

SISTEMA ELETRÔNICO  
DE REVISTASUNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO

# Journal of Exercise and Sport Sciences

## RELAÇÃO ENTRE A AUTO-ESTIMA, O NÍVEL TÉCNICO, O TEMPO DE PRÁTICA E O RESULTADO DA COMPETIÇÃO DE ATLETAS DE VOLEIBOL FEMININO

*Fábio Heitor Alves Okasaki**Birgit Keller**Ricardo Weigert Coelho*

### RESUMO

A preparação psicológica tem grande importância na performance do atleta e deve fazer parte do treinamento. A auto-estima é um dos fatores que pode influenciar a performance dos atletas. Este estudo tem como objetivo verificar a relação da auto-estima com o nível técnico, o tempo de prática e o resultado da competição de atletas de voleibol feminino da categoria mirim. A amostra foi constituída de 48 atletas, do sexo feminino, com idade de 11 à 13 anos, participantes da *X International Cup* – 2003. Para coleta de dados foram utilizados: um teste diagnóstico, aplicado aos técnicos para analisara as atletas quanto ao nível técnico e auto-estima; e um inventário, aplicada às atletas para analisar a auto-estima. Para análise dos dados foi feita a correlação de *Sperman Rho*, fixando um nível de significância para alfa em 0,05. Para o tratamento dos dados foi utilizado o programa *Statistica 5.5*. Verificou-se que a auto-estima apresentou, embora em valores baixos, uma correlação com o resultado da competição, o nível técnico e a auto-estima percebida pelo técnico, com uma diferença estatística significativa. Em relação ao tempo de prática não apresentou diferença significativa. Conclui-se neste estudo que a auto-estima pode ser um dos fatores que influencia no resultado da competição e no nível técnico das atletas. Sugere-se outros estudos sobre o tema, com diferentes populações e variáveis.

**Palavras-Chave:** auto-estima, nível técnico, tempo de prática, performance, voleibol.

### ABSTRACT

The Psychological preparation has a big importance in the performance and has to be part of the training process. Self-esteem is one of the factors that can influence the performance of athletes. This study has as objective to verify the relation between self-esteem, technical level, time of practice and the results in the competition of female volleyball mirim athletes. The sample were composed of 48 athletes, female, with age of 11 to 13 years, that were in the *X International Cup* - 2003. To collect data, were used: a diagnostic test, to the coaches to analyze the athletes in technical level and self-esteem; and an Inventory to the athletes to self-esteem. The statistic used was, Spearman Ho correlation, in a level of 0,05 to alpha, the program used was *Statistica 5.5*. Verified that self-esteem presented, in low scores, a correlation with the results of the competition, the technical level and the percept self-esteem, with significant statistic level. In the correlation with time of practice the was not significance. The conclusion of this study, is that self-esteem can be one of the factors that has an influence in the results of the competition and in technical level of the athletes. It suggests others studies about this theme, with different population and variables.

## Introdução

O voleibol, criado em 1895 nos Estados Unidos, por Willian Morgan, (HARRE, 1987), tem se tornado em todo o mundo e principalmente no Brasil, um dos esportes com maior participação popular nos últimos anos (SCHULTZ, 1999; BOJIKIAN, 1999). Com o crescimento da modalidade, também cresce o interesse e a busca dos técnicos por uma melhor preparação de seus atletas (OKAZAKI, 2002). A preparação para as competições baseia-se no treino físico e técnico-tático, e muitas vezes não é dada atenção necessária ao treino psicológico, que deve ser parte integral do sistema de treinamento (BAACKE et al., 1994).

Historicamente, esporte e psicologia do exercício tiveram seu progresso e envolvimento com o desenvolvimento do esporte de competição (KUNATH apud SMITH, 1995). Embora a preocupação com a preparação psicológica, ainda estar pouco presente na maioria das sessões de treinamento, esta preparação é essencial e definitiva no sucesso dos esportes, principalmente o de competição (BOJIKIAN apud PAIM, 2003). A preparação psicológica torna-se fundamental para um ótimo desempenho, à medida que ela é considerada como um dos fatores envolvidos no seu desenvolvimento (DESCHAMPS, 2002). A preparação psicológica é apresentada como uma parte inseparável do treinamento (SAMULSKI, 2002).

Na conquista do sucesso a auto-estima é de grande importância, se você se gosta convence os outros a gostarem de você (RIBEIRO, 1992; LOPES, 1963). O modo como o atleta se vê ou o modo como ele acha que os outros os vêem, é um fator importante para uma boa performance (TUTTLE apud DÜRRWÄCHTER 1982).

Existem diversas preocupações no treinamento da modalidade voleibol principalmente de caráter técnico, tático e físico, mas não existe uma grande preocupação com a preparação psicológica, um dos fatores que pode interferir diretamente na performance do atleta.

Neste sentido, este estudo tem o objetivo de verificar a relação da auto-estima de atletas de voleibol feminino da categoria mirim, com o nível técnico, o tempo de prática e o resultado da competição.

A importância do estudo está ligada à possibilidade de se conhecer melhor as atletas de voleibol feminino e a relação que existe entre a auto-estima e a performance. Dentro desta perspectiva, o estudo poderá ser aproveitado por técnicos, psicólogos e profissionais que trabalhem com voleibol.

## Metodologia

A pesquisa foi realizada com o design *quasi experimental*, correlacional de *caráter ex post facto*.

A amostra foi constituída de 48 atletas de equipes de voleibol de quadra, do sexo feminino com idade de 11 à 13 anos (categoria mirim), participantes da X International Cup, que foi realizada no período de 19 à 21 de junho de 2003, em Curitiba – PR, e os técnicos destas equipes.

Para coleta de dados foram utilizados os seguintes instrumentos: a) Teste diagnóstico, que contou com três questões objetivas de múltipla escolha, que foi aplicado aos técnicos para análise das atletas de sua equipe referente ao nível técnico e auto-estima; b) Inventário, com 25 perguntas, para analisar a auto-estima das atletas, baseado no *Coopersmith Self-Esteem Inventory Short Form* (1967), adaptado para situações esportivas, com alterações realizadas nos itens referentes as relações do atleta com a família, sendo transformadas em relações com a equipe. O inventário foi validado, em conteúdo, critério, consistência interna, e apresentou uma correlação de 0,816 com o instrumento original (OKAZAKI, 2004).

No tratamento foram correlacionadas todas as variáveis dependentes com a independente. Foram tomadas como variável dependente os resultados da competição, os valores obtidos através do diagnóstico do técnico, auto-estima percebida, nível técnico, e o tempo de prática e a variável independente do questionário de auto-estima para atletas. Foi utilizado para a análise dos dados, a correlação de *Spearman Rho*, usada para correlação entre escalas diferentes. Foi fixado um nível de significância para alfa em 0,05 (HINKLE, WIERMA, JURIS, 1979; BARROS e REIS, 2003). Para o tratamento dos dados foi utilizado o programa STATISTICA 5.5.

## Resultados e Discussão

TABELA 1

CORRELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E O RESULTADO DA COMPETIÇÃO

	Valido N	Spearman R	t(N-2)	Nível de significância
AUTO-ESTIMA X RESULTADO	48	0,441142592	3,336569548	0,001685442

A tabela acima, demonstra os resultados obtidos na correlação entre auto-estima e o resultado da competição. Embora a correlação tenha apresentado um valor baixo, houve correlação significativa entre as duas variáveis. Pode-se então afirmar de acordo com os dados, que para esta população, a auto-estima possui correlação com o resultado da competição, mas outros fatores exercem grande interferência o que explica o valor baixo de R.

**TABELA 2**

CORRELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E O NÍVEL TÉCNICO

	Valido N	Spearman R	t(N-2)	Nível de significância
AUTO-ESTIMA X NÍVEL TÉCNICO	48	0,448802292	3,406243801	0,00137667

Na tabela 2 os resultados nos mostram que houve uma correlação baixa entre a auto-estima e o nível técnico das atletas, porém esta correlação se apresentou estatisticamente significativa. O que nos mostra que outros fatores além da auto-estima interferem no nível técnico das atletas, mas que existe uma tendência das atletas com maior auto-estima também possuírem um maior nível técnico.

**TABELA 3**

CORRELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E A AUTO-ESTIMA PERCEBIDA

	Valido N	Spearman R	t(N-2)	Nível de significância
AUTO-ESTIMA X AUTO-ESIMA PERC.	48	0,39620465	2,926705837	0,005308073

A tabela acima mostra os valores da auto-estima obtida através do instrumento e da auto-estima percebida, ou como o técnico acha que está a auto-estima de suas atletas. Os valores obtidos mostram novamente baixa correlação entre as duas variáveis, porém estatisticamente esta diferença se mostrou significativa. O que sugere, que os técnicos conseguem perceber como está a auto-estima de suas atletas, porém com pouca exatidão.

**TABELA 4**

CORRELAÇÃO ENTRE AUTO-ESTIMA E O TEMPO DE PRÁTICA

	Valido N	Spearman R	t(N-2)	Nível de significância
AUTO-ESTIMA X TEMPO DE PRÁTICA	48	0,251894444	1,765355587	0,08414156

Entre a auto-estima e o tempo de prática, como mostra a tabela 4, as variáveis não apresentaram significância estatística e o valor de correlação também foi baixo.

## CONCLUSÃO

De acordo com os dados obtidos através deste estudo, podemos concluir que a auto-estima apresenta embora em valores baixos, uma correlação com o resultado da competição, o nível técnico e a auto-estima percebida, com uma diferença estatística significativa. O tempo de prática, não apresentou significância estatística com a auto-estima, uma hipótese para este resultado é o pouco tempo de prática da modalidade pelas crianças, por esta ser a primeira categoria de competição.

A auto-estima, se mostrou importante estabelecendo correlações com o resultado, o que mostra a importância de identificação e conhecimento da auto-estima pelo técnico. A auto-estima percebida, foi que a apresentou menores valores de correlação, entre as variáveis significativas, o que demonstra o pouco conhecimento dos técnicos sobre suas atletas. Quanto ao nível técnico a auto-estima apresentou valores muito similares ao resultado da competição, mostrando que os atletas com maior auto-estima, apresentaram melhores níveis técnicos e em consequência melhores resultados, mas não podemos afirmar que é apenas a maior auto-estima que leva ao sucesso, e sim, outros fatores ligados a performance. Sugere-se novos estudos sobre o tema, com diferentes populações e diferentes variáveis.

## REFERÊNCIAS

- BAACKE, Horst; ZHU, Jia-Ming; NEVILLE, William; ENGLISH, Michael; BARROS, Mauro, V. G.; REIS, Rodrigo Siqueira. **Análise de Dados em Atividade Física e Saúde**. 1ª edição, 215 p. Londrina-Pr , 2003.
- BOJIKIAN, J. C. M. **Ensinando Voleibol**. Guarulhos: Phorte Editora, 1999.
- DESCHAMPS, Sílvia Regina. **Aspectos psicológicos e suas influências em atletas de voleibol masculino de alto rendimento**. 2002, 133 f. Dissertação de Mestrado. USP; São Paulo.
- DÜRRWÄCHTER, Gerhard. **Voleibol Treinar Jogando**. Editora ao livro técnico, 1982.
- HARRE, Dietrich. **Principles of Sports Training**. Editora Sporverlag . Berlim 1982.
- HINKLE, Dennis E.; WIERMA, William; JURIS, Stephen. **Applied Statistics for the Behavioral Science**. 490 p., Houghton Mifflin, 1979.
- LOPES, Emilio Mira Y. **Problemas atuais da Psicologia**. Editora Científica. Rio de Janeiro , 1963.
- OKAZAKI, Fábio Heitor Alves. **Estudo Comparativo entre as Metodologias de Ensino do Voleibol para Crianças entre 10 e 12 anos**. 2002. 28 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física)-UFPR; Curitiba.
- PAIM, Maria Cristina Chimelo, **Temperamento de adolescentes praticantes de voleibol**. Revista Digital - Buenos Aires - Ano 9 - N° 59 - Abril de 2003.
- RIBEIRO, L. **O sucesso não ocorre por acaso: é simples mas não é fácil**. 53.ed. Editora Objetiva. 1992.
- SAMULSKI, Dietmar Martin. **Psicologia do Esporte**. 1º ed. Editora Manoele. Barueri. 2002.
- SCHULTZ, L.K. Volleybal. **Phys Med Rehabil Clin N Am**, v. 10, n.1,p.19-34, fevereiro 1999.
- SMITH, R. Andrew; STUART, G; BIDDLE, H. **European Perspective on Exercise and Sport Psychology**. Editora Human Kinetics. 1995.