes

Factores influyentes de una sólida autoconfianza em deportistas aficionados brasileños

Marcos Gimenes Fernandes (autor para correspondências)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3581-2693>

Professor Titular da Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), Líder do Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte e do Exercício (GEPPEE), Ilhéus, BA, Brasil. Email: gimenes@uesc.br

Eduarda Letícia Coutinho Magalhães

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8987-6671>

Estudante do Curso de Educação Física da Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte e do Exercício (GEPPEE), Ilhéus, BA, Brasil. Email: eduarda.25magalhaes@gmail.com

Nathália Silva Palma

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4526-677X>

Estudante do Curso de Educação Física da Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte e do Exercício (GEPPEE), Ilhéus, BA, Brasil. Email: nathaliapalma26@gmail.com

Sandra Adriana Neves Nunes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0816-6334>

Professora adjunta da Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB), Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte e do Exercício (GEPPEE), Itabuna, BA, Brasil.
Email: sandranunes@ufsb.edu.br

Resumo

Estudos evidenciam que a natureza da autoconfiança é um dos determinantes cognitivos mais influentes do desempenho esportivo. Ao que tudo indica, elevados níveis de autoconfiança ajudam a diminuir a ansiedade competitiva, atuando como fator influenciador do desempenho dos atletas. Além disso, alguns fatores individuais e relativos ao esporte praticado podem influenciar a autoconfiança. Assim, o presente trabalho objetiva verificar o efeito do sexo, tipo de esporte e experiência competitiva nas dimensões da versão brasileira do Trait Robustness of Self-Confidence Inventory. A amostra foi composta de 316 atletas (223 do sexo masculino e 93 do sexo feminino) com idades compreendidas entre 18 e 59 anos ($M=25,74$ e $DP=8,67$) de diversas modalidades esportivas individuais e coletivas. Os principais resultados apontam evidências de que o sexo e a experiência competitiva tiveram efeito significativo sobre as dimensões da versão brasileira do TROSCI. As implicações teóricas e práticas são discutidas de modo a auxiliar Psicólogos do Esporte em programas de desenvolvimento da autoconfiança robusta em atletas.

Palavras-chave: autoconfiança robusta, sexo, experiência competitiva, tipo de esporte.

Abstract

Studies show that nature of self-confidence is one of the most influential cognitive determinants of sports performance. It seems that high levels of self-confidence help to decrease competitive anxiety influencing sports performance and that some individual factors as well as factors related to sport type can influence self-confidence. Thus, the present work aims to verify the effect of sex, type of sport and competitive experience on the dimensions of the Brazilian version of the Trait Robustness of Self-Confidence Inventory. The sample consisted of 316 athletes (223 males and 93 females) aged between 18 and 59 years ($M = 25.74$ and $SD = 8.67$) from different individual and collective sports. The main results show evidence that sex and competitive experience had a significant effect on the dimensions of the Brazilian version of TROSCI. The theoretical and practical implications are discussed in order to assist Sport Psychologists in programs to develop robust self-confidence in athletes.

Keywords: robust self-confidence, sex, competitive experience, type of sport.

Resumen

Los estudios demuestran que naturaleza de la autoconfianza es uno de los determinantes cognitivos más influyentes del rendimiento deportivo. Aparentemente, los altos niveles de autoconfianza ayudan a reducir la ansiedad competitiva, actuando como un factor influyente en el rendimiento de los atletas. Además, algunos factores individuales e relacionados con el deporte practicado pueden influir en la autoconfianza. Por lo tanto, el presente trabajo tiene como objetivo verificar el efecto del sexo, el tipo de deporte y la experiencia competitiva en las dimensiones de la versión brasileña del Trait Robustness of Self-Confidence Inventory. La muestra consistió en 316 atletas (223 hombres y 93 mujeres) con edades comprendidas entre 18 y 59 años ($M = 25.74$ y $SD = 8.67$) de diferentes deportes individuales y colectivos. Los principales resultados apuntan a la evidencia de que el sexo y la experiencia competitiva tuvieron un efecto significativo en las dimensiones de la versión brasileña de TROSCI. Se discuten las implicaciones teóricas y prácticas para ayudar a los psicólogos deportivos en programas para el desarrollo de una autoconfianza sólida en los atletas.

Palabras clave: fuerte autoconfianza, sexo, experiencia competitiva, tipo de deporte.

Introdução

Obter sucesso diante das disputas esportivas é o objetivo primordial de todos os atletas e existem múltiplas fatores envolvidas nessa situação. Diante disso, os aspectos psicológicos emergem como um importante componente do desempenho. Nesta perspectiva, estudos evidenciam que a autoconfiança é um dos determinantes cognitivos mais influentes do desempenho esportivo (Craft, Magyar, Becker & Feltz, 2003; Paludo, Nunes, Simões & Fernandes, 2016; Tertuliano, Buzeto, Oliveira, Machado & Montiel, 2019; Ahammer, Lackner & Voigt, 2019).

A autoconfiança robusta, no contexto esportivo, deriva-se do conceito de autoeficácia de Bandura (1997) e de sport-confidence (Vealey & Chase 2008; Vealey, 2009). A autoeficácia é um conceito oferecido pela Teoria da autoeficácia (Self-efficacy Theory) (Bandura, 1997) e está atrelada à crença do indivíduo no que tange a sua capacidade organizacional e de execução de tarefas fundamentais para o alcance de um bom desempenho em situações específicas. Em relação à autoconfiança esportiva, Vealey (2009) e Vealey e Chase (2008) definem-na como o nível de crença/expectativa dos indivíduos acerca de seu sucesso no esporte.

Conforme explicitado por Morrison (2017), a autoconfiança esportiva funciona como um divisor entre os competidores que obtiveram sucesso e os menos bem-sucedidos, visto que este constructo apresenta uma relação positiva com o desempenho. Assim, atletas com níveis elevados de autoconfiança podem ter maiores chances de alcançarem êxito em sua performance. No entanto Vealey e Chase (2008), chamam a atenção para a “overconfidence”, uma autoconfiança exagerada e falsa com relação as próprias habilidades, a qual pode influenciar negativamente o desempenho (Filho & Rettig, 2019). Mesmo detectando a importância aos atletas com relação à autoconfiança no esporte, Vealey e Ghase (2008) afirmam que essa por si só é insuficiente para garantir um bom desempenho. Em concordância, Fernandes, Nunes e Fernandes (2018), reforçam que se faz necessário ter autoconfiança robusta e resiliente para encarar os problemas decorrentes do ambiente competitivo.

Thomas, Lane e Kingston (2011, p. 194) definem a autoconfiança robusta como “um conjunto de crenças positivas duradouras, mas maleáveis, que protegem contra os desafios psicológicos e ambientais contínuos associados ao esporte competitivo”. Para esses autores é necessário desenvolver os pontos fortes característicos de um atleta,

aumentar a pressão experimentada no treinamento e identificar fontes estáveis de confiança para o desenvolvimento da autoconfiança robusta. Deste modo, este constructo fornece suporte aos atletas dando possibilidades de enfrentar os desafios que surgem no ambiente competitivo. Por outro lado, e adicionalmente, também existe a autoconfiança resiliente, que segundo Morrisson (2017), é estável e está atrelada ao comportamento dos competidores frente aos desafios. Ou seja, enquanto que a autoconfiança robusta refere-se às crenças (pensamentos positivos) que agem diminuindo os impactos dos problemas e desafios que ameaçam a confiança dos atletas, a autoconfiança resiliente diz respeito à maneira como o atleta vai encarar e se comportar diante as adversidades situacionais.

A dinâmica que permite entender o mecanismo subjacente à autoconfiança é complexa e há evidências de que aspectos motivacionais do sujeito estejam na sua base. Sari et al. (2015) buscaram compreender as relações entre autoconfiança e motivação intrínseca e extrínseca, num grupo de atletas turcos de hóquei de campo, e concluíram que atletas mais motivados intrinsecamente, se comparados aos motivados extrinsecamente, apresentaram maiores níveis de autoconfiança. Pineda-Espejel et al. (2015), numa amostra de atletas universitários espanhóis, investigaram os preditores da autoconfiança concluíram que o clima motivacional para a tarefa, interage com a orientação individual para a tarefa e a motivação autônoma, predizendo os níveis de autoconfiança.

De forma geral, Asmundson et al., (2013) sugerem que é necessário considerar a recomendação de se comparar constructos psicológicos entre homens e mulheres. De fato, alguns fatores individuais, como o sexo, parecem exercer efeitos nos níveis de autoconfiança dos atletas. No contexto brasileiro, Fernandes, Nunes, Vasconcelos-Raposo e Fernandes (2013) reportaram que o sexo teve um efeito significativo na intensidade da autoconfiança estado, avaliado pela versão brasileira do Competitive State Anxiety Inventory – 2 (Fernandes, Vasconcelos-Raposo & Fernandes, 2012). Neste estudo, atletas femininas exibiram escores menores de autoconfiança quando comparadas aos atletas masculinos. No estudo de Beattie, Hardy, Savage, Woodman e Callow (2011) foi desenvolvido um instrumento que avalia autoconfiança robusta, denominado Trait Robustness of Self-Confidence Inventory, no qual foi verificado invariância métrica entre os sexos, obtendo índices de ajustamentos ($S-B \chi^2(20) = 29,75$; $CFI = 0,98$; $RMSEA = 0,04$; $SRMR = 0,03$), os quais sugerem que o referido instrumento pode ser utilizado para avaliar em atletas masculinos e femininas, possibilitando a verificação das diferenças

entre sexo com relação a autoconfiança robusta. Por fim, Ahammer et al., (2019) sugerem que sejam levadas em consideração as diferenças entre sexo com relação a autoconfiança.

No estudo de Fernandes, Nunes, Vasconcelos-Raposo e Fernandes (2014), os autores verificaram que a experiência competitiva teve efeito significativo na autoconfiança estado. Para Hays, Maynard, Thomas e Bawden (2007) a experiência é uma fonte de autoconfiança. Dessa forma, estudos que investigam a relação entre experiência e autoconfiança são necessários para se entender com mais profundidade como o atleta desenvolve a sua autoconfiança. Thomas et al. (2011) sugeriram que estudos futuros tivessem como objetivos a comparação da autoconfiança, entre esportes individuais e coletivos. Visando atender a esse objetivo, Fernandes et al. (2014) realizaram um estudo em que constataram que a experiência competitiva teve efeito significativo tanto para esportes individuais como para esportes coletivos. Vale destacar, que os estudos supracitados anteriormente utilizaram a versão brasileira do Competitive State Anxiety Inventory – 2 (Fernandes et al., 2012), o qual avalia, além da ansiedade cognitiva e somática, a autoconfiança estado. Dessa forma, são necessários estudos que avancem para os estudos da autoconfiança robusta com uma medida psicométrica específica para esse constructo, pelos motivos elencados anteriormente acerca da relação entre autoconfiança robusta e desempenho competitivo.

De uma forma geral, segundo Beattie et al., (2011), a capacidade de manter a autoconfiança frente às adversidades (autoconfiança robusta) tem recebido pouca atenção de pesquisas no contexto esportivo competitivo, e isso é evidente nas pesquisas da Psicologia do esporte no Brasil (Fernandes et al. 2018). Por conseguinte, o presente estudo teve como propósito preencher a lacuna no que diz respeito a pouca atenção de pesquisadores brasileiros dada à autoconfiança robusta no contexto competitivo. Assim sendo, objetiva-se, neste trabalho, verificar o efeito do sexo, tipo de esporte e experiência competitiva nas dimensões da versão brasileira (Fernandes et al. 2018) do Trait Robustness of Self-Confidence Inventory (TROSCI) (Beattie et al. 2011).

Método

Participantes

O estudo foi do tipo transversal, relacional e ex post fact.

A seleção dos participantes foi do tipo não probabilística e intencional, e foi composta de 315 atletas (223 do sexo masculino e 92 do sexo feminino) com idades compreendidas entre 18 e 59 anos ($M = 25,74$ e $DP = 8,67$) de diversas modalidades esportivas individuais e coletivas (handebol = 27, futebol de salão = 48, futebol de campo = 44, basquete = 14, futebol de areia = 1, vôlei = 41, judô = 25, taekwondo = 33, natação = 24, triatlão = 7, atletismo = 4, jiu-jítsu = 8, maratona = 1, surfe = 5, ciclismo = 2, tênis = 1, canoagem = 3, capoeira = 4, tênis = 1, mma = 3, muay thai = 4, aikido = 2, kung-fu = 1, boxe = 1, futevôlei = 1, motocross = 2, corrida de rua = 3, kick boxe = 2 e fisiculturismo = 3). A experiência competitiva variou entre 1 e 40 anos ($M = 7,01$ e $DP = 6,47$). Este número de sujeitos da amostra do estudo seguiu uma proporção maior do que 10:1, ou seja, dez sujeitos para cada parâmetro (duas dimensões, sete itens e sete erros de medidas) do teste, como recomendado por Tabanick e Fidel (2001).

Importa destacar que o presente estudo se deriva de um projeto mais amplo. O referido projeto, denominado de “Evidências de validade da versão brasileira do Trait Robustness of Self-Confidence Inventory”, tinha como objetivo geral validar para o contexto brasileiro o Trait Robustness of Self-Confidence Inventory e como objetivos específicos: i) proceder à tradução e adaptação transcultural (equivalência semântica/conceitual e validade de conteúdo) do Trait Robustness of Self-Confidence Inventory; ii) avaliar as suas propriedades psicométricas (confiabilidade e validade fatorial); iii) verificar a validade convergente entre o Trait Robustness of Self-Confidence Inventory e a versão brasileira do CSAI-2R (Fernandes et al., 2012), que resultou na versão brasileira do Trait Robustness of Self-Confidence Inventory (Fernandes, Nunes, & Fernandes, 2018).

O presente artigo, portanto, resulta de um subprojeto incorporado a esse projeto mais amplo, que teve como objetivo avaliar o efeito de fatores influenciadores da autoconfiança robusta, como já foi dito. Dessa forma, embora as amostras tenham sido semelhantes, os objetivos e o tratamento dos dados foram distintos, os quais resultaram em estudos inéditos e relevantes para a Psicologia do Esporte brasileira. Para além disso, no primeiro estudo (validação) foi analisado o instrumento original, composto de oito itens e uma dimensão. No segundo estudo, os dados foram analisados aplicando a estrutura fatorial validada para o contexto brasileiro, composta de sete itens e duas dimensões.

Instrumento

A versão brasileira (Fernandes, Nunes, & Fernandes 2018) (confiabilidade composta = 0,69 para autoconfiança robusta e 0,67 para autoconfiança instável; $\chi^2/df = 0,61$; CFI = 1,00; GFI = 0,99; RMSEA = 0,000 e AIC = 39,32), do Trait Robustness of Self-Confidence Inventory (TROSCI) (Beattie et al. 2011) é constituído de sete itens distribuídos em duas dimensões: e autoconfiança instável (itens 1, 2 e 6) e autoconfiança robusta (itens 3, 4, 5 e 7). As afirmações foram respondidas de acordo com uma escala de concordância do tipo Likert de nove pontos (1 = Discordo Completamente para 9 = Concordo Completamente). Foi obtida uma média para cada dimensão, pela soma das respostas dos itens dividida pelo número de itens dos respectivos fatores, podendo os escores standardizados variar de 1 a 9.

Procedimentos

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (Protocolo 307.148) da Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), de acordo com a Resolução CNS/MS n. 466/2012. Em seguida os organizadores da competição e os treinadores foram contactados para que fosse obtida a autorização para os pesquisadores ter acesso aos atletas, a fim de coletar os dados. Finalmente, os atletas foram informados dos objetivos da investigação e convidados a preencherem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual o anonimato e a confidencialidade foram garantidos em todo o procedimento de coleta dos dados. Os participantes preencheram o questionário, no local de treino, com uma duração de em torno de dez minutos.

Análise Estatística

A análise dos dados foi dividida em quatro estágios. Primeiramente, foram analisadas as premissas de normalidade, linearidade, multicolinearidade e homogeneidade da matriz de variância-covariância utilizando frequência, scatter plots e Box's M test. Segundo, foram examinadas a confiabilidade das dimensões da versão brasileira do TROSCI através do cálculo do alpha de Cronbach. No terceiro estágio, foi empregado o método de split-median post hoc para dicotomizar grupos em "alta" e "baixa" experiência competitiva baseado em há quanto tempo (em anos) o atleta participava de competições. Esta metodologia foi previamente utilizada por Mellalieu, Hanton e O'Brien (2004), Hanton, Mellalieu e Fletcher (2008), Fernandes et al. (2014) e

Fernandes, Abreu, Alcântara e Nunes (2019). Por fim, no quarto estágio, foram aplicados os procedimentos de análise multivariada de variância (MANOVA) para examinar o efeito do sexo, tipo de esporte e experiência competitiva nas dimensões do TROSCI, com pontos de corte de 0,01, 0,06 e 0,14, representando efeitos de tamanhos pequenos, médios e grandes, respectivamente (Cohen, 1988). Estas análises foram efetuadas no SPSS 22.0, sendo mantido o nível de significância em 5% ($p < 0,05$).

Resultados

Análise preliminar dos dados

Os dados relativos aos escores das dimensões do TROSCI foram examinados com relação a possíveis erros de digitação, casos omissos e as premissas para a análise multivariada. Não foram registrados os casos omissos e os erros na entrada dos dados foram corrigidos, assim como, não houve casos extremos na análise multivariada e univariada (assimetria e kurtose), ver tabela 1.

Tabela 1

Médias, desvio padrão e índices de assimetria e kurtose.

	<i>M ± DP</i>	<i>Assimetria</i>	<i>Kurtose</i>
Autoconfiança robusta	5,26 ± 1,87	- 0,127	- 0,705
Autoconfiança instável	5,44 ± 2,02	- 0,055	- 0,802

As premissas de normalidade, linearidade e multicolinearidade não foram violadas, bem como a de homogeneidade da matriz de variância-covariância ($p > 0,05$) de acordo com as recomendações de Tabachnick e Fidel (2001). A consistência interna das dimensões de respostas do TROSCI foi calculada através do *alpha* de Cronbach e os índices revelados foram 0,69 para autoconfiança robusta e 0,67 para autoconfiança instável, estando acima do critério $\alpha > 0,60$ (Hair, Black, Babin & Anderson, 2014).

Análise do efeito do sexo

Os resultados das análises descritivas e da *MANOVA* por sexo (masculino vs feminino) são apresentados na Tabela 2. Na análise multivariada, verificou-se que esta variável exerceu efeito significativo [$F(2,312) = 3,514$, $p < 0,05$; Wilks' Lambda = 0,978, $\eta_p^2 = 0,022$] sobre as dimensões do TROSCI. A análise univariada subsequente permitiu verificar que o sexo exerceu efeito significativo apenas na autoconfiança robusta [$F(1,313) = 6,497$; $p < 0,05$; $\eta_p^2 = 0,020$].

Tabela 2

Análise comparativa dos fatores da versão brasileira do TROSCI em função do sexo

	Feminino	Masculino	F	η_p^2
	$M \pm DP$	$M \pm DP$		
Autoconfiança robusta	4,85 ± 1,87	5,44 ± 1,85	6,497*	0,020
Autoconfiança instável	5,45 ± 1,87	5,44 ± 2,09	0,001	0,000

Análise do efeito do tipo de esporte

Os resultados das análises descritivas e da *MANOVA* por tipo de esporte (individual vs coletivo) são apresentados na Tabela 3. Na análise multivariada, verificou-se que esta variável não exerceu efeito significativo [$F(2,312) = 2,530$, $p > 0,05$; Wilks' Lambda = 0,984, $\eta_p^2 = 0,016$] sobre as dimensões do TROSCI.

Tabela 3

Análise comparativa dos fatores da versão brasileira do TROSCI em função do tipo de esporte (individual vs coletivo)

	Individual	Coletivo	F	η_p^2
	$M \pm DP$	$M \pm DP$		
Autoconfiança robusta	5,46 ± 1,82	5,09 ± 1,90	3,108	0,010
Autoconfiança instável	5,65 ± 2,09	5,24 ± 1,95	3,208	0,010

Análise do efeito da experiência competitiva

Os resultados das análises descritivas e da *MANOVA* por experiência competitiva (alta vs baixa) são apresentados na Tabela 4. Na análise multivariada, verificou-se que

esta variável exerceu efeito significativo [$F(2,274) = 4,151$, $p < 0,05$; Wilks' Lambda = 0,971, $\eta^2 = 0,029$] sobre as dimensões do TROSCI.

A análise univariada subsequente permitiu verificar que a experiência competitiva exerceu efeito significativo na autoconfiança robusta [$F(1,275) = 4,706$; $p < 0,05$; $\eta^2 = 0,017$] e na autoconfiança instável [$F(1,275) = 5,931$; $p < 0,05$; $\eta^2 = 0,021$].

Tabela 4

Análise comparativa dos fatores da versão brasileira do TROSCI em função da experiência competitiva (baixa vs alta)

	Baixa	Alta	<i>F</i>	η^2
	<i>M ± DP</i>	<i>M ± DP</i>		
Autoconfiança robusta	4,98 ± 1,82	5,48 ± 1,97	4,706*	0,017
Autoconfiança instável	5,22 ± 1,91	5,81 ± 2,09	5,931*	0,021

* $p < 0,05$

Discussão

O presente estudo teve como objetivo verificar o efeito do sexo, tipo de esporte e experiência competitiva nas dimensões da versão brasileira do Trait Robustness of Self-Confidence Inventory. Importa salientar que esse é o primeiro estudo que objetivou verificar o efeito de variáveis categóricas na autoconfiança robusta de atletas amadores no Brasil. A hipótese que essas variáveis exercem efeito significativo na autoconfiança robusta foi confirmada pelos resultados obtidos.

No que se refere ao sexo, de uma forma geral, essa variável exerceu um efeito significativo na autoconfiança. Especificamente, este efeito foi na dimensão autoconfiança robusta, embora com um tamanho de efeito pequeno. Feltz, Short e Sullivan (2008) afirmam que os atletas do sexo masculino tendem a se autoavaliar a respeito de suas capacidades de maneira mais positiva comparado às mulheres atletas. Isso pode estar relacionado à percepção acerca do nível de sua autoconfiança, o que sugere ser distinto de acordo com o sexo. Esses resultados estão em concordância com alguns estudos (Fernandes et al. 2014; Machado et al., 2016) que apresentaram que a diferença entre os sexos com relação à autoconfiança também foi estatisticamente significativa. Coimbra, Filho, Andrade e Miranda (2013) em um estudo sobre habilidades

psicológicas, especificamente autoconfiança, afirmaram que o sexo foi a variável que mais contribuiu para a diferença entre os grupos. De acordo com os autores, lidar com adversidades, ao menos no contexto esportivo, é uma habilidade psicológica que apresenta maiores escores em homens quando comparado a mulheres. Uma explicação para isso foi dada por Hays et al. (2007), de acordo com os autores, as fontes de autoconfiança são diferentes entre homens e mulheres porque as atletas femininas tendem a ter como suporte para sua autoconfiança o seu bom desempenho, enquanto que os atletas masculinos derivam a sua autoconfiança das vitórias.

No que concerne o tipo de esporte, essa variável não exerceu efeito significativo nas dimensões do TROSCI. No entanto, na observação das médias, pode-se perceber que os valores foram superiores para os atletas de esportes individuais. Assim, é possível que essa diferença poderia tornar-se estatisticamente significativa com o aumento do tamanho da amostra. Fernandes et al. (2014), em seu estudo, constatou que competidores de esportes individuais exibiram escores maiores de autoconfiança com relação aos competidores coletivos. Frischknecht (2014) afirma que cada modalidade, seja individual ou coletiva, apresenta características distintas que podem estabelecer e priorizar diferentes demandas entre habilidades físicas e psicológicas dos atletas. Para a autora, as diferentes questões interpretativas associadas a cada modalidade esportiva podem interferir no desempenho, o que sugere a realização de adaptações específicas para os diferentes tipos de esportes.

Por fim, com relação aos achados referentes à experiência competitiva, identificou-se um efeito significativo, tanto para a autoconfiança robusta como para a autoconfiança instável, com um tamanho do efeito pequeno. Observando as médias, pode-se perceber que os atletas com alta experiência competitiva exibiram escores maiores de autoconfiança quando comparados com atletas de baixa experiência. Os resultados aqui obtidos corroboram com os achados na literatura (Fernandes et al. 2014; Corrêa, 2016), sendo constatado em seus estudos que competidores mais experientes apresentam maiores índices de autoconfiança quando comparados a atletas com pouca experiência. Para Tertuliano et al. (2019), a experiência competitiva pode influenciar a interpretação dos atletas frente às exigências da competição, contribuindo positivamente para o aumento da autoconfiança. Em concordância, Nogueira (2016), em seu estudo com jogadores de voleibol de alto rendimento, relata que a pouca experiência dos atletas pode

influenciar suas crenças. Ao que tudo indica, a experiência é uma fonte de autoconfiança, como reportado por Hays et al. (2007).

Importa ressaltar que o presente estudo apresenta algumas limitações que precisam ser reconhecidas: i) a amostra foi do tipo intencional e não probabilística e tais tipos de amostra podem não ser representativas da população de atletas amadores; ii) esse é o primeiro estudo publicado no contexto brasileiro com a versão brasileira do TROSCI, portanto seus resultados são ainda iniciais, sendo de fundamental importância que estudos futuros continuem o processo de investigação e confirmação dos resultados obtidos; iii) o estudo foi do tipo transversal impossibilitando inferências causais; iv) as amostras de homens e mulheres não eram iguais em número. Assim, sugere-se que, em estudos futuros, a amostra relacionada ao sexo seja equilibrada em número e que se avance para estudos com atletas profissionais.

Os resultados obtidos no presente estudo auxiliam no entendimento de variáveis influenciadoras da autoconfiança robusta no ambiente competitivo, contribuindo para um melhor entendimento das questões específicas para programas de desenvolvimento da autoconfiança baseado nas diferenças entre gênero, experiência competitiva e tipo de esportes, visando uma melhoria do desempenho. Os psicólogos do esporte devem estar atentos para essas variáveis relacionadas à autoconfiança, para que possam de modo eficiente e especializado, auxiliar no desenvolvimento desse importante constructo psicológico para o sucesso competitivo. Hanton, Mellalieu e Hall (2004), chamam a atenção para a autoconfiança, como uma qualidade essencial para que os atletas de elite possam proteger seus pensamentos experienciados em situação competitiva. Na mesma perspectiva, Mellalieu, Neil e Hanton (2006), relatam que da mesma forma que os atletas de elite se beneficiam com o desenvolvimento da autoconfiança, os atletas amadores quando apresentam altos níveis de autoconfiança tendem a demonstrar menor intensidade de interpretações negativas do ambiente competitivo.

Beaumont, Maynard e Butt (2015) afirmam que o desenvolvimento da autoconfiança robusta no esporte é fundamental. Relatam ainda que intervenções para o fortalecimento da autoconfiança e identificação das fontes de autoconfiança são fundamentais para desenvolver e manter a autoconfiança robusta, e que esse trabalho é desafiador e central para treinadores e psicólogos do esporte. Sugerem a utilização de vídeos, modelagem ou monitoramento através de diários da melhoria da autoconfiança robusta para auxiliar aos atletas a pensarem sobre sua autoconfiança robusta a longo prazo

e não construir uma autoconfiança como uma solução rápida. Também sugerem o desenvolvimento de habilidades psicológicas, como por exemplo, definição de metas, imaginação e reestruturação cognitiva para construção e manutenção de uma autoconfiança robusta no contexto desportivo. Por fim, Fernandes et al. (2019) afirmam que variáveis importantes, como sexo, tipo de esportes e experiência competitiva devem ser levados em consideração por Psicólogos do Esporte no desenvolvimento de programas que tem como objetivos o desenvolvimento de habilidades psicológicas.

Considerações finais

Os principais resultados apontam evidências de que o sexo e a experiência competitiva tiveram efeito significativo sobre as dimensões da versão brasileira do TROSCI, apresentando distintos níveis de autoconfiança robusta para cada categoria. Como implicações práticas, é oportuno destacar a importância das especificidades relacionadas ao sexo, tipo de esporte e experiência competitiva, estar presente no planejamento de programas de desenvolvimento da autoconfiança robusta em atletas. Dessa forma, Psicólogos do Esporte têm um papel fulcral na preparação psicológica dos atletas, já que podem proporcionar estratégias para o desenvolvimento e manutenção da autoconfiança robusta.

Agradecimentos: Agradecemos à FAPESB e a UESC pelas bolsas de Iniciação Científica concedidas.

Conflito de Interesses: Os autores do artigo declaram que não existe conflitos de interesse de ordem financeira, comercial, político, acadêmico ou pessoal.

Referências

- Asmundson, G. J. G., Fetzner, M. G., Deboer, L. B., Powers, M. B., Otto, M. W., & Smit, J. A. (2013). Lest's get physical: a contemporary review of the anxiolytic effects of exercise for anxiety and its disorders. *Depression and Anxiety, 30*(4), 362-73. doi: 10.1002/da.22043
- Ahammer, A., Lackner, M., & Voigt, J. (2019). Does confidence enhance performance? Causal evidence from the field. *Managerial and Decision Economics, 40*, 704-717. doi: doi.org/10.1002/mde.3038
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy*. New York: Freeman.

- Beattie, S., Hardy, L., Savage, J., Woodman, T., & Callow, N. (2011). Development and validation of a trait measure of robustness of self-confidence. *Psychology of sport and exercise, 12*(2), 184-191. doi: 10.1016/j.psychsport.2010.09.008
- Beaumont, C., Maynard, I. W., & Butt, J. (2015). Effective ways to develop and maintain robust sport-confidence: Strategies advocated by sport psychology consultants. *Journal of Applied Sport Psychology, 27*(3), 301-318. doi: 10.1080/10413200.2014.996302
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Coimbra, D., Filho, M. B., Andrade, A., & Miranda, R. (2013). Habilidades psicológicas de coping em atletas brasileiros. *Motricidade, 9* (1): 95-106. doi: 10.6063/motricidade.9(1).2467
- Corrêa, W. (2016). Basquete sobre rodas: análise da ansiedade Pré-Competitiva. *Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada, 17*(2), 31-36. Recuperado de: <http://www.bjis.unesp.br/revistas/index.php/sobama/article/view/6828>
- Craft, L. L., Magyar, T. M., Becker, B. J., & Feltz, D. L. (2003). The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of sport and exercise psychology, 25*(1), 44-65. doi:10.1123/jsep.25.1.44
- Feltz, D. L., Short, S. E., & Sullivan, P. J. (2008). *Self-efficacy in sport*. Human Kinetics.
- Fernandes, M. G., Abreu, I. D. S., Alcantara, J., & Nunes, S. A. N. (2019). Efeito isolado e combinado do sexo, tipo de esporte e experiência competitiva sobre as habilidades psicológicas. *Educación Física y Ciencia, 21*(2), 1-15. doi: 10.24215/23142561e079
- Fernandes, M. G., Nunes, S. A. N., & Fernandes, H. (2018). Adaptação transcultural e análise das propriedades psicométricas da versão brasileira do trait robustness of self-confidence inventory. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte, 13*(2), 273-280. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6543411>
- Fernandes, M. G., Nunes, S. A. N., Raposo, J. V., & Fernandes, H. M. (2014). Efeitos da experiência nas dimensões de intensidade, direção e frequência da ansiedade e autoconfiança competitiva: Um estudo em atletas de desportos individuais e coletivos. *Motricidade, 10*(2), 81-89. Recuperado de: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2014000200009/doi:10.6063/motricidade
- Fernandes, M. G., Vasconcelos-Raposo J., & Fernandes H. M. (2012). Propriedades psicométricas do CSAI-2 em atletas brasileiros. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 25*(4), 679-687. doi: 10.1590/S0102-79722012000400007
- Fernandes, M. G., Nunes, S., Vasconcelos-Raposo, J., & Fernandes, H. M. (2013). Factors influencing competitive anxiety in Brazilian athletes. *Brazilian Journal of Kinanthropometry and Human Performance, 6*, 705-714. doi: 10.5007/1980-0037.2013v15n6p705

- Filho, E., & Rettig, J. (2019). *Self-confidence and collective efficacy in football*. In *Football Psychology. From Theory to practice*. Ed: Konter, E., Beckmann, J. & Loughhead, T.M. (pp. 226-240). London: Routledge.
- Frischknecht, G. (2014). *Evidências de relação preditiva entre autoconfiança e resultados competitivos de atletas*. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Florianópolis. Recuperado de: <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/123191/326456.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis: Pearson new*. International edition. Harlow, UK: Pearson Education Limited.
- Hanton, S., Mellalieu, S. D., & Hall, R. (2004). Self-confidence and anxiety interpretation: A qualitative investigation. *Psychology of sport and exercise*, 5(4), 477-495. doi: 10.1016/S1469-0292(03)00040-2
- Hanton, S., Neil, R., Mellalieu, S. D., & Fletcher, D. (2008). Competitive experience and performance status: An investigation into multidimensional anxiety and coping. *European Journal of Sport Science*, 8(3), 143-152. doi: 10.1080/17461390801987984
- Hays, K., Maynard, I., Thomas, O., & Bawden, M. (2007). Sources and types of confidence identified by world class sport performers. *Journal of applied sport psychology*, 19(4), 434-456. doi: 10.1080/10413200701599173
- Machado, T. A., Paes, M. J., Alquiére, S. M., Osiecki, A. C. V., da Silva Lirani, L., & Stefanello, J. M. F. (2016). Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 30(4), 1061-1067. doi: 10.1590/1807-55092016000401061
- Mellalieu, S. D., Hanton, S., & O'Brien, M. (2004). Intensity and direction of competitive anxiety as a function of sport type and experience. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 14(5), 326-334. doi: 10.1111/j.1600-0838.2004.00389.x
- Mellalieu, S. D., Neil, R., & Hanton, S. (2006). Self-confidence as a mediator of the relationship between competitive anxiety intensity and interpretation. *Research Quarterly for exercise and sport*, 77(2), 263-270. Recuperado de: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02701367.2006.10599359>
- Morrison, D. K. (2017). *Predictors of Robust Sport Confidence in Collegiate Athletes* (Doctoral dissertation, Miami University). Recuperado de: https://etd.ohiolink.edu/pg_10?0::NO:10:P10_ACCESSION_NUM:miami1500555901827877
- Nogueira, F. C. A. (2016). Crença de auto eficácia e ansiedade em atletas de voleibol. Tese (Doutorado em Psicologia - Instituto de Ciências Humanas, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora.
- Paludo, A. C., Nunes, S. A. N., Simões, A. C., & Fernandes, M. G. (2016). Relação entre ansiedade competitiva, autoconfiança e desempenho esportivo: uma revisão ampla

- da literatura. *Psicologia Argumento*, 34(85), 156-169 doi: 10.7213/psicol.argum.34.085.AO06
- Pineda-Espejel, A., López-Walle, J. & Tomás, I. (2015, Maio). Factores situacionales y disposicionales como predictores de la ansiedad y autoconfianza precompetitiva en deportistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 55-70. doi: 10.4321/S1578-84232015000200007
- Sari, Í., Ekici, S., Soyer, F. & Eskiler, E. (2015). Does self-confidence link to motivation? A study in field hockey athletes. *Journal of Human Sport & Exercise*, 10(1), 24-35. doi: 10.14198/jhse.2015.101.03
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics*. New York: Harper & Row.
- Tertuliano, I. W., Buzeto, F. K., de Oliveira, V., Machado, A. A., & Montiel, J. M. (2019). Os efeitos da idade e do sexo no nível de ansiedade de nadadores de águas abertas. *Conexões: Educação Física, Esporte e Saúde*, 17, e019021-e019021. doi: periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8655148
- Thomas, O., Lane, A., & Kingston, K. (2011). Defining and contextualizing robust sport-confidence. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(2), 189-208. doi: 10.1080/10413200.2011.559519
- Vealey, R. S (2009). *Confidence in sport*. Em B. W. Brewer (Ed.), *Sport Psychology*. New York: Wiley, p. 43-52.
- Vealey, R. S., & Chase, M. A (2008). *Self-confidence in sport*. Em T. S. Horn, (Ed.), *Advances in Sport Psychology*, Champaign, IL: Human Kinetics, p. 66-97.