



Habilidades para vida e as necessidades psicológicas básicas de atletas universitários

Life skills and basic psychological needs of university athletes

Sandro Victor Alves Melo¹, Gabriel Lucas Morais Freire¹, Igor Fabricio dos Santos Oliveira², Gustavo Bottega Lunardelli², Guilherme Futoshi Nakashima², Lenamar Fiorese³

¹ Doutorando em Educação Física pela Universidade Estadual de Maringá (UEM), Maringá (PR), Brasil;

² Mestrando em Educação Física pela Universidade Estadual de Maringá (UEM), Maringá (PR), Brasil; 3 Professora Adjunta da Universidade Estadual de Maringá (UEM), Maringá (PR), Brasil.

*Autor correspondente: Gabriel Lucas Morais Freire – E-mail: bi88el@gmail.com

RESUMO

O objetivo deste estudo foi comparar as necessidades psicológicas básicas (NPB) e a percepção de desenvolvimento de habilidades para vida (HV) em atletas universitários. Participaram 136 atletas universitários (21,78±3,37 anos) participantes dos Jogos Universitários Brasileiros 2019. Os instrumentos utilizados foram a Escala de HV para o Esporte e a Escala de Satisfação das BPN para o Esporte. Para a análise dos dados utilizou-se os testes de Kolmogorov-Smirnov e o t independente ($p<0,05$). Os atletas universitários demonstraram satisfação com suas BPN e alta percepção de desenvolvimento de HV. Atletas universitários do sexo masculino e que recebem algum tipo de incentivo financeiro demonstraram se perceber mais autônomos. Já os mais velhos, de instituição privada, que recebem incentivo financeiro indicam maior desenvolvimento de HV no esporte. É fundamental que profissionais envolvidos no contexto universitário proporcionem experiências esportivas positivas, visando fomentar a satisfação das BPN e no desenvolvimento das HV.

Palavras-chave: Desenvolvimento. Motivação. Psicologia do Esporte.

ABSTRACT

The aim of this study was to compare the basic psychological needs (BPN) and the perception of life skills (LS) in university athletes. Participants (n=136) were 21.78±3.37 years and participated in the 2019 Brazilian University Games. The instruments used were the LS Scale for Sport and the BPN Satisfaction Scale for Sport. For data analysis, the Kolmogorov-Smirnov test and the independent t-test ($p<0.05$) were used. University athletes demonstrated satisfaction with their BPN and high perception of LS development. Male university athletes receiving some type of financial incentive demonstrated they perceive themselves to be more autonomous. Older athletes from a private institution, who receive financial incentives indicate greater development of LS in sport. University professionals should provide positive sports experiences, aiming to promote BPN satisfaction and the development of LS.

Keywords: Development. Motivation. Sport Psychology.

Recebido em Maio 19, 2022

Aceito em Julho 29, 2022

INTRODUÇÃO

Dentro do contexto universitário brasileiro os atletas universitários apresentam inúmeros desafios para conciliarem as carreiras esportiva (treinamentos e competições) e acadêmica (estudos e estágios)¹. Diante desse contexto, o esporte universitário proporciona aos seus praticantes uma gama de benefícios para o seu desenvolvimento dentro e fora do âmbito esportivo^{2,3}. Assim, para realização destas atividades da dupla carreira, é fundamental que essa população desenvolva um leque de habilidades para a vida.

Essas habilidades são definidas na literatura como capacidades que auxiliam no comportamento adaptativo e positivo, permitindo aos indivíduos lidarem de forma eficaz com as demandas e desafios em diversos contextos, podendo ser classificadas em capacidades comportamentais, como habilidades para comunicação; cognitivas, como habilidades de tomada de decisões; sociais, como a facilidade para o trabalho em equipe; e emocionais, como o controle das próprias emoções⁴. Essas habilidades podem ser apreendidas, desenvolvidas e refinadas de forma intencional por meio do esporte a fim de promover a transferência para outros setores da vida do atleta (trabalho, casa, universidade)⁵.

Junto com esses princípios e procedimentos, o contexto esportivo onde o atleta universitário está inserido é um fator

importante que influencia na percepção de desenvolvimento das habilidades de vida^{5,6}. Uma série de estudos recentes destaca a importância de um clima esportivo positivo para o aprendizado destas habilidades para vida^{7,8,9}. Entretanto, nenhum desses estudos abordou uma população de atletas universitários, uma vez que, segundo Hodge, Danish e Martin¹⁰, embora o esporte juvenil seja uma área em que as habilidades para a vida tenham sido ensinadas com sucesso, seria um equívoco limitar o ensino dessas habilidades apenas para essa população. Assim, torna-se imprescindível investigar como o aprendizado de habilidades por meio do esporte pode ter utilidade durante a vida do indivíduo.

Ademais, outros aspectos psicológicos como a satisfação das necessidades psicológicas básicas (NPB) podem incidir sobre o desenvolvimento de habilidades para a vida. A NPB vem sendo considerada fundamental para a motivação, sucesso e o bem-estar dos indivíduos^{11,12}. As NPB são definidas como disposições de caráter natural, cuja satisfação das três necessidades psicológicas inatas de autonomia, competência e relacionamento são essenciais para o engajamento, permanência e o sucesso nas práticas do indivíduo, seja no âmbito esportivo ou acadêmico¹¹.

A necessidade de autonomia refere-se à capacidade do indivíduo em agir voluntariamente, com senso de escolha, de modo que seus comportamentos estejam em conformidade com seus valores. A

competência está atrelada à oportunidade que os indivíduos têm de expressar suas capacidades, buscar desafios e desenvolver sua confiança. Já o relacionamento diz respeito à sensação do indivíduo de pertencimento a um grupo social e de estar conectados com as pessoas^{11,12}. Cabe destacar que a satisfação das NPB está relacionada com a inclusão e o engajamento do indivíduo em um contexto social¹³.

A literatura destaca que a satisfação das NPB está atrelada à percepção do desenvolvimento de habilidades para a vida nos indivíduos em qualquer âmbito social. Hodge et al.¹⁴ apontam que a percepção da satisfação da autonomia pode auxiliar os indivíduos na resolução de problemas e tomada de decisões, já a satisfação da competência está associada à comunicação interpessoal e ao desenvolvimento de habilidades sociais; quanto ao relacionamento, os autores revelam influência direta no trabalho em equipe.

Apesar de estudos internacionais^{15,16} e nacionais^{17,18} abordarem o desenvolvimento de habilidades para vida no esporte, evidenciou-se escassez de estudos com a população de atletas universitários. Desta forma, compreender como o contexto esportivo universitário afeta a percepção de desenvolvimento de habilidades para vida é de extrema importância para buscar o maior desenvolvimento desta população específica. Nesse sentido, tais estudos dentro do contexto brasileiro são fundamentais para observar a importância de programas esportivos na contribuição

para o desenvolvimento de habilidades para a vida dentro da universidade, tendo em vista que essas habilidades poderão servir de fatores protetivos no desenvolvimento de jovens e que também são de grande importância em outras fases da vida¹⁹. Assim, o presente estudo tem como objetivo investigar a percepção de jovens atletas universitários acerca da percepção de desenvolvimento de habilidades para a vida e da satisfação das necessidades psicológicas básicas, buscando especificamente comparar em função do sexo, faixa etária, tipo de modalidade, instituição, incentivo financeiro (bolsas de estudos, salários etc.) e classificação.

MÉTODOS

PARTICIPANTES

A amostra foi constituída por conveniência de 136 atletas universitários brasileiros, participantes da fase final dos Jogos Universitários Brasileiros 2019, sendo 65 do sexo feminino e 71 do sexo masculino, com média de idade de $21,48 \pm 1,79$ anos. Os participantes foram selecionados de acordo com os seguintes critérios de inclusão: 1) ser atleta há mais de 1 ano; 2) já ter participado de competições de nível estadual ou nacional. Somente participaram do estudo os indivíduos que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, e que verbalmente manifestaram o desejo de participar da pesquisa.

INSTRUMENTOS

A escala de Habilidades para a Vida no Esporte (P-LSSS) foi desenvolvida por Cronin e Allen²⁰ e validada para o contexto brasileiro por Nascimento Junior et al²¹. A escala é composta por 43 itens que visam avaliar o desenvolvimento ou não de oito habilidades para a vida, em ambientes de esporte: trabalho em equipe (ex. trabalhar bem dentro de uma equipa / grupo), estabelecimento de metas (ex. definir objetivos desafiadores), habilidades sociais (ex. envolvo-me em atividades de grupo), resolução de problemas e tomada de decisões (ex. penso bem sobre um problema), habilidades emocionais (ex. usa as minhas emoções para me manter concentrado), liderança (ex. organizar os membros da equipa/grupo para trabalharem em conjunto), gerenciamento de tempo (ex. gerencio bem o meu tempo) e comunicação (ex. falo claramente com os outros). Os participantes respondem a escala numa escala tipo likert de 5 pontos em que: 1 (nada), 2 (um pouco), 3 (algumas vezes), 4 (muito), e 5 (muito).

Para avaliar as NPB foi utilizada a escala de Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas (BNSSS), desenvolvida por Ng, Lonsdale e Hodge²² (2011) e adaptada e validada para o contexto esportivo brasileiro por Nascimento Junior, Vissoci e Vieira²³. A escala validada para o português é composta por 12 itens distribuídos em três dimensões: competência (ex: eu sou habilidoso em meu esporte), autonomia (ex: eu sinto que

pratico o meu esporte por prazer) e relacionamento (ex: em meu esporte, existem pessoas em quem eu posso confiar). O preenchimento das respostas é dado em uma escala do tipo Likert de sete pontos, variando em um *continuum* de “Nem um pouco verdade” (1) a “Muita verdade” (7). As dimensões são calculadas a partir da média dos somatórios dos respectivos itens que a compõem, de modo que valores mais elevados significam maior satisfação das necessidades básicas na dimensão (autonomia, competência ou relacionamento).

PROCEDIMENTOS

Os procedimentos adotados nesta pesquisa obedeceram aos critérios da Ética em Pesquisa com Seres Humanos. O estudo está integrado ao projeto institucional aprovado pelo Comitê Permanente de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual de Maringá, sob parecer no 1.324.4. Inicialmente foi realizado contato com a organização dos Jogos Universitários Brasileiros, mais especificamente com a Confederação Brasileira de Desporto Universitário (CBDU), em que obtivemos a autorização para a realização da coleta dos dados para a pesquisa. Após autorização, no local de competição, a aplicação foi realizada por meio de um contato inicial com os treinadores e comissão técnica, visando pedir autorização para aplicação das escalas com os atletas. Logo, em seguida, após a autorização, abordamos os atletas

explicando os objetivos da pesquisa e como eram preenchidos os instrumentos. Com o consentimento dos atletas, as escalas foram aplicadas de forma coletiva, com preenchimento individual, juntamente com o recolhimento da assinatura do TCLE. O preenchimento dos instrumentos teve duração de aproximadamente 25 minutos.

Análises de dados

A análise de dados foi realizada através de estatísticas descritivas e inferenciais. A análise preliminar dos dados foi realizada por meio do teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov e o teste de homogeneidade das variâncias de Levene. Como os dados apresentaram distribuição normal, a média e o desvio-padrão foram usados para a caracterização dos resultados. Foi utilizado o teste *t* independente para a comparação das NPB e da percepção de desenvolvimento de habilidades para vida em função do sexo, faixa etária, tipo de instituição, incentivo financeiro e classificação. Para a comparação das NPB e da percepção de desenvolvimento de habilidades para vida em função da faixa etária, os praticantes

foram divididos em dois grupos de acordo com o processo de “*Mean Split*” conforme a classificação a seguir: 1) faixa etária: até 21,78 anos e mais de 21,78 anos. A verificação do tamanho do efeito para as comparações entre mais de dois grupos foi realizada por meio do ‘*d*’ de Cohen²⁴: valor de $d=0,20$ representa pequeno tamanho do efeito, $d=0,50$ médio e $d=0,80$ grande. O índice de significância adotado em todas as análises foi de $p < 0,05$.

RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta as médias e o desvio-padrão da comparação das habilidades para a vida e das NPB de atletas universitários em função do sexo. Não foram constatadas diferenças significativas na comparação entre as dimensões de habilidades para a vida. Porém, na comparação entre as NPB, foi possível identificar que o sexo masculino apresentou valores significativamente superiores ($p < 0,05$) na dimensão de Autonomia quando comparado ao sexo feminino.

Tabela 1. Comparação das dimensões de habilidades para vida e das necessidades psicológicas básicas dos atletas universitários em função do sexo

VARIÁVEIS	Sexo		<i>p</i>	D
	Feminino (n=71)	Masculino (n=65)		
	\bar{X} (DP)	\bar{X} (DP)		
Habilidades para a vida				
Trabalho em equipe	4,58 (0,40)	4,46 (0,66)	0,224	0,21
Estabelecimento de Metas	4,21 (0,77)	4,43 (0,60)	0,073	0,31
Habilidades sociais	4,25 (0,79)	4,17 (0,78)	0,552	0,10
Solução de problemas	4,38 (0,65)	4,29 (0,68)	0,467	0,13
Habilidades emocionais	4,15 (0,68)	4,21 (0,80)	0,599	0,08
Liderança	4,32 (0,66)	4,28 (0,72)	0,763	0,05
Controle do tempo	3,96 (0,91)	3,99 (0,98)	0,883	0,03
Comunicação	4,36 (0,71)	4,28 (0,82)	0,521	0,10

Escore global	4,30 (0,51)	4,29 (0,53)	0,936	0,01
NPB				
Competência	6,36 (0,69)	6,50 (0,61)	0,213	0,21
Autonomia	5,84 (0,91)	6,13 (0,73)	0,048*	0,35
Relacionamento	6,13 (1,03)	6,26 (0,94)	0,446	0,13

*Diferença significativa - $p < 0,05$ – Teste t independente.

Nota: \bar{X} = média; DP= Desvio-padrão; NPB= Necessidade Psicológicas Básica.

Quando comparadas em função da faixa etária (Tabela 2) nas dimensões de habilidades para a vida foi constatado que os atletas universitários com até 21,78 anos possuem maior percepção de controle do

tempo ($p=0,024$) quando comparados com indivíduos com mais de 21,78 anos. Na comparação das NPB não foi encontrada diferença significativa ($p>0,05$).

Tabela 2. Comparação das dimensões de habilidades para a vida e das necessidades psicológicas básicas dos atletas universitários em função da faixa etária

VARIÁVEIS	Faixa etária		p	D
	Até 21,78 anos (n=71)	Mais de 21,78 anos (n=65)		
	\bar{X} (DP)	\bar{X} (DP)		
Habilidades para a vida				
Trabalho em equipe	4,54 (0,46)	4,49 (0,63)	0,591	0,09
Estabelecimento de Metas	4,35 (0,71)	4,27 (0,70)	0,549	0,11
Habilidades sociais	4,11 (0,82)	4,33 (0,73)	0,105	0,28
Solução de problemas	4,26 (0,69)	4,41 (0,63)	0,189	0,22
Habilidades Emocionais	4,16 (0,69)	4,20 (0,80)	0,766	0,05
Liderança	4,34 (0,67)	4,26 (0,70)	0,461	0,11
Controle do tempo	4,15 (0,84)	3,78 (1,01)	0,024*	0,39
Comunicação	4,24 (0,81)	4,41 (0,71)	0,191	0,22
Escore global	4,30 (0,51)	4,29 (0,53)	0,897	0,01
NPB				
Competência	6,42 (0,71)	6,43 (0,59)	0,919	0,01
Autonomia	6,00 (0,89)	5,96 (0,79)	0,794	0,04
Relacionamento	6,17 (1,09)	6,22 (0,86)	0,760	0,05

*Diferença significativa - $p < 0,05$ – Teste t independente.

Nota: \bar{X} = média; DP= Desvio-padrão; NPB= Necessidade Psicológicas Básica.

Ao comparar as habilidades para a vida entre modalidades individuais e coletivas (Tabela 3), os atletas universitários de modalidades coletivas apresentaram maior percepção de aprendizagem de Trabalho em Equipe ($p=0,009$). Já os atletas universitários que

competem em modalidades individuais apresentaram diferença significativa na dimensão de Estabelecimento de Metas ($p=0,016$). Não foram encontradas diferenças significativas nas comparações das dimensões das NPB em função do tipo de modalidade.

Tabela 3. Comparação das dimensões de habilidades para a vida e das necessidades psicológicas básicas dos atletas universitários em função do tipo de modalidade

VARIÁVEIS	Modalidade		p	D
	Individual (n=51)	Coletiva (n=85)		
	\bar{X} (DP)	\bar{X} (DP)		
Habilidades para a vida				
Trabalho em equipe	4,34 (0,71)	4,63 (0,38)	0,009*	0,50
Estabelecimento de Metas	4,50 (0,60)	4,20 (0,74)	0,016*	0,44
Habilidades sociais	4,09 (0,87)	4,29 (0,72)	0,166	0,25
Solução de problemas	4,25 (0,70)	4,39 (0,64)	0,253	0,20
Habilidades Emocionais	4,11 (0,83)	4,22 (0,68)	0,392	0,14
Liderança	4,18 (0,80)	4,37 (0,60)	0,121	0,26
Controle do tempo	4,15 (0,87)	3,87 (0,97)	0,092	0,30
Comunicação	4,14 (0,98)	4,44 (0,58)	0,052	0,37
Escore global	4,24 (0,61)	4,32 (0,46)	0,373	0,14
NPB				
Competência	6,43 (0,68)	6,43 (0,64)	0,995	0
Autonomia	5,99 (0,88)	5,97 (0,82)	0,917	0,02
Relacionamento	6,23 (0,85)	6,17 (1,07)	0,739	0,06

*Diferença significativa - $p < 0,05$ – Teste t independente.

Nota: \bar{X} = média; DP= Desvio-padrão; NPB= Necessidade Psicológicas Básica.

A Tabela 4 demonstra a comparação da satisfação das Habilidades para a Vida e das Necessidades Psicológicas Básicas em função do tipo de instituição. Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nas habilidades para a vida ($p < 0,05$), demonstrando que atletas de instituições privadas apresentaram maiores

percepção no Trabalho em Equipe ($p = 0,008$), Habilidades Sociais ($p = 0,024$), Liderança ($p = 0,027$), Comunicação ($p = 0,008$) e Escore Global ($p = 0,013$) do que atletas universitários de instituições públicas. Por outro lado, podemos observar que não houve diferenças significativas entre as dimensões das NPB ($p > 0,05$).

Tabela 4. Comparação das dimensões de habilidades para a vida e das necessidades psicológicas básicas dos atletas universitários em função do tipo de instituição

VARIÁVEIS	Tipo de instituição		p	D
	Pública (n=65)	Privada (n=71)		
	\bar{X} (DP)	\bar{X} (DP)		
Habilidades para a vida				
Trabalho em equipe	4,39 (0,51)	4,64 (0,55)	0,008*	0,47
Estabelecimento de metas	4,20 (0,82)	4,42 (0,57)	0,081	0,31
Habilidades sociais	4,05 (0,84)	4,36 (0,71)	0,024*	0,39
Solução de problemas	4,28 (0,71)	4,39 (0,62)	0,358	0,16
Habilidades emocionais	4,13 (0,75)	4,23 (0,74)	0,430	0,13
Liderança	4,17 (0,74)	4,43 (0,62)	0,027*	0,38
Controle do tempo	3,91 (1,00)	4,03 (0,89)	0,478	0,12
Comunicação	4,14 (0,84)	4,49 (0,65)	0,008*	0,46
Escore global	4,18 (0,53)	4,40 (0,49)	0,013*	0,43
NPB				
Competência	6,48 (0,69)	6,38 (0,62)	0,379	0,15
Autonomia	5,85 (0,88)	6,10 (0,79)	0,094	0,29
Relacionamento	6,08 (1,08)	6,30 (0,89)	0,216	0,22

*Diferença significativa - $p < 0,05$ – Teste t independente.

Nota: \bar{X} = média; DP= Desvio-padrão; NPB= Necessidade Psicológicas Básica.

Ao comparar Habilidades para a Vida e as NPB em função de algum tipo de incentivo financeiro, como bolsas, salários, ou similares, para a prática da modalidade (Tabela 5) foram encontradas diferenças significativas ($p < 0,05$). Os resultados apontaram que atletas universitários que recebem algum tipo de auxílio financeiro para a prática esportiva percebem mais o

desenvolvimento do Trabalho em Equipe ($p = 0,010$) e da Liderança ($p = 0,026$) do que atletas sem esse tipo de auxílio. Quando observadas as dimensões das NPB, os atletas universitários que recebem auxílio percebem-se mais autônomos do que aqueles que não recebem nenhum tipo de auxílio financeiro.

Tabela 5. Comparação das dimensões de habilidades para a vida e das necessidades psicológicas básicas dos atletas universitários em função de incentivos financeiros

VARIÁVEIS	Incentivos financeiros		p	D
	Sem incentivos (n=79)	Com incentivos (n=57)		
	\bar{X} (DP)	\bar{X} (DP)		
Habilidades para a vida				
Trabalho em equipe	4,43 (0,64)	4,65 (0,35)	0,010*	0,42
Estabelecimento de metas	4,27 (0,79)	4,37 (0,57)	0,397	0,14
Habilidades sociais	4,15 (0,83)	4,29 (0,71)	0,314	0,18
Solução de problemas	4,35 (0,67)	4,32 (0,66)	0,820	0,04
Habilidades emocionais	4,11 (0,82)	4,27 (0,62)	0,221	0,22
Liderança	4,20 (0,78)	4,45 (0,50)	0,026*	0,38
Controle do tempo	3,97 (1,01)	3,98 (0,86)	0,940	0,01
Comunicação	4,22 (0,87)	4,46 (0,57)	0,054	0,32
Score global	4,23 (0,57)	4,38 (0,42)	0,094	0,27
NPB				
Competência	6,39 (0,72)	6,48 (0,55)	0,425	0,14
Autonomia	5,86 (0,86)	6,15 (0,79)	0,043*	0,35
Relacionamento	6,14 (1,04)	6,27 (0,91)	0,447	0,13

*Diferença significativa - $p < 0,05$ – Teste t independente.

Nota: \bar{X} = média; DP = Desvio-padrão; NPB = Necessidade Psicológica Básica.

Na comparação das variáveis em função do desempenho nos jogos (Tabela 6) não foram encontradas diferenças significativas ($p > 0,05$). No entanto, ao observarmos as médias em ambos os grupos, medalhistas e não medalhistas, nota-se que os valores encontrados foram

elevados, o que constata que os atletas universitários percebem desenvolvidas suas habilidades para a vida por meio do esporte e demonstram-se satisfeitos com suas necessidades psicológicas básicas independente dos resultados alcançados nos Jogos Universitários.

Tabela 6. Comparação das dimensões de habilidades para a vida e das necessidades psicológicas básicas dos atletas universitários em função da classificação

VARIÁVEIS	Desempenho		p	D
	Medalhista	Não medalhista		
	(n=27)	(n=109)		
	\bar{X} (DP)	\bar{X} (DP)		
Habilidades para a vida				
Trabalho em equipe	4,57 (0,46)	4,51 (0,57)	0,587	0,11
Estabelecimento de metas	4,40 (0,57)	4,29 (0,73)	0,489	0,16
Habilidades sociais	4,08 (0,81)	4,24 (0,78)	0,346	0,20
Solução de problemas	4,15 (0,90)	4,38 (0,59)	0,224	0,30
Habilidades emocionais	4,33 (0,60)	4,14 (0,77)	0,247	0,27
Liderança	4,36 (0,55)	4,29 (0,72)	0,615	0,10
Controle do tempo	3,96 (0,92)	3,98 (0,95)	0,918	0,02
Comunicação	4,23 (0,76)	4,35 (0,76)	0,463	0,29
Escore global	4,30 (0,45)	4,29 (0,54)	0,957	0,02
NPB				
Competência	6,48 (0,65)	6,41 (0,66)	0,658	0,10
Autonomia	6,16 (0,82)	5,94 (0,84)	0,214	0,26
Relacionamento	6,12 (0,98)	6,21 (0,99)	0,665	0,09

*Diferença significativa - $p < 0,05$ – Teste t independente.

Nota: \bar{X} = média; DP= Desvio-padrão; NPB= Necessidade Psicológicas Básica.

DISCUSSÃO

A presente investigação objetivou comparar a percepção de desenvolvimento de habilidades para a vida e satisfação das necessidades psicológicas básicas (NPB) de atletas brasileiros universitários em função do sexo, faixa etária, tipo de modalidade, tipo de instituição, incentivo financeiro e classificação. Os achados evidenciaram que atletas do sexo masculino (Tabela 1) e que recebem algum tipo de remuneração (Tabela 5) percebem-se mais autônomos para a realização de sua prática esportiva. De acordo com a Teoria da Autodeterminação¹², a necessidade de autonomia refere-se à capacidade do indivíduo de sentir que pode exercer controle sobre as suas decisões e ações. Nesse sentido, podemos inferir que dentro do contexto universitário brasileiro os atletas do sexo masculino e atletas que

recebem algum tipo de remuneração apresentam maior motivação por prazer e sentimento de estar fazendo o que gosta, quando comparados às atletas universitárias e atletas que não recebem nenhum tipo de incentivo.

Em relação às comparações das dimensões de habilidades para a vida em função do sexo em atletas universitários brasileiros (Tabela 1) revelaram-se semelhanças na percepção de atletas do sexo masculino e feminino. Tais achados demonstram que os atletas universitários brasileiros de ambos os sexos parecem estar desenvolvendo habilidades para a vida através das suas práticas esportivas. Freire et al⁵ observaram em jovens praticantes de modalidades individuais que o sexo não influenciou na percepção de desenvolvimento de habilidades para a vida. Diante desse contexto, os achados encontrados na presente investigação

corroboram a literatura atual demonstrando que o sexo não é fator interveniente no desenvolvimento de habilidades para a vida em atletas universitários^{25,26}.

Quando os atletas universitários foram estratificados por faixa etária (Tabela 2), tipo de esporte (Tabela 3) e desempenho (Tabela 6), foram observados elevados valores nas dimensões da satisfação das NPB independente de sua faixa etária, tipo de modalidade e desempenho que indica que os atletas universitários valorizam os aspectos de suas próprias habilidades (competência), senso de prazer e de estar fazendo o que gosta (autonomia) e o laços afetivos, comportamentais (relacionamento) em seus ambientes esportivos. Nesse contexto, atletas que se sentem satisfeitos com suas necessidades são capazes de se engajar em sua prática e regular sua motivação para níveis mais autodeterminados, onde o indivíduo realiza determinada atividade pelo prazer e satisfação. Estudos apontam que a satisfação das três necessidades é um fator preditor para resultados positivos, tais como motivação autodeterminada, prazer e intenções de continuidade na prática esportiva^{12,18,27}.

Na avaliação da percepção de desenvolvimento de habilidades para a vida em função da faixa etária (Tabela 2) e modalidade (Tabela 3), foram observadas diferenças entre os grupos de atletas. Os resultados evidenciaram que os atletas universitários mais jovens reportaram maior controle do tempo quando comparados aos atletas universitários mais velhos. Assim,

podemos inferir que os jovens atletas demonstram mais a habilidade de gerir o tempo entre atividades esportivas e universitárias do que atletas mais velhos^{28,29}. Em relação à modalidade, os atletas praticantes de modalidades coletivas apresentaram maior percepção de trabalho em equipe quando comparados aos atletas de modalidades individuais. Por outro lado, os atletas de modalidades individuais apresentam maior percepção de estabelecimento de metas. Esses achados podem ser explicados por meio da teoria do desenvolvimento positivo de jovens, em que é demonstrado que as vivências oriundas da prática esportiva irá favorecer o desenvolvimento de habilidades pessoais, sociais, cognitivas, liderança, empatia, companheirismo, criatividade e inteligência em longo prazo, algumas em maior evidência dependendo da característica da modalidade e do programa onde o jovem estiver inserido^{30,31}.

A análise da comparação em função do tipo de instituição (Tabela 4) revelou que, mesmo sem diferença significativa, os atletas universitários, independente do tipo de IES (públicas ou privadas) se apresentam mais competentes, autônomos e com bom relacionamento com os envolvidos na sua prática esportiva. Nesse sentido, de acordo com a TAD quando as três necessidades psicológicas básicas retribuem o indivíduo, maiores são os comportamentos movidos pela satisfação interna de realizar a tarefa proposta dentro do treino e/ou jogo^{11,12}. Assim, independente da idade quando o ambiente onde este indivíduo está inserido

reforça este senso de pertencimento, maior é a probabilidade de ele permanecer no esporte e internalizar valores sociais^{11,12}.

Em relação à percepção de desenvolvimento de habilidades para a vida os atletas universitários de instituição privada (Tabela 4) e que recebem alguma remuneração (Tabela 5) apresentam maior percepção de desenvolvimento de habilidades para a vida. Tais achados permitem a compreensão de que a prática regular de esportes com algum tipo de incentivo financeiro (bolsas de estudos, salários etc.) e em que a prática esportiva é voltada mais para o desempenho (IES privadas) parece favorecer a percepção dos atletas universitários a respeito do desenvolvimento das habilidades para a vida. Especificamente o trabalho em equipe, habilidades sociais, liderança, comunicação e escore global. Assim, os achados encontrados da presente investigação corroboram os encontrados na literatura, demonstrando que o incentivo financeiro e a prática voltada para o desempenho são um precursor no desenvolvimento de habilidades para a vida entre atletas universitários.

Com base nisso, sabe-se que a prática esportiva promove uma série de benefícios que incluem melhora da qualidade de vida, autoestima, aquisição de valores morais e redução de sintomas depressivos. Nesta perspectiva, investigações apontam efeitos positivos entre a satisfação das NPB e bem-estar psicológico, indicando que indivíduos satisfeitos com suas NPB possuem maiores

chances de desenvolver uma vida mais saudável^{32,33}. Quanto às habilidades para a vida, os achados indicam que as aquisições dessas habilidades podem favorecer no sucesso educacional, profissional, juntamente com a melhoria da saúde³⁴.

Por fim, apesar das novas contribuições para literatura, o presente estudo apresenta algumas limitações que valem ser destacadas. Primeiro, por se tratar de um estudo transversal, os dados obtidos não permitem inferências de causalidade. Nesse sentido, futuras investigações devem considerar a possibilidade da realização de investigações de delineamento experimental, em que as variáveis poderiam ser mais bem controladas. A segunda limitação se refere ao número reduzido da amostra, o que não permite a generalização dos dados para a população de atletas universitários. Porém, vale salientar que os atletas investigados foram os atletas universitários de maior nível competitivo do Brasil, representantes de todas as regiões do país. Por último, destaca-se que não foram investigadas as demais experiências vivenciadas pelos jovens em outros contextos (por exemplo, acadêmico) e sabe-se que todas as experiências cotidianas podem influenciar o desenvolvimento de habilidades para a vida e na satisfação das NPB. Assim, futuras investigações devem realizar estudos longitudinais, os quais poderiam avaliar a influência de diferentes contextos e de seus agentes sociais no desenvolvimento de habilidades para a vida e na satisfação das NPB.

Como implicações práticas, o estudo pode auxiliar os profissionais que atuam no esporte, por meio de evidências que comprovam que o ambiente esportivo pode ser utilizado como uma ferramenta educacional no processo de formação acadêmica. Neste sentido, faz-se necessário ampliar as discussões teóricas e adicionar disciplinas nos cursos de formação de professores e treinadores acerca da importância da sistematização esportiva. Essas ações podem contribuir com a atuação de profissionais, que constroem um contexto esportivo pautado na satisfação das NPB e que favoreçam o desenvolvimento de habilidades para a vida, refletindo no desenvolvimento positivo de atletas universitários.

CONCLUSÃO

Conclui-se que os atletas universitários, independentemente do tipo de instituição e desempenho na competição, demonstraram satisfação com suas necessidades psicológicas básicas e alta percepção de desenvolvimento de habilidades para a vida dentro dos contextos esportivos onde estão inseridos. Atletas universitários do sexo masculino e que recebem algum tipo de incentivo financeiro demonstraram se perceber mais autônomos. Em relação às habilidades para a vida, os atletas universitários mais velhos, de instituição privada, que recebem incentivo financeiro apresentam maior percepção de desenvolvimento de habilidades para a vida dentro do esporte. Assim, do ponto de vista

prático, é fundamental que profissionais envolvidos no contexto universitário proporcionem experiências esportivas positivas para que os atletas, uma vez que tais experiências atuam como uma ferramenta promotora da satisfação das NPB e no desenvolvimento das habilidades para a vida no contexto esportivo universitário.

REFERÊNCIA

1. Quinaud RT, Possamai K, Gonçalves, CE, Capranica L, Carvalho HM. Variação da identidade do estudante-atleta de elite: análise nos Jogos Universitários Brasileiros. *Rev Bras de Psicol do Esporte*. 2020; 10(4), 431-448.
2. Quinaud, RT, Fernandes A, Goncalves CE, Carvalho HM. Student-athletes' motivation and identity: Variation among Brazilian and Portuguese university student-athletes. *Psychol. Reports*. 2020; 123(5), 1703-1723.
3. Stambulova NB, Engström C, Franck A, Linnér L, Lindahl K. Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychol. Sport Exerc*. 2015; 21, 4–14. doi:10.1016/j.psychsport.2014.08.009.
4. Hodge K, Danish S. Promoting life skills for adolescent males through sport. *Handbook of Counseling Boys and Adolescent Males: A Practitioner's Guide*. 1999; 55–72. <https://doi.org/10.4135/9781452220390>.
5. Gould D, Carson S. The relationship between perceived coaching behaviours and developmental benefits of high school sports participation. *Hel. J. Psychol*. 2010; 7,

- 298–314.
<https://doi.org/10.1080/17509840701834573>.
6. Sackett SC, Gano-Overway LA. Coaching life skills development: Best practices and high school tennis coach exemplar. *International Sport Coaching Journal*. 2017; 4(2), 206–219.
 7. Camiré M, Santos F. Promoting positive youth development and life skills in youth sport: Challenges and opportunities amidst increased professionalization. *J. of Sport Pedagogy Res*. 2019; 5(1), 27–34.
 8. Mossman GJ, Cronin LD. Life skills development and enjoyment in youth soccer: The importance of parental behaviours. *J. of Sports Sciences*. 2019; 37(8), 850–856.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1530580>.
 9. Nascimento Junior JRDAD, Freire GLM, Moraes JFVND, Fortes LDS, Oliveira DVD, Cronin LD. Does life skills development within sport predict the social behaviours and sports values of youth futsal players?. *Int. J. of Sport and Exerc. Psychol*. 2021; 1-15.
 10. Hodge K, Danish S, Martin J. Developing a conceptual framework for life skills interventions. *The Couns. Psychol*. 2013; 41(8), 1125–1152.
 11. Ryan RM, Deci EL. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. Guilford. 2017.
 12. Rigby CS, Ryan RM. Self-determination theory in human resource development: New directions and practical considerations. *Advances in Developing Human Resources*. 2018; 20(2), 133–147.
<https://doi.org/10.1177/1523422318756954>.
 13. Deci EL, Ryan RM. Self-determination theory. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology*. 2012; (p. 416–436). Sage Publications Ltd.
<https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21>.
 14. Hodge K, Danish S, Forneris T, Miles A. Life skills and basic psychological needs. *Pos. Youth Dev. through sport*. 2016; 45-56.
 15. Cronin LD, Marchant D, Allen J, Mulvenna C, Cullen D, Williams G, Ellison P. Students' perceptions of autonomy-supportive versus controlling teaching and basic need satisfaction versus frustration in relation to life skills development in PE. *Psychol. of Sport and Exerc*. 2019; 44, 79–89.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.05.003>.
 16. Cronin, LD, Marchant D, Johnson, L, Huntley E, Kosteli MC, Varga J, Ellison P. Life skills development in physical education: A self-determination theory-based investigation across the school term. *Psychol. of Sport and Exerc*. 2020; 10(1), 7–11.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101711>.
 17. Nascimento Junior JRDAD, Freire GLM, Moraes JFVND, Fortes LDS, Oliveira, DVD, Cronin LD. Does life skills development within sport predict the social behaviours and sports values of youth futsal players?. *Inter. J. of Sport and Exerc. Psychol*. 2021; 1-15.
 18. Freire GLM, Silva AA, Moraes JFVN, Costa NLG, Oliveira DV, Nascimento Junior JRA. Do age and time of practice predict the development of

- life skills among youth futsal practitioners?. *Cuad. Psicol Deporte*. 2021; 21(1), 135-145.
19. Pierce S, Gould D, Camiré M. Definition and model of life skills transfer. *Int. Ver. Sport and Exerc. Psychol*. 2017; 10(1), 186–211. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1199727>.
20. Cronin LD, Allen J. Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychol. of Sport and Exerc*. 2017; 28, 105-119.
21. Nascimento Junior JRAD, Fortes LDS, Freire GLM, Oliveira DVD, Fiorese L, Cronin LD. Cross-Cultural Adaptation and Psychometric Properties of the Portuguese Version of the Life Skills Scale for Sport. *Measur. in Phys. Educ. and Exerc. Sci*. 2019; 1-14.
22. Ng JY, Lonsdale C, Hodge K. The Basic Needs Satisfaction in Sport Scale (BNSSS): Instrument development and initial validity evidence. *Psychol. Sport and Exerc*. 2011; 12(3), 257–264. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.10.006>.
23. Nascimento Junior JRAD, Vissoci JRN, Vieira LF. Psychometric properties of the Brazilian Version of the Basic Needs Satisfaction in Sport Scale (BNSSS). *Psicologia: Teo. e Pesq*. 2018; 34(2) 25–35.
24. Cohen J. A power primer. *Psychological Bulletin*. 1992; 112(1), 155–195.
25. Freire GLM, Souza Neto AC, Cruz Santos M, Tavares JET, Oliveira DV, Nascimento Junior JRA. Development of life skills in adolescents who practice individual sports. *R. Soc. and Dev*. 2020; 9(8), 154985557.
26. Camire M, Rathwell S, Turgeon S, Kendellen K. Coach -athlete relationships, basic psychological needs satisfaction and thwarting, and the teaching of life skills in Canadian high school sport. *Int. J. Sports Sci & Coaching*. 2019; 14(5), 591-606. <https://doi.org/10.1177/1747954119869542>.
27. Nascimento Júnior JRAD, Granja CTL, Silva AA, Sousa Fortes L, Gonçalves MP, Oliveira DV, Fiorese L. Associação entre as necessidades psicológicas básicas de autodeterminação e a percepção de coesão de grupo em atletas de futsal de alto rendimento. *Rev. Bras. Cineantropom. e Desempenho Hum*. 2019; 21, e57369-e57369.
28. Holt NL, Neely KC, Slater LG, Camiré M, Côté J, Fraser-Thomas J, et al. A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *Int. Rev. of Sport and Exerc. Psychol*. 2017; 10(1), 1-49.
29. Rigoni, PAG., Belem, IC, Vieira LF. Systematic review on the impact of sport on the positive youth development of high performance athletes. *J Phys. Educ*. 2018; 28.
30. Bruner MW, Balish SM, Forrest, C., Brown, S., Webber, K., Gray, E., .& . . Shields, C. A. Ties that bond: youth sport as a vehicle for social identity and positive youth development. *R. Quart. for Exerc. and Sport*. 2017; 88(2), 209-214.
31. Ciocanel O, Power K, Eriksen A, Gillings, K. Effectiveness of positive youth development interventions: A meta-analysis of randomized controlled trials. *J. Youth and Adolesc*. 2017; 46(3), 483-504.
32. Leversen, I, Danielsen, AG, Birkeland, MS, Samdal, O. (2012). Basic

psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction. *J. of youth and adolesc.*, 2012, 41(12), 1588-1599.

33. Deci, EL, Ryan, RM. The " what " and " why " of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychol. inquiry*, 2000; 11(4), 227-268.
34. Steptoe, A., & Wardle, J. Life skills, wealth, health, and wellbeing in later life. *Proceedin of the National Acad of Sci*, 2017; 114(17), 4354-4359.