



CATÓLICA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
E PSICOLOGIA

PORTO

EXPOSIÇÃO À VIOLÊNCIA NO DESPORTO:
ESTRATÉGIAS DE *COPING* E RELAÇÃO COM A
PERFORMANCE EM ATLETAS

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de
mestre em Psicologia

- Especialização em Psicologia da Justiça e do Comportamento Desviante -

Beatriz dos Santos Cabral

Porto, julho 2024



CATÓLICA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
E PSICOLOGIA

PORTO

EXPOSIÇÃO À VIOLÊNCIA NO DESPORTO:
ESTRATÉGIAS DE *COPING* E RELAÇÃO COM A
PERFORMANCE EM ATLETAS

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de
mestre em Psicologia

- Especialização em Psicologia da Justiça e do Comportamento Desviante -

Beatriz dos Santos Cabral

Trabalho efetuado sob a orientação de

Professora Doutora Catarina Morais

Porto, julho 2024

Agradecimentos

À Professora Doutora Catarina Morais, por toda a orientação, disponibilidade e dedicação. O meu muito obrigada por toda a paciência, compreensão e incentivo, e por me ter ensinado tanto. É um exemplo de rigor e profissionalismo.

Aos meus pais, por todo o amor, carinho e apoio incondicional, e por serem o meu maior exemplo e orgulho. Obrigada por todo o esforço, paciência e motivação ao longo de todas as etapas vividas, e por me darem sempre a liberdade para voar e traçar o meu caminho. Por me deixarem ser e viver.

Ao meu irmão, um amor que não consigo colocar em palavras. Obrigada por todo o apoio, ajuda e amizade incondicional, e pela boa dose de alegria que trazes à minha vida. Tenho muito orgulho em ti.

Às minhas amigas da faculdade - Inês, Kika, Vera, Érica e Fatinha -, por serem casa e porto de abrigo ao longo de todo o meu percurso académico. Por me completarem e compreenderem como ninguém, e por serem sinónimo de paz, conforto e alegria. Obrigada pela vossa amizade, sou muito mais feliz convosco por perto. É para a vida!

Aos meus amigos de sempre, por estarem, de forma incondicional, presentes nos momentos de maior felicidade, mas também nos mais desafiantes. Por termos crescido e permanecido juntos, e por sermos o abraço sentido e garantido. Obrigada por todo o amor, força e motivação.

Resumo

A violência representa, atualmente, uma parte integrante do contexto desportivo, constituindo-se como uma experiência potencialmente stressante, que pode comprometer o bem-estar e performance desportiva dos atletas. Este estudo teve como objetivo analisar o papel mediador das estratégias de *coping* na relação entre exposição à violência e percepção de rendimento desportivo, numa amostra ($N = 250$) de atletas de andebol, basquetebol e futebol. Verificou-se que uma maior exposição dos atletas à violência leva a uma menor percepção de rendimento desportivo por parte dos mesmos. No entanto, a exposição mais frequente a estes comportamentos prediz uma maior utilização de estratégias de *coping*, algumas delas com potencial efeito positivo na percepção de rendimento desportivo. Foi ainda encontrado um efeito de mediação da estratégia de *coping* de confronto ativo: quanto maior for a exposição à violência, maior a utilização de estratégias de *coping* de confronto ativo, o que, por sua vez, prediz um maior rendimento desportivo individual. Assim, estes resultados salientam a importância de uma maior compreensão do recurso a estratégias de *coping* no contexto desportivo, bem como quais as estratégias mais eficazes, para ajudar os atletas a lidarem com a exposição à violência, para que o seu rendimento desportivo seja maximizado.

Palavras-chave: Exposição à Violência; Perpetradores; Violência contra Atletas; Comportamentos Agressivos; *Stress*; *Coping*; Rendimento Desportivo

Abstract

Violence is currently an integral part of the sporting context, and constitutes a potentially stressful experience that can compromise athletes' well-being and sporting performance. This study aimed to analyze the mediating role of coping strategies in the relationship between exposure to violence and athletes' perception of sporting performance, in a sample ($N = 250$) of handball, basketball and soccer athletes. It was found that greater exposure of athletes to violence leads to a lower perception of their sport performance. However, more frequent exposure to these behaviors predicts a greater use of coping strategies, some of which have a potential positive effect on the perception of sporting performance. A mediation effect of the active confrontation coping strategy was also found: the greater the exposure to violence, the greater the use of active confrontation coping strategies, which, in turn, predicts greater individual performance. Thus, these results highlight the importance of a greater understanding of the use of coping strategies in the sporting context, as well as the most effective strategies, to help athletes deal with exposure to violence, so that their performance is maximized.

Keywords: Exposure to Violence; Perpetrators; Violence against Athletes; Aggressive Behavior; Stress; Coping; Sports Performance

Índice

Introdução.....	1
Enquadramento teórico.....	3
Comportamentos Agressivos e Violência em contexto desportivo	3
Adaptação ao <i>Stress</i> Psicológico.....	7
Papel mediador do <i>coping</i>	10
Método.....	13
Procedimento	13
Participantes	14
Medidas	15
Resultados.....	17
Análises descritivas.....	17
Teste de hipóteses	22
Discussão dos resultados	25
Limitações e direções futuras	28
Conclusão e implicações para a prática.....	30
Referências Bibliográficas.....	32

Índice de Tabelas

Tabela 1: Frequência dos comportamentos de violência contra atletas, indicando o tipo de violência (física, psicológica e sexual) e os respectivos perpetradores (outros atletas, treinadores, pais ou figuras equivalentes).....	17
Tabela 2: Média, desvio-padrão, assimetria e curtose das variáveis, pressuposto de multicolinearidade	19
Tabela 3: Matriz de correlação das variáveis em estudo	21
Tabela 4: Efeitos diretos e indiretos do modelo proposto	24

Índice de Figuras

Figura 1: Modelo estrutural testado	23
--	----

Introdução

A prática desportiva tem sido, ao longo do tempo, reconhecida como um contexto de realização significativo para os atletas, exercendo uma influência crucial no seu desenvolvimento social, cognitivo e físico, atuando como um catalisador de resultados positivos, como a saúde e bem-estar dos desportistas (Newman et al., 2021; Ramírez-Muñoz & Zamarripa, 2024; Ribeiro, 2011; Vveinhardt et al., 2019). Mais especificamente, a prática desportiva tem sido associada à promoção de níveis mais elevados de autoestima, regulação emocional, competências de resolução de problemas, realização de objetivos e competências sociais, possibilitando ainda o desenvolvimento da capacidade de cooperação, bem como a habilidade de lidar tanto com o sucesso ou o ser-se persistente face ao insucesso, aprendendo a enfrentar adversidades e exigências físicas e psicológicas (Daignault et al., 2023; Vilela & Gomes, 2015).

Para alguns atletas, a competição desportiva pode constituir-se como uma atividade de prazer, agradável e desafiadora, no entanto, para outros, pode significar enfrentar situações muitas vezes adversas e ameaçadoras (Barbosa & Cruz, 1997). Assim, a prática desportiva, embora frequentemente associada a consequências positivas, pode também acarretar resultados indesejáveis, já que nos contextos desportivos mais exigentes os atletas estão continuamente expostos a diversas experiências potencialmente stressantes, que podem comprometer o seu bem-estar (Vilela & Gomes, 2015). Uma dessas experiências, mais frequente em ambientes de elevada competição, está relacionada com diversas formas de violência e abusos, constituindo-se como uma variável crucial na promoção de *stress* para os desportistas, já que traz consequências graves tanto a nível psicológico e/ou físico, interferindo com os resultados positivos associados a este contexto e podendo implicar consequências negativas no desempenho e carreira desportiva dos atletas (Daignault et al., 2023; Ramírez-Muñoz & Zamarripa, 2024).

A violência no desporto, pela sua elevada frequência, tornou-se já uma componente inerente à prática desportiva (Krishnaveni & Shahin, 2014), com estes atos de violência a serem observados entre atletas, árbitros, treinadores, e até mesmo pais e espectadores (Ferreira et al., 2018; Parent & Fortier, 2018; Sofia & Cruz, 2017), sendo muitas vezes não só promovidos e ensinados, mas também fortemente encorajados e valorizados (Cruz et al., 2010). O Observatório Nacional da Violência contra os/as Atletas, sendo este uma iniciativa da Universidade da Maia e da Associação Plano i, em

colaboração com a Autoridade para a Prevenção e o Combate à Violência no Desporto (APCVD), revelaram que, na época de 2022/2023, foram registados 850 incidentes de violência relacionados com eventos desportivos, um aumento de 12% em comparação à época anterior, representando a violência física cerca de 60% dos incidentes registados, e a violência verbal aproximadamente 30% dos incidentes (Autoridade para a Prevenção e o Combate à Violência no Desporto, 2023). Estes dados demonstram assim que a violência é bastante prevalente e constitui-se como um problema real no desporto (Alexander et al., 2011; Parent & Fortier, 2018; Vertommen et al., 2016).

Assim, os atletas podem não ser apenas perpetradores de comportamentos violentos, mas também ser alvo dos mesmos, já que frequentemente a agressão é permitida e/ou legitimada no desporto, quando em outros contextos não seria aceitável (Cruz et al., 2010). Esta exposição à violência constitui um stressor importante, que pode resultar no evitamento ou abandono da prática desportiva, podendo também constituir-se como uma pressão acrescida de realização que dificulta as *performances* desportivas, contribuindo, por sua vez, para o aumento nos níveis de *stress* do atleta, independentemente do seu género, idade, experiência, ou nível competitivo (Barbosa & Cruz, 1997; Dias, 2005; Raposo, 2018; Ribeiro, 2011).

Um fator importante para a adaptação/gestão do *stress* prende-se com as estratégias de *coping* que os indivíduos possuem e utilizam, que impactarão o rendimento e sucesso desportivos dos mesmos, já que alto rendimento e experiências de *stress* são conceitos indissociáveis (Barbosa & Cruz, 1997). Portanto, torna-se essencial que estes estejam aptos a utilizar estratégias de *coping* adaptativas, permitindo-lhes lidar de forma mais eficaz com situações de *stress*, a fim de serem mantidos níveis altos de *performance* (Ribeiro, 2011). No entanto, no desporto, pouco se sabe sobre quais as estratégias mais frequentes que atletas adotam perante a exposição à violência, verificando-se alguma escassez de estudos que investiguem o impacto desta problemática no contexto português (Ferreira et al., 2018), e que se debrucem, nomeadamente, sobre a forma como os atletas se adaptam face a exposição à violência no desporto, tornando-se pertinente o estudo desta temática. Posto isto, a presente dissertação tem como objetivos: (1) caracterizar a presença e frequência de diferentes tipos de violência em contexto desportivo; (2) compreender quais as estratégias de *coping* a que os atletas recorrem, de forma mais frequente, para lidar com esses mesmos comportamentos violentos; e (3) testar o papel mediador do *coping* na relação entre o stressor (exposição à violência) e a percepção de rendimento dos atletas.

Enquadramento teórico

Comportamentos Agressivos e Violência em contexto desportivo

O desporto é um fenómeno mobilizador de massas, ocupando um papel de importância vital na sociedade portuguesa (Fernandes, 2019), sendo que todos os envolvidos neste contexto, em especial os atletas, vivem experiências desafiadoras ao longo do seu percurso desportivo, tentando lidar e adaptar-se às exigências dessas situações da forma mais eficaz possível.

Os comportamentos agressivos e a violência representam uma parte integrante do desporto, sendo esta temática uma questão social e tópico de interesse crescente na investigação nos últimos anos, mostrando a importância de explorar as dimensões e condições da agressividade, já que por vezes esta ainda é pouco compreendida (Bidutte et al., 2005; Daignault, et al., 2023; Junior et al., 2013; Limpo & Tadríst, 2021).

Existe alguma dificuldade e controvérsia em definir o comportamento agressivo em contexto desportivo, devido às características e regras específicas de diferentes modalidades, em que a fronteira do que é um comportamento intencional deste tipo ou não, é muito ténue (Ferreira et al., 2018; Marwat et al., 2022; Sofia & Cruz, 2017). Nos desportos coletivos, há a implementação de um conjunto formal de regras conhecido como código de conduta, que estabelece diretrizes para o comportamento que os atletas devem adotar, podendo variar em graus de agressividade (Ferreira et al., 2018). Modalidades desportivas como o andebol, basquetebol, e futebol, caracterizam-se por elevados níveis de agressividade e, frequentemente, o contacto físico pode fazer parte das regras do jogo, sem o objetivo de ferir; no entanto, o mesmo tipo de comportamento fora do contexto desportivo pode ser definido como algo não aceitável (Krishnaveni & Shahin, 2014). Assim, na maioria das modalidades ditas de contacto, em que existe necessariamente contacto e colisão, esses comportamentos são mais legitimados, havendo uma maior aceitação e incentivo para o comportamento agressivo e violento, podendo este ser bem canalizado se ocorrer dentro das regras e condições delimitadas dentro de cada modalidade, configurando-se como comportamento assertivo neste contexto (Barroso et al., 2005; Bidutte et al., 2005; Ferreira et al., 2018; Junior et al., 2013; Newman et al., 2021). No entanto, o comportamento agressivo, quando pouco adequado, pode ser considerado como o comportamento violento e prejudicial, praticado de forma intencional, descrito como ações que ultrapassam a fronteira do aceitável, do legítimo, e do legal, podendo ser atos dirigidos com a finalidade de magoar ou incapacitar outros, ou como forma de obter vantagem competitiva, sendo que o

destinatário do dano é motivado a evitá-lo (Bidutte et al., 2005; Ferreira et al., 2018; Newman et al., 2021).

Foi proposta uma visão ainda mais ampla da violência relacionada com o desporto, englobando tanto a violência inerente ao mundo desportivo (e.g. violência entre jogadores durante uma competição), como a violência cometida por vários membros da comunidade desportiva (como treinadores, pais) fora de momentos desportivos (e.g. agressão sexual) (Parent & Fortier, 2018).

É possível distinguir dois tipos de comportamentos agressivos: agressão hostil/reativa e agressão instrumental. O primeiro é o comportamento desportivo gerado deliberadamente para prejudicar ou ferir o atleta, enquanto que o segundo relaciona-se com um comportamento que tem como intenção obter somente uma vantagem competitiva, ou conseguir alcançar as suas próprias metas, embora possa envolver dano ao atleta (Bidutte et al., 2005; Conroy et al., 2001). Verificou-se que a agressão instrumental é mais frequente que a agressão hostil (Bidutte et al., 2005).

Para além disso, a violência contra o atleta pode acontecer em inúmeros locais (e.g. treinos, competições, estágios, balneários), e de diferentes formas (e.g. violência física, psicológica ou negligente, e sexual), podendo esta ser perpetuada por pessoas com diferentes papéis no contexto desportivo (e.g. atletas – tanto colegas de equipa como adversários -, treinadores e pais ou espectadores) (Daignault et al., 2023; Lang et al., 2023; Parent & Fortier, 2018).

A violência psicológica tem vindo a receber cada vez mais atenção, sendo considerada um canal para outras formas de violência, já que se torna impossível conceber qualquer forma de assédio ou abuso que não tenha também fundamentos psicológicos (Mountjoy et al., 2016). Esta pode ser descrita como atos não-físicos que, potencialmente, causam danos à saúde psicológica ou ao desenvolvimento do atleta (e.g. humilhação, gritos, rejeição, negligência de atenção e de apoio na segurança e bem-estar do atleta) (Brackenridge et al., 2010; Mountjoy et al., 2016; Parent & Fortier, 2018). A violência física pode acontecer, à semelhança das restantes, dentro e fora de campo, sendo que a natureza de “ganhar/perder” do desporto resulta, muitas vezes, numa normalização de muitos tipos de violência no desporto, sendo o corpo do atleta considerado um equipamento integral (Mountjoy et al., 2016). Esta pode incluir atos que resultem em dano físico real ou potencial a um atleta, como agressões diretas (bater ou atirar material desportivo na direção do atleta) ou obrigar o atleta a treinar e competir mesmo lesionado (Parent & Fortier, 2018). Relativamente à violência sexual, esta

abrange dois conceitos: (1) assédio sexual, que é toda a conduta indesejada de natureza sexual contra um atleta, seja esta verbal (e.g. comentários sexuais, piadas), não-verbal (e.g. olhares ou gestos sexuais, exibição de imagens de cariz sexual), ou física (e.g. abraços, toques físicos); e (2) abuso sexual, que é qualquer comportamento de natureza sexual, podendo haver contacto ou não, mas onde o consentimento é coagido/manipulado ou não é dado (e.g. atividade sexual forçada) (Koontz et al., 2020; Sølvsberg et al., 2022). Estes comportamentos são ainda muito ignorados por várias organizações desportivas, seja por medo de danos à reputação, por ignorância, silêncio ou conluio (Mountjoy et al., 2016).

Pesquisas realizadas com atletas em países europeus (como o Reino Unido, Países Baixos e Noruega), mas também no Canadá, revelam que até 75% dos jovens encontram-se expostos à violência interpessoal na sua prática desportiva (Daignault et al., 2023), à semelhança de outros estudos que demonstram que, no contexto desportivo, a prevalência de violência interpessoal varia entre 44% e 86% (Parent et al., 2024). Embora a violência sexual atraia mais atenção, outros estudos documentam a ocorrência de múltiplas formas de violência, incluindo violência psicológica e física, negligência e assédio (Mountjoy et al., 2016; Vertommen et al., 2018).

Um estudo realizado por Daignault et al. (2023), mostra que 52% dos atletas participantes, que praticam diferentes desportos e em diferentes contextos, sofrem de violência psicológica, sendo esta perpetuada por diferentes figuras. Já Bermon et al. (2021) desenvolveu também um estudo para examinar a prevalência de abusos verbais, físicos e sexuais em atletas de elite da América do Norte e do Sul, Europa, África, Ásia e Oceânia, tendo tido a participação de 480 atletas. Este estudo tinha ainda como objetivo distinguir abusos perpetrados no contexto do atletismo, daqueles atletas que não estavam relacionados com essa modalidade em específico. 45 atletas do sexo masculino (18%) e 34 do sexo feminino (15%), que não estavam associados ao atletismo, relataram abuso sexual. Já no contexto do atletismo, 58 homens (23%) e 47 mulheres (21%) relataram abusos verbais; 31 atletas do sexo masculino (12%) e 20 atletas do sexo feminino (9%) relataram abusos físicos e, por fim, 30 homens (12%) e 17 mulheres (7%) relataram abusos sexuais.

Em estudos conduzidos por Hartill et al. (2021), 65% da sua amostra referiu ter experienciado violência psicológica no desporto quando eram crianças ou jovens, tendo 68% dos homens e 61% das mulheres, reportado que experienciaram este tipo de violência antes dos 18 anos. De acordo com os mesmos autores, 44% dos participantes

reportaram ainda ter experienciado violência física (52% dos homens e 36% das mulheres), 37% reportaram ter sofrido por negligência (44% homens e 30% mulheres), 35% dos participantes (38% homens e 32% mulheres) reportaram ter sofrido de violência sexual sem contacto, e 20% (26% homens e 14% mulheres) ter experienciado violência sexual com contacto. Segundo estes autores, a prevalência de violência no desporto é menor quando este é recreacional (68%), e maior ao nível do desporto competitivo internacional (84%). 76,9% dos participantes relatou ainda ter sofrido diversos abusos, sendo que estes resultados são semelhantes nos diversos países e contextos onde foram conduzidos os estudos, sugerindo que este é um problema universal.

Em Portugal, atualmente, parece haver alguma escassez de estudos científicos realizados especificamente sobre violência contra atletas. O Ponto Nacional de Informações sobre Desporto (PNID) fornece informações abrangentes e detalhadas sobre diversos aspetos do desporto, incluindo estatísticas e dados relevantes neste contexto. No entanto, não apresenta nenhum estudo especificamente sobre os atletas como alvos de violência.

A exposição dos atletas aos diferentes tipos de violência afeta o bem-estar dos mesmos, trazendo consequências negativas, embora estas, no contexto desportivo, ainda não tenham sido devidamente documentadas, à semelhança da relação entre exposição à violência e rendimento dos atletas (Marwat et al., 2022; Parent & Fortier, 2018). Ser alvo de uma - ou mais - formas de violência, está associado a sofrimento psicológico e consequente diminuição de qualidade de vida, perturbações alimentares, baixa autoestima, níveis mais elevados de ansiedade, depressão e suicídio, problemas relacionais e exclusão social (Mountjoy et al., 2016). Em termos desportivos, a exposição à violência está não só associada a uma maior intenção ou mesmo o abandono da prática desportiva, como também a experiências mais frequentes de lesões e deteriorização da performance dos atletas, levando a efeitos prejudiciais significativos no desempenho desportivo dos mesmos (Marwat et al., 2022; Mountjoy et al., 2016; Németh & Balogh, 2020; Parent & Fortier, 2018).

Para além disso, os comportamentos violentos que os atletas experienciam, são um dos fatores associados ao aparecimento de *stress* no contexto desportivo, constituindo-se como stressores (Raposo, 2018). O *stress* pode ser definido como um conjunto de reações e sentimentos negativos que surgem em resposta a situações mais adversas ou exigentes, constituindo-se como um dos principais fatores que contribuem e

influenciam um menor desempenho desportivo (Gomes et al., 2022; Lazarus, 2000; Reyes-Bossio et al., 2022). Estudos reforçam que a presença de diferentes fatores de *stress* afetam os atletas, na medida em que podem não só afetar o seu bem-estar, como também o seu rendimento, já que atletas expostos a níveis elevados de *stress* têm um maior risco de aumento de ansiedade, que pode prejudicar o desempenho dos mesmos durante jogos ou treinos (S et al., 2024; Thelwell et al., 2008).

Posto isto, e tendo em conta que a exposição à violência se constitui como um fator de *stress*, surge a primeira hipótese de investigação:

H1: A exposição à violência prediz negativamente o rendimento desportivo dos atletas, ou seja, quanto maior for a exposição dos atletas a esses comportamentos, menor o seu rendimento desportivo.

Assim, e uma vez que os comportamentos violentos de que os atletas são alvo são potencialmente stressantes, é necessário que, perante eles, estes recorram a mecanismos para os gerir – adaptação ao *stress*.

Adaptação ao *Stress* Psicológico

O fenómeno de adaptação ao *stress* no contexto desportivo tem vindo a ganhar um crescente destaque e interesse, devido não só à natureza *stressante* do desporto e em particular da alta competição, como também às exigências e desafios colocados aos atletas que atuam nestes contextos (Gomes, 2014; Gomes et al., 2022; Mehrsafari et al., 2020; Turner et al., 2020). Assim, torna-se essencial compreender este processo adaptativo por parte dos atletas, percebendo o papel dos fatores psicológicos na forma como estes avaliam e lidam com potenciais stressores, influenciando significativamente o seu desenvolvimento pessoal e desportivo (Cunha, 2020; Gomes et al., 2022). A adaptação humana ao *stress* é um fenómeno biopsicossocial, exigindo a consideração de dimensões biológicas, psicológicas ou sociais, ou uma combinação das três. Assim, este processo pode ser um fenómeno de complexa compreensão, não existindo uma única forma de compreender a adaptação ao *stress* psicológico (Turner et al., 2020).

O Modelo Transacional Cognitivo, Motivacional e Relacional proposto por Lazarus (1991, 1999) tem recebido mais atenção por parte dos investigadores. Este descreve o estudo da adaptação ao *stress* e os fatores subjacentes, sugerindo que o processo de adaptação deve ser analisado segundo fatores cognitivos, motivacionais e relacionais, e que a experiência dinâmica de *stress* é melhor explicada quando fatores individuais e ambientais são analisados em conjunto. Assim, existem quatro variáveis-

chave que devem ser consideradas, simultaneamente, no processo adaptativo ao *stress*: os stressores que desencadeiam a situação; o modo como a situação é avaliada pela pessoa (avaliação cognitiva); o modo e a capacidade de o atleta lidar com a situação de *stress*; e os sentimentos que emergem da situação e interação pessoa-ambiente (Gomes, 2017; Gomes et al., 2022).

Os atletas enfrentam múltiplos stressores, como a pressão para um bom desempenho, medo de cometer erros, violência no desporto, entre outros; no entanto, parece não ser a presença dos stressores em si que leva a experiências negativas, mas sim a forma como estes são interpretados, sendo portanto essencial considerar os processos de avaliação cognitiva (Gomes et al., 2022). Assim, segundo este modelo, a avaliação cognitiva consiste em dois componentes: (1) avaliação cognitiva primária, em que o indivíduo avalia e atribui significado às situações de *stress*, verificando se está de acordo com metas pessoais, valores e crenças e (2) avaliação cognitiva secundária, em que o indivíduo, depois de feita a avaliação, analisa os recursos pessoais disponíveis para lidar e enfrentar a situação em específico (Lazarus, 1991). Em suma, é possível compreender que a avaliação cognitiva feita pelo atleta tem um papel fulcral na experiência de *stress*, sendo que os stressores podem ser avaliados de diferentes formas, dependendo da interpretação feita por cada atleta da situação experienciada. Esta análise permite uma compreensão mais profunda da experiência de *stress*, podendo explicar o impacto no desempenho alcançado pelos atletas (Gomes et al, 2022).

Neste sentido, o Modelo Interativo de Adaptação ao *Stress* (Gomes, 2014), pretende ajudar a compreender como ocorre essa adaptação, reforçando a interação entre a avaliação cognitiva e as respostas psicológicas, fisiológicas e comportamentais que cada pessoa apresenta face às exigências colocadas pelo *stress*, conduzindo, no final, a um determinado resultado que pode ser positivo ou negativo (Gomes, 2014; Gomes, 2017). Este processo interativo é condicionado por fatores prévios, especialmente pelas características situacionais e pessoais da pessoa, bem como pela importância que esta atribui à situação de *stress* experienciada (Gomes, 2017).

Embora este modelo também contenha uma natureza transaccional, como a proposta no Modelo Transaccional de Lazarus, atribui um papel mais relevante à forma como a pessoa vê a situação de *stress*. Porém, a avaliação cognitiva revela um papel essencial neste processo de adaptação (Nogueira & Gomes, 2014), representando um papel mediador na relação entre a situação de *stress* e o resultado final. Este modelo defende que o processo de avaliação cognitiva corresponde à forma como os atletas

avaliam a situação de *stress*, permitindo compreender a maneira como os atletas se adaptam a estas situações, podendo esta ser de primeiro ou segundo nível (Carvalho, 2021). A avaliação de primeiro nível, ou primária, diz respeito à interpretação que cada indivíduo faz da importância e significado de determinado acontecimento, sendo que quando um evento é avaliado como stressante, podem ser feitas quatro tipos de avaliações: desafio, ameaça, benefício e perda ou dano. A percepção de desafio surge quando o indivíduo se sente capaz de lidar com a situação stressante de forma eficaz, visualizando um potencial de ganho, e, por sua vez, a percepção de ameaça ocorre quando este antecipa possíveis danos para o seu bem-estar, indicando um potencial de perda (Vilela & Gomes, 2015). A avaliação cognitiva secundária refere-se aos processos de *coping* que o indivíduo tem à sua disposição e que utiliza para lidar com as situações percebidas como ameaçadoras, prejudiciais ou desafiadoras. Assim, tendo em conta que a avaliação cognitiva primária é responsável pela interpretação das respostas às situações, a avaliação cognitiva secundária determina quais as respostas adotadas face ao acontecimento stressante (Vilela & Gomes, 2015). Em síntese, este modelo propõe que a adaptação negativa ao *stress* resulta de um desfasamento entre as exigências colocadas à pessoa e os seus recursos para lidar com estas exigências, sendo que uma adaptação positiva resulta de um balanceamento equilibrado entre estes dois fatores (Nogueira & Gomes, 2014).

Com base em ambos os modelos apresentados, é possível concluir que a forma como cada atleta lida com a situação de *stress* será diferente, uma vez que a maneira como a situação é percebida e encarada pelo indivíduo é também ela distinta, levando a diferentes processos de *coping* utilizados e, conseqüentemente, a impactos diferentes no seu desempenho desportivo. A adaptação ao stressor em causa, para alguns atletas, pode ser positiva e eficaz, apresentando seguidamente ótimos rendimentos e desempenhos. Por sua vez, outros reagem negativamente à situação, podendo ver o *stress* como incontrolável, levando a um comprometimento ou diminuição gradual ou drástica dos seus níveis de rendimento desportivo (Bali, 2015; Gomes et al., 2013). De uma forma geral, tem-se verificado que variáveis como a avaliação cognitiva primária e a avaliação cognitiva secundária, em associação com as estratégias de *coping*, representam dimensões fundamentais para se perceber a adaptação humana ao *stress* (Faria, 2016).

Assim, quando os atletas são alvo de comportamentos de natureza agressiva, podem apresentar uma incapacidade ou dificuldade em lidar eficazmente com o *stress* sentido, representando um dos principais obstáculos para que este apresente um

rendimento ou desempenho considerado ideal e maximizado (Raposo, 2018). Posto isto, o papel da avaliação cognitiva primária é essencial, mas torna-se imprescindível compreender a avaliação cognitiva secundária realizada pelo atleta (estratégias de *coping*).

Papel mediador do *coping*

O *coping* tem um papel fundamental no desporto, acreditando-se que a excelência no *coping*, antecede a excelência na performance (Poczwadowski & Conroy, 2002). Este refere-se à forma como as pessoas enfrentam uma determinada situação causadora de *stress*, recorrendo-se a estratégias para lidar com as diferentes situações competitivas (Lazarus, 1999; Lazarus e Folkman, 1984). Assim, e tendo em conta que segundo Lazarus (2000) o *stress* é um dos fatores mais influentes na capacidade de realização das competências por parte dos atletas, é essencial que estes estejam aptos a utilizar estratégias de *coping* adaptativas para lidar melhor com situações de *stress*, de forma a manterem níveis altos de performance.

O leque de estratégias de *coping* existentes pode ser bastante variado, podendo estas ser consideradas adaptativas e funcionais ou, pelo contrário, desadaptativas e disfuncionais, já que a eficácia de uma determinada estratégia pode variar consoante a avaliação realizada pelo atleta, ou seja, uma mesma estratégia pode ser eficaz numa situação específica, mas ineficaz ou até prejudicial noutra, ou até entre atletas, quando confrontados com a mesma situação (Dias, 2005; Litwic-Kaminska, 2020; Ntoumanis et al., 2009). Posto isto, o *coping* é baseado num processo interativo, dinâmico, mutável e adaptável ao contexto (Nicholls & Polman, 2007).

Concretamente no contexto desportivo, Anshel (1990; 2019) criou um modelo, abordando o *coping* especificamente através de duas dimensões: a aproximação e o evitamento. A primeira dimensão referida alude às estratégias que procuram enfrentar de forma direta o problema, relacionando-se com o *coping* focado no problema. Relativamente à segunda dimensão mencionada, esta refere-se às estratégias que procuram evitar o problema, sendo mais eficazes quando a fonte de *stress* é interpretada como fora do controlo pessoal, relacionando-se com as estratégias de negação (Silva, 2021).

No presente estudo, as estratégias de *coping* focar-se-ão em 3 grandes categorias: estratégias centradas na resolução do problema (avaliando-se o confronto ativo); estratégias centradas na regulação da emoção, subdividindo-se numa vertente mais ativa

(utilização de humor), e numa vertente mais passiva (negação); e estratégias centradas no apoio social (avaliando-se o apoio emocional) (Gomes, 2017).

As estratégias focadas no problema e na sua resolução, são baseadas no recurso a estratégias cognitivas e comportamentais para enfrentar e resolver a situação de *stress*. Há uma intenção de, através dos recursos disponíveis, resolver ou modificar o problema em si, mostrando um maior sucesso quando aplicadas em situações que a pessoa tem ou pode ter controlo na situação (Litwic-Kaminska, 2020; Lope Fernández & Solís Briceño, 2020; Nicholls & Polman, 2007). A estratégia de confronto ativo inclui-se nesta dimensão, levando à existência de ações diretas assumidas pela pessoa para resolver o problema em causa, sendo alguns exemplos deste tipo de estratégia a procura de informação, planeamento, ou estabelecimento de objetivos, auxiliando o atleta a lidar diretamente com o problema (Gomes, 2017; Nicholls & Polman, 2007).

No que toca às estratégias focadas na emoção, estas consistem no esforço para regular o estado emocional que se instalou em consequência do *stress*. O alvo desta estratégia são então as próprias emoções, e a forma como a situação é encarada, e não a situação em si. Estas podem ainda dividir-se em estratégias ativas, quando a pessoa aceita as suas emoções e tenta geri-las da melhor forma possível, podendo recorrer ao humor, utilizando brincadeiras ou anedotas destinadas a retirar a carga negativa do problema; e em estratégias passivas, onde a estratégia de negação se encontra incluída, e onde a pessoa tenta negar/evitar ou desvalorizar o modo como se sente na situação de *stress*, e a ocorrência da própria situação e potenciais consequências negativas. A utilização destas estratégias poderá apresentar um efeito mais benéfico em situações em que a pessoa tenha pouco ou nenhum controlo (Gomes, 2014; Litwic-Kaminska, 2020; Lope Fernández & Solís Briceño, 2020; Nicholls & Polman, 2007). Por fim, as estratégias centradas no apoio social, são utilizadas por razões mais emocionais, como a procura de compreensão ou empatia por parte de pessoas de confiança e importantes para o atleta, surgindo como uma dimensão importante na avaliação do confronto (Gomes, 2017). Nesta categoria encontra-se a estratégia de apoio emocional, que consiste em falar e partilhar o problema com outras pessoas no sentido de obter ajuda emocional (Gomes, 2017).

Tendo em conta a constante presença de situações potencialmente stressantes no percurso desportivo dos atletas, especificamente a crescente ocorrência de atos violentos neste contexto, e o impacto do *stress* no rendimento, é essencial que os atletas estejam aptos para lidar com estas variáveis de forma adaptativa, para que se possa desenvolver

uma experiência desportiva positiva e satisfatória, e sobretudo para que haja uma maximização do seu rendimento (Barbosa & Cruz, 1997).

Posto isto, a literatura tem evidenciado que atletas que recorrem a um maior número de estratégias de *coping* apresentam um maior sucesso desportivo, apontando que estratégias de aproximação ou focadas no problema são mais eficazes quando comparadas com estratégias centradas nas emoções ou de evitamento, potenciando o foco e um rendimento desportivo mais positivo por parte dos atletas (Gould et al., 1993; Nicholls & Polman, 2007; Pires et al., 2019). A utilização do humor constitui-se também como uma estratégia adaptativa, à semelhança da estratégia de apoio emocional, sendo benéfica para a gestão de *stress* em inúmeras circunstâncias, e consequente maximização da performance desportiva do atleta (Crocker et al. 2015; Lazarus & Folkman, 1984; Rueger et al., 2010; Taylor, 2011). Assim, uma postura passiva adotada pelo atleta em relação à resolução da situação em si (utilização de estratégias de negação), como também em relação às emoções que advêm da mesma, é classificada como uma solução geralmente pouco adaptativa, reforçando a existência de estratégias de *coping* adequadas e inadequadas (Silva, 2021). Desta forma, atletas que sejam incapazes de lidar eficazmente com o *stress*, e que recorram a estratégias de *coping* negativas como a utilização de drogas, álcool ou tabaco, podem sofrer consequências negativas no seu desempenho desportivo e bem-estar psicológico, já que apresentarão efeitos contraproducentes, principalmente a longo prazo (Ribeiro, 2011; Silva, 2021).

A existência de estratégias de *coping* não constitui, por si só, um fator benéfico, sendo essencial que esta escolha recaia sobre estratégias adaptativas. A flexibilidade na escolha de *coping* estará associada a resultados mais positivos no que toca à adaptação humana ao *stress* (Litwic-Kaminska, 2020). E, considerando a constante pressão e *stress* no contexto desportivo, é essencial e necessário que os atletas desenvolvam habilidades para lidar com estas variáveis (Lope Fernández & Solís Briceño, 2020; Nicholls & Polman, 2007), para manter uma maior motivação e foco, uma experiência desportiva positiva e satisfatória, e sobretudo, a maximização do seu rendimento. Levantam-se assim a segunda e terceira hipóteses:

H2: A escolha de estratégias de coping mais positivas e adaptativas (confronto ativo, humor e apoio emocional), quando alvo de comportamentos violentos por parte dos atletas, prediz positivamente um melhor rendimento desportivo. Pelo contrário,

estratégias de coping mais desadaptativas (negação), predizem um pior rendimento desportivo.

H3: As estratégias de coping apresentam um papel mediador entre a exposição à violência (stressor) e a percepção de rendimento desportivo, ou seja, quanto maior a exposição à violência por parte dos atletas, e maior a utilização de estratégias de coping, maior será a percepção de rendimento desportivo.

Método

Procedimento

O presente estudo inseriu-se num projeto mais alargado sobre adaptação ao *stress* no desporto, numa parceria entre a Universidade Católica Portuguesa e a Universidade do Minho, tendo sido aprovado pela Comissão de Ética desta última instituição.

O objetivo principal deste estudo consistiu em caracterizar a frequência da exposição à violência de atletas e as estratégias de *coping* às quais recorrem, bem como testar se a exposição à violência atua como um preditor significativo na percepção do rendimento desportivo (individual) de atletas, via estratégias de *coping*. Considerando estes objetivos, foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: atletas com (a) idade igual ou superior a dezoito anos (escalões juniores, seniores, veteranos), (b) elevado entendimento da língua portuguesa (pela aplicação do questionário), e (c) a competir em modalidades coletivas e de contacto, já que neste tipo de modalidades pode haver uma maior tendência para um número superior de comportamentos agressivos, comparativamente a modalidades individuais (cf. Bidutte et al., 2005).

A equipa de investigação recorreu à fórmula proposta por Westland (2010) para determinar a amostra mínima necessária: $N \geq 50r^2 - 450r + 1100$, em que r diz respeito ao número de itens ou variáveis manifestas a dividir pelo número de variáveis latentes. Neste caso, $r = \frac{12}{2} = 6$; $6^2 = 36$ então:

$$N \geq 50(36) - 450(6) + 1100; 1800 - 2700 + 1100 = 200$$

Concluiu-se um mínimo necessário de 200 participantes, sendo que a amostra do estudo cumpriu este requisito.

Depois de definidos os critérios de inclusão e o número mínimo de participantes necessários, foi iniciado o contacto com equipas e clubes de rede pessoal da equipa de investigação, recorrendo-se, por isso, a uma amostra de conveniência (cf. Martins,

2011). Dentro desta rede de contactos, foram privilegiados os contactos com agentes das modalidades de andebol, basquetebol e futebol, por serem as modalidades coletivas com maior número de praticantes em Portugal (Instituto Nacional de Estatística, 2022).

No primeiro contacto estabelecido com as diferentes equipas, os objetivos do estudo foram explicados e, em caso de autorização, foi agendado com o/a treinador/a de cada equipa um momento para a realização da recolha de dados. Estes foram agendados para dias de treino (antes ou depois do mesmo), entre 13 de dezembro de 2023 e 18 de janeiro de 2024.

Na data e hora agendada para a recolha, um elemento da equipa de investigação deslocou-se às instalações do clube. Os atletas foram reunidos (no balneário ou outro local semelhante de conveniência para os mesmos), e foi-lhes explicado pelo/a investigador/a o objetivo do estudo, alertando para a sensibilidade das questões relacionadas com a exposição à violência e para o carácter voluntário da participação, assim como a garantia do anonimato e confidencialidade das respostas. Uma vez obtido o seu consentimento, os atletas acederam ao questionário através do *scan* de um QRCODE ou de um *link* no seu *Whatsapp* enviado pelo treinador, diretor ou outro membro da equipa. O questionário foi desenvolvido na plataforma *Qualtrics*® e o seu preenchimento teve uma duração média de 15 minutos.

O questionário encontrava-se dividido em três secções distintas: (1) obtenção do consentimento informado e declaração de aceitação e participação no estudo, (2) recolha de dados sociodemográficos, e (3) preenchimento de escalas relativas à exposição à violência no desporto, estratégias de *coping*, percepção de rendimento, e intenção de abandono desportivo de cada atleta. A ordem dos itens das diferentes escalas foram aleatorizados para evitar efeitos de ordem (Krosnick & Alwin, 1987).

Participantes

A amostra inicial foi constituída por 262 atletas. No entanto, 12 participantes foram excluídos por não completarem o questionário na íntegra, pelo que 250 participantes foram considerados neste estudo. Assim, 93 atletas eram do género feminino (37%), 155 do género masculino (62%), e 2 preferiram não dizer (1%).

As suas idades estavam compreendidas entre os 18 e os 44 anos ($M = 22.63$, $DP = 4.39$) e, no que toca às habilitações literárias, 24 participantes concluíram o ensino básico (10%) e 148 o ensino secundário (59%), 52 tinham a licenciatura concluída (21%), 24 concluíram o mestrado (10%) e, por fim, 2 participantes tinham outro tipo de

habilitação literária (1%). Para além disso, relativamente à situação de emprego atual dos participantes, 32 são atletas profissionais (13%), 127 estudantes (51%), e 91 exercem outra profissão (36%).

Estes encontravam-se inseridos em 19 equipas de competição (8 equipas de andebol, 6 equipas de basquetebol, 5 equipas de futebol) da zona centro (Aveiro, 71%) e norte (Porto, 24%; Viseu, 5%) do país. Desses atletas, 108 praticavam andebol (43%), 69 basquetebol (28%) e 73 futebol (29%). 12 atletas pertenciam ao escalão júnior (5%), 237 ao escalão sénior (95%) e 1 ao escalão veteranos (0.4%). Para além disso, 200 atletas competiam no campeonato nacional (80%), e 50 no campeonato distrital (20%). Os anos de prática desportiva registaram-se entre os 0 e 32 anos ($M = 13.33$, $DP = 5.27$), com um número médio de treinos por semana a variar entre 1 e 8 treinos ($M = 3.72$, $DP = 0.92$). 35 atletas (28%) são capitães de equipa atualmente.

Medidas

Exposição à violência

Para avaliar a que comportamentos de violência os atletas foram expostos ao longo do seu percurso desportivo, bem como a frequência dos mesmos, foi aplicado o *The Violence Toward Athletes Questionnaire (VTAQ; Parent et al., 2019)*¹. O instrumento avaliou a frequência ($1 = \text{nunca}$, $2 = \text{raramente: 1 a 2 vezes}$, $3 = \text{às vezes: 3 a 10 vezes}$; $4 = \text{frequentemente: mais de 10 vezes}$) das experiências dos/as atletas com diferentes tipos de violência (física, psicológica/negligência e sexual) em contexto desportivo. O questionário é composto por 70 itens repartidos em três subescalas: (a) subescala do atleta (9 itens, e.g. “No contexto desportivo, um atleta ou um grupo de atleta já te insultou, ameaçou ou humilhou”, $\alpha_{\text{neste estudo}} = .66$); (b) subescala do treinador (36 itens, e.g. “No contexto desportivo, o teu treinador ou a tua treinadora já te empurrou, agarrou com força.”, $\alpha_{\text{neste estudo}} = .85$); (c) subescala parental (25 itens, e.g. “No contexto desportivo, os teus pais, padrasto/madrasta ou tutores legais já te pediu para interromperes os estudos para te dedicares mais ao desporto.”, $\alpha_{\text{neste estudo}} = .84$). Foi calculado um valor para cada subescala, com base na média dos itens. Como tal, valores

¹ Este instrumento não possuía, à data da recolha de dados, uma validação para a população portuguesa. Não obstante, essa autorização já tinha sido obtida por parte de uma equipa da Universidade Europeia, em parceria com o Comité Olímpico de Portugal aos autores originais do instrumento. Neste sentido, a equipa de investigação deste projeto uniu esforços com os colegas destas instituições para realizar a primeira tradução e retro-tradução do instrumento, que obteve um acordo intercodificadores nas diferentes fases superior a 90%. Esta primeira versão do instrumento em língua Portuguesa foi utilizada para este estudo.

mais altos indicam maior frequência de exposição a violência perpetrada por outros atletas, treinadores ou pais.

Estratégias de coping

Para avaliar as estratégias de *coping* a que cada atleta recorre para lidar com situações potencialmente stressoras, foi utilizado o Inventário Reduzido de *Coping* (*Coping-R*; Gomes, 2017). Este instrumento é composto por 16 itens, avaliando numa escala de likert a frequência do recurso ($1 = \text{nunca utilizei}$; $5 = \text{utilizei muitas vezes}$) a quatro estratégias: (a) confronto ativo: estratégia centrada na resolução do problema através de ações diretas assumidas pela pessoa para resolver o problema em causa (4 itens, e.g. “Eu assumi uma ação direta para resolver o problema”, $\alpha_{\text{neste estudo}} = .84$); (b) humor: estratégia positiva centrada na regulação da emoção, através da utilização de brincadeiras ou anedotas destinadas a retirar a carga negativa do problema (4 itens, e.g. “Eu “ri-me” acerca da situação”, $\alpha_{\text{neste estudo}} = .89$); (c) negação: estratégia negativa centrada na regulação da emoção, através da utilização de pensamentos destinados a recusar a ocorrência do problema ou das suas potenciais consequências negativas (4 itens, e.g. “Eu agi como se o problema não tivesse acontecido”, $\alpha_{\text{neste estudo}} = .77$); e (d) apoio emocional: estratégia centrada no apoio social, através da partilha do problema com outras pessoas no sentido de obter ajuda emocional (4 itens, e.g. “Eu falei com outras pessoas acerca do modo como me estava a sentir”, $\alpha_{\text{neste estudo}} = .89$). Foi calculado um valor para cada subescala, com base na média dos itens. Como tal, valores mais altos indicam uma maior utilização de estratégias de *coping* de confronto ativo, humor, negação, ou apoio emocional.

Perceção de rendimento desportivo

A perceção dos atletas sobre o próprio rendimento desportivo foi avaliada através do Questionário de Perceção de Rendimento Desportivo (QPRD; Gomes, 2016 – versão retrospectiva até ao momento atual para atletas). Foram apresentados os 5 itens relativos à avaliação da perceção do rendimento desportivo individual dos atletas, sendo-lhes pedido que indicassem os níveis de concordância ($1 = \text{discordo totalmente}$, $5 = \text{concordo totalmente}$) com as diferentes afirmações relativas à sua perceção de rendimento desportivo quando expostos a situações de violência (5 itens, e.g., “Até ao momento, nas provas/jogos que realizei, e quando fui alvo de comportamentos agressivos, tive o rendimento desportivo que pretendia”, $\alpha_{\text{neste estudo}} = .93$). Foi calculado

um valor global, com base na média dos itens, pelo que valores mais elevados indicam uma percepção mais positiva de rendimento desportivo.

Resultados

Análises descritivas

Os dados recolhidos foram tratados com recurso ao IBM SPSS, versão 28. Inicialmente, foi realizada uma caracterização da experiência de exposição à violência dos participantes ao longo do seu percurso desportivo. Como se pode observar através dos resultados descritos na Tabela 1, o tipo de violência contra atletas mais frequentemente experienciada pelos mesmos, diz respeito à violência psicológica/negligência, seguida da violência física, perpetrada por outros atletas (57% e 41%, respetivamente). Por sua vez, o tipo de violência experienciada de forma menos frequente é a violência sexual (13% dos atletas reportaram ter contactado com algum tipo de violência sexual), 1% dos quais perpetrada pelos treinadores.

Tabela 1

Frequência dos comportamentos de violência contra atletas, indicando o tipo de violência (física, psicológica, sexual) e os respetivos perpetradores (outros atletas, treinadores, pais ou figuras equivalentes)

	Frequência	Percentagem
Violência Física		
Atletas		
Nunca	147	59%
Raramente (1 a 2 vezes)	83	33%
Às vezes (3 a 10 vezes)	15	6%
Frequentemente (mais de 10 vezes)	4	2%
Treinadores		
Nunca	225	90%
Raramente (1 a 2 vezes)	25	10%
Às vezes (3 a 10 vezes)	0	
Frequentemente (mais de 10 vezes)	0	
Pais		
Nunca	240	96%

Raramente (1 a 2 vezes)	9	4%
Às vezes (3 a 10 vezes)	0	
Frequentemente (mais de 10 vezes)	0	
Violência Psicológica/Negligência		
Atletas		
Nunca	105	42%
Raramente (1 a 2 vezes)	126	50%
Às vezes (3 a 10 vezes)	18	7%
Frequentemente (mais de 10 vezes)	0	
Treinadores		
Nunca	197	79%
Raramente (1 a 2 vezes)	50	20%
Às vezes (3 a 10 vezes)	3	1%
Frequentemente (mais de 10 vezes)	0	
Pais		
Nunca	230	92%
Raramente (1 a 2 vezes)	19	8%
Às vezes (3 a 10 vezes)	1	0%
Frequentemente (mais de 10 vezes)	0	
Violência Sexual		
Atletas		
Nunca	218	87%
Raramente (1 a 2 vezes)	28	11%
Às vezes (3 a 10 vezes)	3	1%
Frequentemente (mais de 10 vezes)	0	
Treinadores		
Nunca	247	99%
Raramente (1 a 2 vezes)	3	1%
Às vezes (3 a 10 vezes)	0	
Frequentemente (mais de 10 vezes)	0	

De seguida, verificaram-se os pressupostos da normalidade e multicolinearidade, avaliando-se a assimetria e a curtose das variáveis do estudo, bem como a multicolinearidade. Como se pode observar na Tabela 2, todos os valores da assimetria

encontravam-se entre -3 e 3 e os valores da curtose entre -10 e 10, o que significa que estas variáveis seguem a normalidade, permitindo assim a realização de testes paramétricos (cf. Kline, 2015), com a exceção da variável da exposição a violência perpetrada pelos pais, em que o mesmo não se verificou, havendo *outliers*. Por sua vez, o pressuposto da multicolinearidade foi verificado com base no VIF, que deve ser < 5, algo que se verificou para todas as variáveis (cf. Marôco, 2014).

Tabela 2

Média, desvio-padrão, assimetria e curtose das variáveis, pressuposto de multicolinearidade

Variáveis	<i>n</i>	Média (DP)	Assimetria	Curtose	VIF
Exposição a violência perpetrada por...					
Atletas	250	1.38 (0.34)	1.15	1.31	1.53
Treinadores	250	1.18 (0.19)	2.12	6.99	1.90
Pais	250	1.10 (0.17)	3.50	18.90	1.51
Estratégias de <i>coping</i>					
Confronto ativo	250	2.43 (1.10)	0.32	-0.75	2.01
Negação	250	2.03 (0.95)	0.87	0.26	1.49
Humor	250	2.33 (1.13)	0.47	-0.69	1.45
Apoio emocional	250	2.16 (1.07)	0.79	-0.08	1.78
Percepção de rendimento	250	2.59 (1.05)	0.17	-0.70	1.13

Por fim, através do Coeficiente de Correlação de *Pearson*, verificaram-se as correlações entre as variáveis em estudo (cf. Tabela 3), com o objetivo de compreender a relação entre estas. Foi encontrada uma associação significativa entre a exposição à violência perpetrada por outros atletas, treinadores e pais, e a utilização de estratégias de *coping*, principalmente nas dimensões de confronto ativo, humor e negação. Isto sugere que quanto mais frequentemente os atletas são expostos a violência, mais recorrem a estratégias de *coping* baseadas no confronto ativo, humor e negação, e vice-versa. Por sua vez, a exposição à violência não apresenta uma relação significativa com a estratégia de *coping* do apoio emocional, a não ser quando esta é perpetrada por outros atletas.

Relativamente às diferentes estratégias de *coping*, foram identificadas associações positivas entre a dimensão do confronto ativo e a dimensão do humor, apoio emocional e negação, mostrando que atletas que usam mais o confronto ativo tendem também a recorrer mais às outras dimensões mencionadas como forma de *coping*, e vice-versa. Adicionalmente, observou-se ainda uma relação significativa entre o uso da estratégia de apoio emocional e o humor e a negação como estratégias de *coping*.

Além disso, constatou-se uma forte correlação entre a percepção de rendimento desportivo do atleta e o uso de estratégias de *coping*, particularmente na dimensão do confronto ativo, apoio emocional e humor, ou seja, quando os atletas utilizam mais estas estratégias, maior a sua percepção de rendimento desportivo.

Por outro lado, não foi encontrada nenhuma correlação entre a exposição à violência (seja perpetrada por atletas, treinadores ou pais), e a percepção de rendimento desportivo.

Tabela 3*Matriz de correlação das variáveis em estudo*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. Idade									
2. Número anos prática modalidade	.70**								
Exposição a violência perpetrada por...									
3. Atletas	-.02	.07							
4. Treinadores	.02	-.04	.57**						
5. Pais	-.05	-.09	.31**	.52**					
Estratégias de coping									
6. Confronto ativo	.06	.09	.15*	.18**	.19**				
7. Negação	.01	-.06	.32**	.36**	.42**	.33**			
8. Humor	-.04	-.05	.31**	.36**	.31**	.39**	.43**		
9. Apoio Emocional	-.01	.03	.15*	.06	.09	.64**	.29**	.21**	
10. Percepção de Rendimento	.06	.09	.01	-.06	-.06	.29**	.08	.16*	.20**

Nota: * $p < .050$, ** $p < .010$

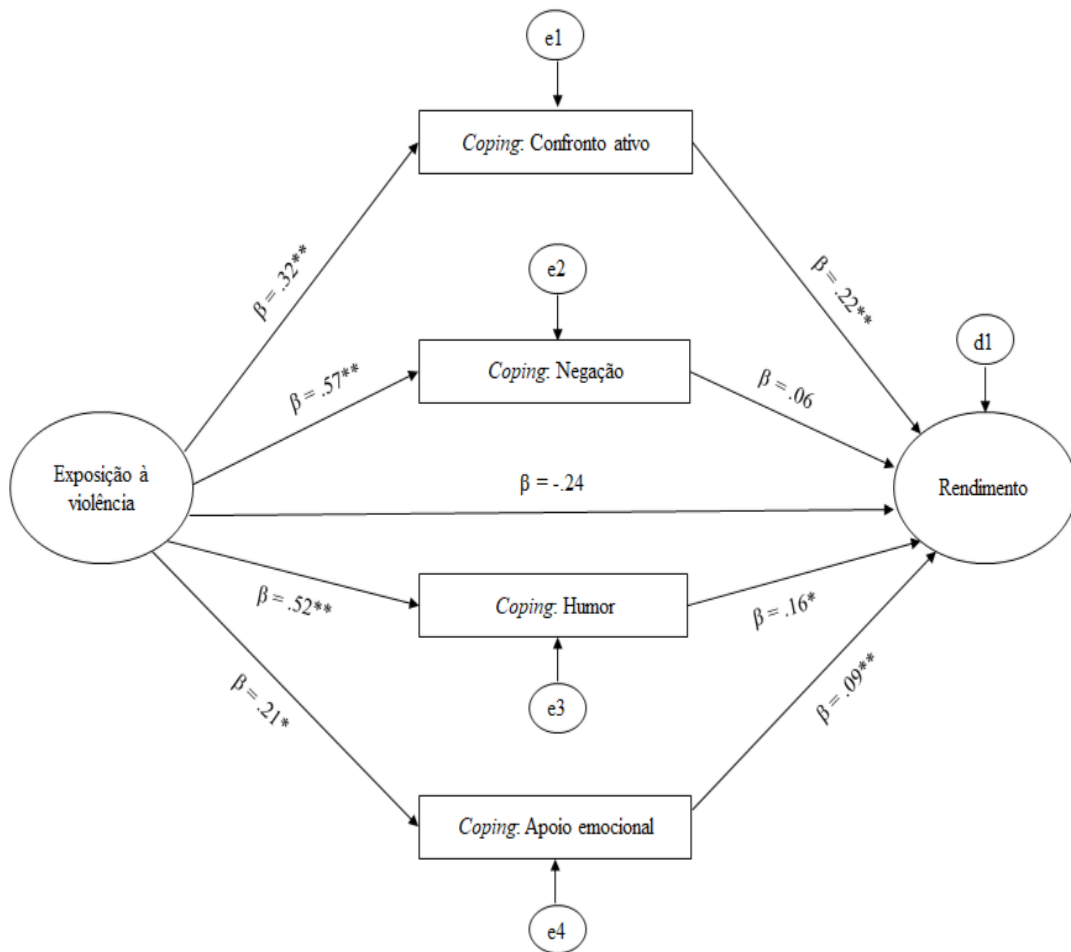
Teste de hipóteses

Para testar as hipóteses do estudo, realizou-se uma análise de equações estruturais recorrendo ao IBM® SPSS® AMOS (versão 28.0). Para avaliar o ajustamento do modelo proposto aos dados recolhidos, foram considerados os seguintes indicadores: (1) Qui-Quadrado, (2) *Comparative-Fit Index* (CFI) cujos valores superiores a .90 indicam ajustamento adequado e valores acima de .95 indicam bom ajustamento, (3) *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA) onde valores superiores a .08 indicam um bom ajustamento do modelo tendo em conta a amostra face a um ajustamento populacional e valores acima de .06 um ajustamento ótimo, e (4) *Standardized Root Mean Square Residual* (SRMR), considerando-se um bom ajuste quando inferior a 0.10 (cf. Kline, 2015; Marôco, 2014).

Os resultados da análise de equações estruturais demonstraram um excelente ajustamento do modelo estrutural: $\chi^2 (46) = 95.44$; $\chi^2/gl = 2.08$, $p < .001$; CFI = .97; PCFI = .68; GFI = .94; PGFI = .55; RMSEA = .07 (90% I.C. [.047; .084], $p_{close} = .08$); SRMR = .049; AIC = 159.44; BCC = 162,97; MECVI = 0.65. Por este motivo, procedeu-se à análise dos efeitos diretos e indiretos (cf. Tabela 4), sumariados também na Figura 1.

Figura 1

Modelo estrutural testado



Nota. Os retângulos apresentados correspondem a variáveis manifestas (medidas diretamente), e os círculos a variáveis latentes (construtos não medidos de forma direta). Os erros $e1 \leftrightarrow e3$ e $e1 \leftrightarrow e4$ foram correlacionados entre si.

Tabela 4*Efeitos diretos e indiretos do modelo proposto*

	<i>b</i>	SE	<i>p</i>	β
Efeitos Diretos				
Exposição violência -> <i>Coping</i> : confronto ativo	1.60	0.38	<.001	.32
Exposição violência -> <i>Coping</i> : negação	2.52	0.36	<.001	.57
Exposição violência -> <i>Coping</i> : humor	2.77	0.42	<.001	.52
Exposição violência -> <i>Coping</i> : apoio emocional	1.02	0.36	.005	.21
Exposição violência -> Percepção rendimento (H1)	-1.07	0.51	.035	-.24
<i>Coping</i> : confronto ativo -> Percepção rendimento (H2)	0.19	0.08	.010	.22
<i>Coping</i> : Negação -> Percepção rendimento (H2)	0.06	0.08	.465	.06
<i>Coping</i> : Humor -> Percepção rendimento (H2)	0.14	0.07	.044	.16
<i>Coping</i> : Apoio emocional -> Percepção rendimento (H2)	0.08	0.07	.297	.09
Efeitos Indiretos				
Exposição violência -> Percepção rendimento (via confronto ativo) (H3)	0.31		.027	
Exposição violência -> Percepção rendimento (via negação) (H3)	0.15		.538	
Exposição violência -> Percepção rendimento (via humor) (H3)	0.37		.063	
Exposição violência -> Percepção rendimento (via apoio emocional) (H3)	0.08		.368	

Relativamente aos efeitos diretos, foi possível verificar que a exposição à violência prediz negativamente o rendimento desportivo, corroborando H1. Isto é, quanto maior for a exposição dos atletas a esses comportamentos, menor a sua percepção de rendimento desportivo. Para além disso, a exposição mais frequente a comportamentos violentos prediz uma maior utilização de estratégias de *coping* por parte dos atletas, sejam elas estratégias de confronto ativo, negação, humor ou apoio emocional. Relativamente à relação entre a utilização de estratégias de *coping* e percepção de rendimento desportivo, as estratégias adaptativas de confronto ativo e humor predizem positivamente a percepção de rendimento desportivo, ou seja, quanto mais os atletas recorrem a estratégias de confronto ativo e humor, maior a sua percepção

de rendimento desportivo. Por sua vez, a utilização de estratégias de *coping* como a negação e o apoio emocional, não predizem a percepção de rendimento. Assim, H2 foi parcialmente suportada (corroborada para as estratégias de confronto ativo e humor, e não corroborada para as estratégias de apoio emocional e negação).

No que diz respeito aos efeitos indiretos da exposição à violência no rendimento desportivo, os resultados mostraram que a exposição à violência é um preditor da percepção de rendimento via estratégias de *coping*, somente na dimensão do confronto ativo. Isto é, quanto maior for a exposição à violência por parte dos atletas, maior a utilização de estratégias de *coping* de confronto ativo, o que, por sua vez, prediz um maior rendimento desportivo. No entanto, as dimensões do humor, da negação e do apoio emocional não mediarão a relação entre exposição à violência e rendimento desportivo. Neste sentido, H3 foi parcialmente corroborada (apenas para a dimensão do confronto ativo).

Discussão dos resultados

Os principais objetivos deste estudo foram caracterizar a frequência de diferentes tipos de violência em contexto desportivo, e testar se a exposição à mesma atua como um preditor significativo na percepção do rendimento desportivo (individual) de atletas, via estratégias de *coping* (confronto ativo, humor, negação e apoio emocional), ou seja, perceber como é que os atletas lidam com situações de *stress* no âmbito desportivo. De uma forma geral, os resultados mostraram que os tipos de violência contra atletas mais frequentes dizem respeito à violência psicológica/negligência e física perpetuada por outros atletas. Os casos mais documentados de violência contra atletas em geral incluem declarações ofensivas e humilhantes, ameaças verbais, atirar material desportivo contra atletas, bem como a ocorrência de agressões físicas durante ou após a competição (Parent & Fortier, 2018), apoiando os resultados obtidos, já que são possíveis exemplos de violência psicológica e física, respetivamente.

Para além disso, os resultados obtidos neste estudo permitem também concluir que a exposição a qualquer tipo de violência prediz negativamente o rendimento desportivo. Isto é, quanto maior for a exposição dos atletas a esses comportamentos, menor será a percepção do seu rendimento. Concluiu-se ainda que a exposição mais frequente a comportamentos violentos prediz uma maior utilização de estratégias de *coping* por parte dos atletas, sejam elas estratégias de confronto ativo, negação, humor

ou apoio emocional. No entanto, estratégias de confronto ativo e humor, predizem positivamente a percepção de rendimento desportivo, ou seja, quanto mais os atletas recorrem a estratégias de confronto ativo e humor, maior a sua percepção de rendimento desportivo. Por sua vez, a utilização de estratégias de *coping* como a negação e o apoio emocional, não predizem a percepção de rendimento. Também foi possível concluir que, quanto maior a exposição à violência por parte dos atletas, maior a utilização de estratégias de *coping* de confronto ativo, o que, por sua vez, prediz um maior rendimento desportivo. Ou seja, o confronto ativo medeia a relação entre exposição à violência e percepção de rendimento.

A primeira hipótese postulava que uma maior exposição à violência dos atletas, prediz negativamente o rendimento desportivo dos mesmos (H1). O resultados suportam H1, sendo também consistentes com o que a literatura demonstra - quanto maior for a exposição dos atletas a comportamentos violentos, pior será o desempenho de toda a equipa, assim como a nível individual (Marwat et al., 2022). Esta exposição dos atletas aos diferentes tipos de violência afeta o bem-estar dos mesmos, trazendo inúmeras consequências negativas, como por exemplo sofrimento psicológico e consequente diminuição de qualidade de vida, perturbações alimentares, baixa autoestima, níveis mais elevados de ansiedade, depressão, problemas relacionais e exclusão social, associando-se também a uma maior intenção ou mesmo o abandono da prática desportiva, como também a experiências mais frequentes de lesões e deterioração da performance dos atletas (Mountjoy et al., 2016; Parent & Fortier, 2018; Roberts et al., 2020), principalmente quando o *stress* que advém deste tipo de situações é visto como incontroável, levando a uma diminuição gradual ou drástica dos níveis de desempenho (Bali, 2015). Assim, quanto mais os atletas vivenciam comportamentos de violência, menor rendimento percebem que têm. No entanto, e tendo em conta que a dificuldade de lidar com o *stress* – neste caso em situações de exposição à violência – é um fator significativo na incapacidade de os atletas apresentarem um desempenho desportivo pleno (Nicholls & Polman, 2007), o *coping* ocupa um papel central nesta relação.

Tendo isto em conta, e no seguimento da corroboração da hipótese anterior, testou-se quais as estratégias de *coping* a que os atletas recorrem quando expostos a violência no contexto desportivo, sendo que o esperado seria que a escolha de estratégias mais positivas e adaptativas (confronto ativo, humor e apoio emocional), predissesse positivamente um melhor rendimento desportivo e, contrariamente,

estratégias de *coping* mais desadaptativas (negação) predissessem negativamente a percepção de rendimento desportivo por parte dos atletas. Os resultados suportaram parcialmente a hipótese (H2), tendo-se verificado que apenas as estratégias mais adaptativas de confronto ativo e humor, predizem positivamente a percepção de rendimento desportivo.

De acordo com a literatura, os atletas podem recorrer a diferentes tipos de estratégias quando confrontados com alguma situação, já que estas também têm implicações significativas diferentes, sendo que, de um modo geral, a eficácia de *coping* tem sido entendida como o nível em que uma estratégia ou uma combinação de estratégias de *coping* são bem-sucedidas na diminuição das emoções negativas causadas pela situação de *stress*. É frequentemente destacado na literatura a eficácia de estratégias de *coping* mais proativas e centradas no problema, como o confronto ativo, levando a uma maior percepção de rendimento (Luca et al., 2018). Estudos anteriores, como o de Lazarus e Folkman (1984), sustentam ainda que estratégias que envolvem o confronto direto com o problema, bem como a utilização do humor, são fundamentais para a gestão eficaz do *stress* e conseqüente maximização do desempenho desportivo do atleta, algo que comprova os resultados obtidos. O apoio emocional também se constitui como uma estratégia adaptativa, no entanto nos resultados obtidos, não se verificou uma associação entre essa estratégia e o rendimento desportivo. De acordo com a literatura, isto pode ser explicado tendo em conta que estratégias de apoio emocional, embora benéficas e eficazes para a gestão de *stress* em inúmeras circunstâncias (Crocker et al. 2015; Rueger et al., 2010; Taylor, 2011), podem não ser suficientes para lidar e resolver as situações de violência mais graves ou persistentes vividas pelos atletas (Tamminen et al., 2013). Em situações de violência, onde os atletas enfrentam desafios diretos e imediatos, estratégias de *coping* que envolvem uma abordagem mais ativa e focada na resolução de problemas (confronto ativo), podem ser mais necessárias e eficazes, de forma a restaurar um ambiente seguro, adotando soluções práticas, sendo mais eficaz na gestão de *stress* relacionado à violência vivida e conseqüente rendimento desportivo (Folkman & Moskowitz, 2004; Gomes et al., 2017; Lazarus & Folkman, 1984; Nicholls et al., 2012). Formas menos eficazes de lidar com o *stress*, como a adoção de estratégias de *coping* de negação, têm levado ao abandono do desporto e à impossibilidade de os atletas seguirem carreiras no desporto profissional, assim como à diminuição do seu desempenho desportivo (Gomes, 2013). No entanto, a ausência de predição da negação para o rendimento desportivo é suportada na literatura (Gomes, 2013), demonstrando

que o evitamento dos problemas não é uma estratégia que contribua para a melhoria do desempenho e, em alguns casos, pode até agravar a percepção negativa do próprio rendimento desportivo.

A discussão apresentada anteriormente justifica também os resultados obtidos em H3 (papel mediador das estratégias de *coping* na relação entre exposição à violência e percepção de rendimento desportivo por parte dos atletas), tendo esta sido parcialmente corroborada. Ou seja, verificou-se que a relação entre a exposição à violência e a percepção do rendimento desportivo é mediada apenas na dimensão do confronto ativo. Isto é, quanto maior for a exposição à violência por parte dos atletas, e maior a utilização de estratégias de *coping* de confronto ativo, maior a percepção de rendimento desportivo. Uma potencial explicação para este resultado prende-se com o facto de as estratégias de confronto ativo, tal como mencionado anteriormente, implicarem mudanças positivas na resolução da fonte de *stress*, já que conduzem à existência de oportunidades para lidar construtivamente com a situação em causa. Em contrapartida, a estratégias de negação, humor e apoio emocional, configurando-se como estratégias de apoio, estão associadas conotações mais passivas, já que não há um confronto direto com o acontecimento. Isto mostra que a inclusão de uma variável mediadora para a interação entre a exposição à violência e a percepção de rendimento desportivo – o *coping* -, mas principalmente a estratégia de confronto ativo, contribuiu, de forma indireta e significativa, para o aumento da percepção de rendimento desportivo, havendo um efeito de *buffer*.

Limitações e direções futuras

O presente estudo apresentou algumas limitações que podem contribuir para os resultados obtidos, e que devem ser tidas em consideração e ser alvo de reflexão. Primeiramente, a amostra escolhida e trabalhada é restrita em termos de género, idade e modalidade. Há estudos que mostram que o género é uma variável individual que apresenta diferenças na forma como a violência pode ser perpetuada e vivida (Christoforidis et al., 2010), sendo assim pertinente realizar novamente o estudo com uma maior proporção de atletas do género feminino, possibilitando a realização de análises comparativas entre géneros, testando a existência de possíveis diferenças na exposição à violência e relação com rendimento desportivo. Esta questão é particularmente relevante considerando que estudos anteriores (e.g. Kaiseler et al., 2012; Nicholls & Polman, 2007; Tamres et al., 2002) mostraram que atletas do género

feminino e masculino apresentam diferenças significativas entre estratégias de *coping* utilizadas, como por exemplo as atletas do género feminino tenderem a usar estratégias mais emocionais (e.g. apoio emocional), e os atletas masculinos estratégias mais focadas no problema (e.g. confronto ativo). Para além disso, a amostra foi apenas composta por atletas de três grandes modalidades - andebol, basquetebol e futebol -, sendo proposto que estudos futuros estudem a relação entre exposição à violência e perceção de rendimento desportivo (via estratégias de *coping*) noutras modalidades, em especial em modalidades individuais, já que isto é um fenómeno generalizado, e não está apenas presente nas modalidades estudadas - neste caso, de contacto (Guilbert, 2009). Da mesma forma, a amostra foi apenas constituída por atletas maiores de idade. O estudo desta temática em camadas mais jovens seria pertinente, uma vez que a violência já se encontra presente, sendo maioritariamente perpetrada pelos colegas e outros atletas (Alexander et al., 2011). Debruçar-se sobre as diferenças relacionadas com a idade nas estratégias de *coping* adotadas e na sua eficácia seria, assim, algo recomendado em estudos futuros neste campo, já que atletas mais velhos estão melhores preparados para lidar com a adversidade e com o *stress* do que os mais jovens, sendo algo pouco estudado na literatura desportiva (Nicholls & Polman, 2007). Contudo, apesar do que foi dito anteriormente, é de salientar que a amostra do presente estudo é semelhante às estatísticas disponibilizadas pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (2024), mostrando que a proporção de atletas do género masculino é geralmente superior ao feminino em diferentes modalidades, sendo que modalidades como o andebol, basquetebol e futebol, tendem a apresentar um maior número de praticantes. Para além disso, a prática desportiva federada é mais comum entre os jovens, havendo uma concentração significativa na faixa etária dos 12 aos 18 anos, sendo assim pertinente que esta seja estudada, já que o presente estudo focou-se apenas em atletas maiores de idade.

Com base na ideia de que comportamentos inadequados dos espectadores representam um desafio reconhecido no contexto desportivo, impactando o desempenho dos atletas (Reynolds II et al., 2022), e tendo em conta que este estudo se focou apenas em alguns tipos de violência no desporto (particularmente na perpetuação dessa violência por parte de outros atletas, treinadores ou pais), seria interessante e importante estudar-se a violência perpetrada pelos espectadores/adeptos, e a possível influência no desempenho desportivo dos atletas, algo que tem sido cada vez mais recorrente no mundo desportivo, e ainda pouco estudado no contexto português.

Por fim, é sugerido a estudos e análises futuras sobre esta temática, que especifiquem quais os comportamentos violentos mais presentes e mais perpetuados nos atletas, tendo em conta os diferentes géneros, de forma a promover uma prática educativa junto dos envolvidos no contexto desportivo, para que se possa otimizar o rendimento do atleta.

Conclusão e implicações para a prática

O presente estudo reforça a importância e a atenção que deve ser dada ao crescimento do fenómeno da violência no contexto desportivo, já que esta poderá ter implicações em todos os envolvidos neste contexto, em especial nos atletas, e no seu rendimento desportivo. Esta pesquisa clarifica assim o papel fundamental e mediador das estratégias de *coping* entre a exposição à violência e a perceção de rendimento desportivo individual dos atletas.

As conclusões obtidas sugerem, portanto, algumas implicações para a prática neste contexto. Tendo em conta que a violência se apresenta como um dos problemas mais graves no desporto atualmente, tanto dentro como fora de campo, levando ao registo de vários incidentes de violência neste contexto (Christoforidis et al., 2010; Marwat et al., 2022), cabe a todos os seus intervenientes, conseguir fazer parte da solução para este problema. As instituições desportivas, os treinadores e toda a equipa técnica, os pais e os próprios atletas, bem como psicólogos inseridos neste contexto, têm um papel crucial na promoção de uma cultura desportiva mais positiva (Fisher & Dzikus, 2017). Primeiramente, é importante que as instituições desportivas implementem políticas rigorosas contra a violência, podendo promover campanhas educativas e de prevenção, que sensibilizem todos os envolvidos para os efeitos negativos dos comportamentos violentos, como é o caso do impacto significativo no rendimento desportivo dos atletas. Como exemplo, o programa desenvolvido pela UEFA – “Respect Campaign” – visa aumentar e fomentar a conscientização sobre o respeito entre pessoas envolvidas no contexto desportivo, neste caso no futebol, mas que se pode transpor para as diferentes modalidades. Para além disso, a vivência de um ambiente de respeito e de *fair-play*, havendo uma orientação e liderança positiva por parte dos diferentes intervenientes neste contexto, pode reduzir significativamente comportamentos agressivos entre atletas. É ainda essencial que, tendo em conta que no contexto desportivo existem situações de violência contra os/as atletas que são sistematicamente silenciadas, validadas e normalizadas (Pinheiro & Figueiras, 2021),

haja um encorajamento para a partilha destas situações, havendo uma responsabilização pelo comportamento apresentado. Assim, este tema deve ser cada vez mais discutido e analisado.

Considerando a constante pressão na vida dos atletas, nas mais variadas modalidades, torna-se fundamental que estes desenvolvam competências para lidarem com o fenómeno da violência, seja na satisfação das suas expectativas, na motivação e foco, na construção de uma experiência desportiva positiva e satisfatória e, sobretudo, na maximização do seu rendimento (Gomes, 2013). Estando o *coping* positivamente associado ao rendimento desportivo (Cosma et al., 2020), é essencial que tanto os investigadores como todos os envolvidos neste contexto, especialmente os atletas, treinadores, pais, e psicólogos do desporto, tenham uma maior compreensão do *coping* no mundo desportivo, bem como quais as estratégias mais eficazes para que se possa proceder ao desenvolvimento de programas de intervenção centrados no treino de estratégias mais adequadas e eficazes, para ajudar os atletas a lidarem com os vários desafios e exigências que advêm deste contexto, como é o caso da crescente exposição à violência, para que o seu rendimento desportivo seja também maximizado e nunca prejudicado (Gomes, 2013). É ainda importante que, através deste estudo, se reforce a importância do confronto ativo como estratégia particularmente importante para a gestão da exposição à violência, no que diz respeito ao seu impacto no rendimento desportivo.

Referências Bibliográficas

- Alexander, K., Stafford, A., & Lewis, R. (2011). *The experiences of children participating in organised sport in the UK*. The University of Edinburgh/NSPCC Child Protection Research Centre. https://www.pure.ed.ac.uk/ws/portalfiles/portal/7971883/experiences_children_sport_main_report_wdf85014.pdf
- Anshel, M. H. (1990). Toward validation of a model for coping with acute stress in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 21(1), 58–83.
- Anshel, M. H. (2019). Cognitive and behavioral strategies to promote exercise performance. In M. H. Anshel, S. J. Petruzzello, & E. E. Labbé (Eds.), *APA handbook of sport and exercise psychology: Exercise psychology* (pp. 667–689). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000124-034>
- Autoridade para a Prevenção e o Combate à Violência no Desporto. (2023). *Relatório de análise da violência associada ao desporto (RAViD) – Época desportiva 2022/2023*. https://www.apcvd.gov.pt/wp-content/uploads/2023/12/RAViD-Epoca-2022-2023_Epoca-2022-23.pdf
- Bali, A. (2015). Psychological factors affecting sports performance. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 1(6), 92-96.
- Barbosa L. G., & Cruz, J. F. A. (1997). Estudo do stress, da ansiedade e das estratégias de confronto psicológico no andebol de alta competição. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 2(3).
- Barroso, M., Velho, N., & Fensterseifer, A. (2005). A violência no futebol: Revisão sócio-psicológica. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 7(1), 64-74.
- Bermon, S., Adami, P., Dahlström, Ö., Fagher, K., Hautala, J., Ek, A., Anderson, C., Jacobsson, J., Svedin, C., & Timpka, T. (2021). Lifetime prevalence of verbal, physical, and sexual abuses in young elite athletics athletes. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.657624>
- Bidutte, L., Azzi, R., Raposo, J., & Almeida, L. (2005). Agressividade em jogadores de futebol: Estudo com atletas de equipes portuguesas. *Psico-USF*, 10(2), 179-184. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712005000200009>
- Brackenridge, C. H., Fasting, K., Kirby, S., & Leahy, T. (2010). Protecting children from violence in sport – A review with a focus on industrialized countries.

- UNICEF Innocenti Research Centre. https://www.oroplataybronze.com/wp-content/uploads/2017/01/violence_in_sport-Unicef.pdf
- Carvalho, J. (2021). *De corpo e alma na competição: O papel da resiliência mental e da avaliação cognitiva no rendimento desportivo* [Tese de Mestrado, Universidade Católica Portuguesa]. Repositório Institucional da Universidade Católica Portuguesa. <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/34799/1/202750841.pdf>
- Christoforidis, C., Kalivas, V., Matsouka, O., Bebetos, E., & Kambas, A. (2010). Does gender affect anger and aggression in handball players? *The Cyprus Journal of Sciences*, 8, 3-11.
- Conroy, D., Silva, J., Newcomer, R., Walker, B., & Johnson, M. (2001). Personal and participatory socializers of the perceived legitimacy of aggressive behavior in sport. *Aggressive Behaviour*, 27, 405-418. <https://doi.org/10.1002/ab.1026>
- Cosma, G., Chiracu, A., Stepan, R., Cosma, A., Nanu, C., & Păunescu, C. (2020). Impact of coping strategies on sport performance. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(3), 1380 – 1385. [10.7752/jpes.2020.03190](https://doi.org/10.7752/jpes.2020.03190)
- Crocker, P.R.E., Tamminen, K. A., & Gaudreau, P. (2015). Coping in sport. In S. Hanton & S. Mellalieu (Eds.), *Contemporary advances in sport psychology: A review* (pp.28-67). Routledge. https://www.researchgate.net/profile/Katherine-Tamminen/publication/283109518_Coping_in_sport/links/574b317208ae5bf2e63f3541/Coping-in-sport.pdf
- Cruz, J., Sofia, R., Mendonça, L., & Matos, J. (2010). As relações entre percepção de ameaça, ansiedade, raiva e agressividade no desporto: Um Estudo comparativo em modalidades de contacto. *Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*. 1856-1872.
- Cunha, R. (2020). *Adaptação ao stress em atletas de futebol e importância da avaliação cognitiva* [Tese de Mestrado, Universidade do Minho]. Repositório Institucional da Universidade do Minho. <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/70428/1/Dissertacao%20Ricardo%20Teixeira%20da%20Cunha.pdf>
- Daignault, I., Deslauriers-Varin, N., & Parent, S. (2023). Profiles of teenage athletes' exposure to violence in sport: An analysis of their sport practice, athletic behaviors, and mental health. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(11-12), 7754-7779. <https://doi.org/10.1177/08862605221148216>

- Dias, C. (2005). *Do stress e ansiedade às emoções no desporto: Da importância da sua compreensão à necessidade da sua gestão*. [Dissertação de Doutoramento, Universidade do Minho]. Repositório Institucional da Universidade do Minho. https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/4878/2/Tese%20de%20Doutoramento_1.pdf
- Faria, J. (2016). *Adaptação humana a situações de stress no desporto: Estudo com jovens atletas* [Tese de Mestrado, Universidade do Minho]. Repositório Institucional da Universidade do Minho. <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/43074/1/Jos%C3%A9%20Eduardo%20Valente%20Magalh%C3%A3es%20E%20A7a%20Faria.pdf>
- Fernandes, D. (2019). Violência no Desporto. *Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna*, 1-21. <http://hdl.handle.net/10400.26/34929>
- Ferreira, V., Januário, N., Martins, P., Ayala, A., Gonçalves, A., Sousa, E., & Machado, A. R. (2018). Atitudes face ao desporto e comportamentos agressivos: Comparação entre andebolistas e basquetebolistas. *EDUSER: revista de educação*, 10(2), 18-34. <https://doi.org/10.34620/eduser.v10i2.104>
- Fisher, L. A. & Dzikus, L. (2017). Bullying in sport and performance psychology. *Oxford Research Encyclopedias, Psychology*, 1-21. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.169>
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745-774. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>
- Gomes, A. R. (2013). Adaptação humana no desporto: Uma perspetiva transaccional. In D. Bartholomeu, J.M. Montiel, F.K. Miguel, L.F. Carvalho, & J.M.H. Bueno (Eds.), *Atualização em avaliação e tratamento das emoções* (pp. 389-410). Vetor Editora. <file:///C:/Users/User/Downloads/11-Captulo-Emoesnodesportoemodlotransaccional-RGomes-Livro-AvaliaeTratamendasEmoes-Versotrabalho.pdf>
- Gomes, A. R., Abreu, J., Póvoa, P., & Vaz, J. (2013). Adaptação a situações de stress no Taekwondo: Importância dos processos emocionais e de confronto. In D. Bartholomeu, J.M. Montiel, F.K. Miguel, L.F. Carvalho, & J.M.H. Bueno (Eds.), *Atualização em avaliação e tratamento das emoções* (pp. 411-434). Vetor Editora. <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/27147/1/12-Cap%C3%ADtulo-Emo%C3%A7%C3%B5es%20no%20taekwondo->

- [R%20Gomes,%20J%20Abreu,%20P%20P%C3%B3voa%20%26%20J%20Vaz-Livro-Avalia%C3%A7%20e%20Tratamen%20das%20Emo%C3%A7%C3%B5es.pdf](#)
- Gomes, A. R. (2014). Positive human functioning in stress situations: An interactive proposal. In A. R. Gomes, R. Resende, & A. Albuquerque (Eds.), *Positive human functioning from a multidimensional perspective: Promoting stress adaptation* (pp. 165-194). Nova Science. <file:///C:/Users/User/Downloads/4-Capitulo-Humanadaptationtostresssituations-Aninteractiveperspective-ARGomes.pdf>
- Gomes, A. R. (2016). *Questionário de percepção de rendimento desportivo (QPRD)*. Relatório técnico não publicado. Braga: Escola de Psicologia, Universidade do Minho.
- Gomes, A. R. (2017). Adaptação humana ao stress em contextos desportivos: Teoria, avaliação, investigação e intervenção. *Motricidade*, 13(1), 3-18. <https://doi.org/10.6063/motricidade.7697>
- Gomes, A. R. (2017). *Inventário de coping - Reduzido (Coping-R)*. Relatório técnico não publicado. Braga: Escola de Psicologia, Universidade do Minho.
- Gomes, A. R., Faria, S., & Vilela, C. (2017). Anxiety and burnout in young athletes: The mediating role of cognitive appraisal. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(12), 2116-2126. <https://doi.org/10.1111/sms.12841>
- Gomes, A. R., Simões, C., Morais, C., & Cunha, R. (2022). Adaptation to stress in football athletes: The importance of cognitive appraisal. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.939840>
- Gould, D., Eklund, R. C., & Jackson, S. A. (1993). Coping strategies used by U.S. olympic wrestlers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64(1), 83-93. <https://doi.org/10.1080/02701367.1993.10608782>
- Guilbert, S. (2009). Violences sportives, milieux sociaux et niveaux scolaires. Distribution “socioculturelle” des formes de violence dans le champ des pratiques sportives de terrain. *International Journal of Violence and School*, 8, 24-40.
- Hartill, M., Rulofs, B., Lang, M., Vertommen, T., Allroggen, M., Cirera, E., Diketmueller, R., Kampen, J., Kohl, A., Martin, M., Nanu, I., Neeten, M., Sage, D., & Stativa, E. (2021). *CASES: Child abuse in sport: European statistics –*

Instituto Nacional de Estatística. (2022). *Desporto em números - 2021 | Sport in numbers – 2021*. Instituto Nacional de Estatística, I.P.

Instituto Português do Desporto e Juventude (2024). *Estatísticas do desporto*. Instituto Português do Desporto e Juventude. <https://ipdj.gov.pt/estat%C3%ADsticas>

Junior, G., Lourenço, L., & Ferreira, M. (2013). Violência e esporte: Algumas considerações. *Revista Mineira de Educação Física*, 21(2), 71-90.

Kaiseler, M., Polman, R.C.J., & Nicholls, A.R. (2012). Gender differences in appraisal and coping preferences: Examination of the situational hypothesis and dispositional theory. *International Journal of Sport Psychology*, 43, 1-14.

Kline, R. (2015). *Principles and practice of structural equation modelling* (4th edition). The Guilford Press.

Koontz, J., Mountjoy, M., Abbott, K. E., Aron, C., Basile, K. C., Carlson, C. T., Chang, C. J., Diamond, A. B., Dugan, S. A., Hainline, B., Herring, S. A., Hopkins, E., Joy, E. A., Judge, J. P., LaBotz, M., Matuszak, J., McDavis, C. J., Myers, R. A., Nattiv, A., Tanji, J. L., Wagner, J., & Roberts, W. O. (2020). Sexual violence in sport: American medical society for sports medicine position statement. *British Journal of Sports Medicine*, 55(3), 132-134. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102226>

Krishnaveni, K., & Shahin, A. (2014). Aggression and its influence on sports performance. *Internacional Journal of Physical Education, Sports and Health*, 1(2), 29-32.

Krosnick, J. A., & Alwin, D. F. (1987). An evaluation of a cognitive theory of response-order effects in survey measurement. *Public Opinion Quarterly*, 51(2), 201–219. <https://doi.org/10.1086/269029>

Lang, M., Mergaert, L., Arnaut, C., & Vertommen, T. (2023). Gender-based violence in sport: Prevalence and problems. *European Journal for Sport and Society*, 20(1), 57-78. <https://doi.org/10.1080/16138171.2021.2003057>

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.

Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotions: A new synthesis*. Free Association.

Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229–252.

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Limpo, T., & Tadriss, S. (2021). Measuring sports' perceived benefits and aggression-related risks: Karate vs. football. *Frontiers in Psychology, 11*, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.625219>
- Litwic-Kaminska, K. (2020). Types of cognitive appraisal and undertaken coping strategies during sport competitions. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(18), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186522>
- Lope Fernández, D. E., & Solís Briceño, O. B. (2020). Estrategias de afrontamiento como intervención al estrés en futbolistas (Coping strategies as a stress intervention in soccer players). *Retos, 38*, 613–619. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.75724>
- Luca, L., Noronha, A. P., & Queluz, F. (2018). Relações entre estratégias de coping e adaptabilidade acadêmica em estudantes universitários. *Revista Brasileira de Orientação Profissional, 19*(2), 169-176. <https://doi.org/1026707/1984-7270/2019v19n2p169>
- Marôco, J. (2014). *Análise de equações estruturais: Fundamentos teóricos, software & aplicações* (2ª ed.). Report number.
- Martins, C. (2011). Manual de análise de dados quantitativos com recurso ao IBM SPSS: Saber decidir, fazer, interpretar e redigir. *Braga: Psiquilíbrios Edições*
- Marwat, M., Nizami, R., Muhammad, N., Ismatullah, Latif, A., Iqbal, Y., Mehmood, K., & Saman, S. (2022). Aggression And violence in sports, its effects on sports performance. *Journal of Positive School Psychology, 6*(9), 4961-4969.
- Mehrsafar, A., Rosa, M., Zadeh, A., & Gazerani, P. (2020). Stress, professional lifestyle, and telomere biology in elite athletes: A growing trend in psychophysiology of sport. *Frontiers in Psychology, 11*, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567214>
- Mountjoy, M., Brackenridge, C., Arrington, M., Blauwet, C., Carska-Sheppard, A., Fasting, K., Kirby, S., Leahy, T., Marks, S., Martin, K., Starr, K., Tiivas, A., & Budgett, R. (2016). International olympic committee consensus statement: Harassment and abuse (non-accidental violence) in sport. *British Journal of Sports Medicine, 50*(17), 1019-1029. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096121>

- Németh, K., & Balogh, L. (2020). The relationship between arousal zone, anxiety, stress and sports performance. *Stadium – Hungarian Journal of Sport Sciences*, 3(2), 1-14. <https://doi.org/10.36439/SHJS/2020/2/8603>
- Newman, T. J., Magier, E., Kimiecik, C., & Burns, M. (2021). The relationship between youth sport participation and aggressive and violent behaviours: A scoping review of the literature. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 12(2), 371-389. 10.1086/714421
- Nicholls, A. R., & Polman, R. C. J. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 25(1), 11–31. <https://doi.org/10.1080/02640410600630654>
- Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., & Levy, A. R. (2012). A path analysis of stress appraisals, emotions, coping, and performance satisfaction among athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 263-270. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.12.003>
- Nogueira, J. M., & Gomes, A. R. (2014). Compreender o estresse no desporto: Contribuição das perspectivas transacionais sobre a adaptação humana. In J. M. Montiel, D. Bartholomeu, & M. S. Andrade (Eds), *Perspectivas em aprendizagem humana* (pp. 57-82). Memnon Edições Científicas. <https://hdl.handle.net/1822/35931>
- Ntoumanis, N., Edmunds, J., & Duda, J. L. (2009). Understanding the coping process from a self-determination perspective. *British Journal of Health Psychology*, 14(2), 249-260. <https://doi.org/10.1348/135910708X349352>
- Parent, S., & Fortier, K. (2018). Comprehensive overview of the problem of violence against athletes in sport. *Journal of Sport and Social Issues*, 42(4), 227-246. <https://doi.org/10.1177/0193723518759448>
- Parent, S., Fortier, K., Vaillancourt-Morel, M-P., Lessard, G., Goulet, C., Demers, G., Paradis, H., & Hartill, M. (2019). Development and initial factor validation of the Violence Toward Athletes Questionnaire (VTAQ) in a sample of young athletes. *Loisir et Société/Society and Leisure*, 42(3), 471-486. <https://doi.org/10.1080/07053436.2019.1682262>
- Parent, S., Radziszewski, S., Gillard, A., Bélanger-Gravel, A., Gagné, M-H., St-Pierre, E., Vertommen, T., & Woodburn, A. (2024) Development and initial validation of the perceived instrumental effects of violence in sport scale. *Frontiers in Sports Active Living*, 6. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1355958>

- Pinheiro, C., & Figueiras, T. (2021, Outubro 18). *Observatório nacional da violência contra atletas*. The Life Quality Research Centre (CIEQV). <https://www.cieqv.pt/news/2021/observatorio-nacional-da-violencia-contra-atletas/>
- Pires, D. A., Ferreira, R. W., Vasconcelos, A. S. B. de, & Penna, E. M. (2019). Dimensões de burnout, estratégias de coping e tempo de prática como atleta federado em jogadores profissionais de futebol. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 19(2), 175–185. <https://doi.org/10.6018/cpd.340741>
- Poczwardowski, A., & Conroy, D. (2002). Coping responses to failure and success among elite athletes and performing artists. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(2), 313-329. <https://doi.org/10.1080/10413200290103581>
- Ramírez-Muñoz, A., & Zamarripa, J. (2024). Violencia, socialización y género en los clubes deportivos: un estudio comparativo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24(2), 121-133. <https://doi.org/10.6018/cpd.560511>
- Raposo, S. (2018). *Identificação dos fatores de stress em atletas de alta competição - Um estudo exploratório em Portugal* [Tese de Mestrado, Instituto Universitário de Lisboa]. Repositório Institucional do Instituto Universitário de Lisboa. https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/17891/1/master_sara_alvarez_raposo.pdf
- Reyes-Bossio, M., Corcuera-Bustamante, S., Veliz-Salinas, G., Junior, M., Delgado-Campusano, M., Brocca-Alvarado, P., Caycho-Rodríguez, T., Casas-Apayco, L., Tutte-Vallarino, V., Carbajal-León, C., & Brandão, R. (2022). Effects of psychological interventions on high sports performance: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1068376>
- Reynolds II, J. F., Chaney, C. D., & Huffman, O. (2022). Perspective: Advancing spectator behavior research in youth sports through a closer examination of racial differences. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.933472>
- Ribeiro, R. (2011). *Avaliações cognitivas, emoções e coping no futebol: Estudo de caso no futebol de formação* [Tese de Mestrado, Universidade do Porto]. Repositório Institucional da Universidade do Porto. <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/56967/2/Rui%20Salvador.pdf>

- Roberts, V., Sojo, V., & Grant, F. (2020). Organisational factors and non-accidental violence in sport: A systematic review. *Sport Management Review*, 23(1), 8-27. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.03.001>
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2010). Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in early adolescence: Comparisons across gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(1), 47-61. [10.1007/s10964-008-9368-6](https://doi.org/10.1007/s10964-008-9368-6)
- S, A., Aliriad, H., Kusuma, D. W. Y., Arbanisa, W., & Winoto, A. (2024). Athletes' stress and anxiety before the match. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 4(1), 11-21. <https://doi.org/10.52188/ijpess.v4i1.535>
- Silva, S. (2021). "Hoje ficas no banco": Estratégias de coping em jogadores de futebol suplentes de 1ªliga [Tese de Mestrado, Universidade de Lisboa]. Repositório Institucional da Universidade de Lisboa. https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/56290/1/ulfpie057838_tm.pdf
- Sofia, R., & Cruz, J. F. A. (2017). Unveiling anger and aggression in sports: The effects of type of sport, competitive category and success level. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 21-28.
- Sølvberg, N., Torstveit, M. K., Rosenvinge, J., H., Pettersen, G., & Sundgot-Borgen, J. (2022). Sexual harassment and abuse among young elite athletes, recreational athletes, and reference students: A prospective study. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 54(11), 1869-1878. [10.1249/MSS.0000000000002972](https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000002972)
- Tamminen, K. A., Holt, N. L., & Neely, K. C. (2013). Exploring adversity and the potential for growth among elite female athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(1), 28-36. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.07.002>
- Tamres, L. K., Janicki, D., & Helgeson, V. S. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2-30. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601_1
- Taylor, S. E. (2011). Social support: A review. In H. S. Friedman (Ed.), *The Oxford handbook of health psychology* (pp. 189–214). Oxford University Press.
- Thelwell, R. C., Weston, N. J. V., Greenlees, I. A., & Hutchings, N. V. (2008). Stressors in elite sport: A coach perspective. *Journal of Sports Sciences*, 26(9), 905-918. <https://doi.org/10.1080/02640410801885933>

- Turner, M. J., Jones, M. V., Whittaker, A. C., Laborde, S., Williams, S., Meijen, C., & Tamminen, K. A. (2020). Editorial: Adaptation to psychological stress in sport. *Frontiers in Psychology, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02199>
- Vertommen, T., Kampen, J., Schipper-van Veldhoven, N., Uzieblo, K., & Van Den Eede, F. (2018). Severe interpersonal violence against children in sport: Associated mental health problems and quality of life in adulthood. *Child Abuse & Neglect, 76*, 459–468. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.12.013>
- Vertommen, T., Schipper-van Veldhoven, N., Wouters, K., Kampen, J. K., Brackenridge, C. H., Rhind, D. J.A., Neels, K., & Eede, F. (2016). Interpersonal violence against children in sport in the Netherlands and Belgium. *Child Abuse & Neglect, 51*, 223-236. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.10.006>
- Vilela, C., & Gomes, R. (2015). Ansiedade, avaliação cognitiva e esgotamento na formação desportiva: Estudo com jovens atletas. *Motricidade, 11*(4), 104-119. <http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.4214>
- Vveinhardt, J., Fominiene, V. B., & Andriukaitiene, R. (2019). “Omerta” in organized sport: bullying and harassment as determinants of threats of social sustainability at the individual level. *Sustainability, 11*(9), 2474. <https://doi.org/10.3390/su11092474>
- Westland, J. C. (2010). Lower bounds on sample size in structural equation modeling. *Electronic Commerce Research and Applications, 9*(6), 476–487. <https://doi.org/10.1016/j.eierap.2010.07.003>