

**INVESTIGAÇÃO DOS NÍVEIS DE RESILIÊNCIA PSICOLÓGICA E CORAGEM
ACADÊMICA DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS COM BASE EM
DETERMINADOS PARÂMETROS**

***INVESTIGACIÓN SOBRE LOS NIVELES DE RESISTENCIA PSICOLÓGICA Y
VALENTÍA ACADÉMICA DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS A PARTIR DE
DETERMINADOS PARÁMETROS***

***INVESTIGATION OF MENTAL TOUGHNESS AND ACADEMIC COURAGE LEVELS
OF UNIVERSITY STUDENTS BASED ON SOME PARAMETERS***



Gamze GÜNEY¹

e-mail: gamzeguney@ardahan.edu.tr



Osman IMAMOĞLU²

e-mail: osmani55@hotmail.com



Ayşe DEMİR³

e-mail: ayse.demir@dicle.edu.tr

Como referenciar este artigo:

Güney, G., Imamoğlu, O., & Demir, A. (2026). Investigação dos níveis de resiliência psicológica e coragem acadêmica de estudantes universitários com base em determinados parâmetros. *Revista on line de Política e Gestão Educacional*, 30(esp2), e026068. <https://doi.org/10.22633/rpge.v30iesp2.21348>



| **Submetido:** 10/04/2026

| **Revisões requeridas em:** 15/04/2026

| **Aprovado em:** 23/05/2026

| **Publicado em:** 01/08/2026

Editor: Prof. Dr. Sebastião de Souza Lemes

Editor Adjunto Executivo: Prof. Dr. José Anderson Santos Cruz

¹ Universidade de Ardahan, Ardahn – Turquia. Professor Associado, Faculdade de Ciências do Esporte, Departamento de Formação de Treinadores.

² Universidade Yaşar Doğu Prof. Dr. Ondokuz Mayıs, Samsun – Turquia. Faculdade de Ciências do Esporte, Departamento de Gestão Esportiva.

³ Universidade de Dicle, Diyarbakır – Turquia. Professor Associado, Faculdade de Educação Física e Esportes, Departamento de Gestão Esportiva.

RESUMO: Este estudo investiga os níveis de resiliência psicológica e coragem acadêmica de estudantes universitários em relação a determinados parâmetros. Foram utilizados o Inventário de Resiliência Psicológica no Esporte e a Escala de Coragem Acadêmica. Para a análise estatística, foram empregados teste *t* para amostras independentes, ANOVA unidirecional e teste LSD. Os níveis de resiliência psicológica diferiram significativamente segundo o gênero ($p < 0,001$), e também houve diferenças em comprometimento, controle e escore total entre categorias de idade, exceto na subdimensão confiança ($p < 0,05$). Estudantes atletas da Faculdade de Ciências do Esporte apresentaram diferenças significativas na resiliência psicológica segundo os anos de experiência esportiva ($p < 0,05$ e $p < 0,001$). Recomenda-se ampliar a amostra, incluindo estudantes de diferentes universidades, com e sem formação esportiva.

PALAVRAS-CHAVE: Coragem acadêmica. Resiliência psicológica. Gênero. Estudantes universitários. Experiência esportiva.

RESUMEN: Este estudio investiga los niveles de resistencia psicológica y valentía académica de estudiantes universitarios en relación con determinados parámetros. Se utilizaron el Inventario de Resistencia Psicológica en el Deporte y la Escala de Valentía Académica. Para el análisis estadístico se emplearon la prueba *t* para muestras independientes, ANOVA de una vía y prueba LSD. Los niveles de resistencia psicológica difirieron significativamente según el género ($p < 0,001$), y también se observaron diferencias en compromiso, control y puntuación total entre categorías de edad, excepto en la subdimensión confianza ($p < 0,05$). Los estudiantes atletas de la Facultad de Ciencias del Deporte mostraron diferencias significativas en resistencia psicológica según los años de experiencia deportiva ($p < 0,05$ y $p < 0,001$). Se recomienda ampliar la muestra, incluyendo estudiantes de distintas universidades, con y sin formación deportiva.

PALABRAS CLAVE: Valentía académica. Resistencia psicológica. Género. Estudiantes universitarios. Experiencia deportiva.

ABSTRACT: This study investigates the levels of mental toughness and academic courage among university students in connection with certain parameters. The Sports Mental Toughness Inventory and Academic Courage Scale were used in this study. While performing the statistical analysis, independent *t*-tests, one-way ANOVA, and LSD tests were used. University students' mental toughness levels differed significantly based on gender ($p < 0.001$) while there was also a significant difference in commitment, control, and total mental toughness scores across age categories, with the exception of the confidence sub-dimension ($p < 0.05$). Athlete students in the Faculty of Sport Sciences showed substantial differences in mental toughness across confidence, control, and commitment sub-dimensions, as well as total score, based on their years of sports experience ($p < 0.05$ and $p < 0.001$). It is suggested that this study be conducted with a bigger sample size, including students who receive and do not receive sports instruction from various universities.

KEYWORDS: Academic courage. Mental toughness. Gender. University students. Sports Experience.

INTRODUÇÃO

A resistência mental no esporte é definida como a capacidade dos atletas de lidar com o estresse e a tensão em situações competitivas e estressantes, se recuperar, manter a confiança e ter um desempenho de alto nível, apesar de todas as adversidades (Jones et al., 2007). Atletas mentalmente fortes são mais competitivos, determinados e capazes de se motivar sob pressão, mantendo e aumentando assim sua motivação. Eles tendem a manter altos níveis de autoestima mesmo após um fracasso (Crust & Clough, 2011). Quando se trata de igualdade física, um dos fatores mais importantes para o sucesso é a resistência mental (Graham et al., 2002). Os atletas devem manter a resiliência mental diante de emoções negativas, incluindo baixo desempenho, desconforto e estresse no ambiente esportivo (Altıntaş, 2015).

A resistência mental é dividida em quatro componentes: controle, desafio, comprometimento e confiança. Confiança é ter fé nos próprios talentos, sem permitir que os adversários causem medo. Indivíduos com um senso de confiança têm a capacidade de concluir tarefas, assumir responsabilidades, envolver-se em atividades, acreditar em suas habilidades e confiar na capacidade de derrotar um adversário, mesmo em condições adversas (Güvendi et al., 2018). O comprometimento pode ser definido como a capacidade de um atleta de assumir a responsabilidade por suas próprias metas, concentrar-se e lutar (Güvendi et al., 2018). O desafio consiste em reconhecer possíveis riscos em circunstâncias em constante mudança e transformá-los em oportunidades de progresso pessoal. O comprometimento é o esforço contínuo para ter sucesso, apesar dos obstáculos no caminho rumo às nossas metas. É descrito como o conceito de que as pessoas podem conduzir os eventos que enfrentam na direção desejada. Controle é a capacidade de gerenciar várias tarefas enquanto se mantém o autocontrole. Embora treinadores e cientistas compreendam a relevância da resistência mental para o desempenho de ponta, os pesquisadores apenas começaram a prestar atenção especial a esse fenômeno enigmático (Cesur, 2019). De acordo com estudos, a resistência mental de um atleta está correlacionada com seu nível de desempenho (Tran, 2021). De acordo com um estudo de Aditya et al. (2024), a resiliência mental é importante para lidar com o estresse e a tensão durante atividades esportivas.

Altıntaş (2023) define coragem como a disposição para assumir riscos, enfrentar tarefas difíceis e perseverar diante das adversidades. A coragem tem sido associada a diversas variáveis organizacionais, incluindo o bem-estar dos funcionários, a responsabilidade social corporativa e a lealdade, o apoio social, a liderança ética, a colaboração em equipe, o comportamento de cidadania organizacional e o desempenho profissional. Foram identificadas mais de 50

variedades diferentes de coragem, que vão desde formas amplamente reconhecidas, como coragem física, coragem moral e coragem social, até distinções mais especializadas, como coragem emocional, coragem de elogiar e coragem intelectual (Mert, 2024). A coragem criativa, mais comum em atividades intelectuais e artísticas, permite que as pessoas ultrapassem limites e explorem novas ideias (Glade-Wright & Smyth, 2023). A coragem está associada a resultados favoráveis de adaptação tanto em crianças quanto em adultos, incluindo autoeficácia geral, satisfação no trabalho, persistência na carreira e afeto positivo (Crede et al., 2017). É provável que a coragem responda a intervenções escolares, melhorando assim o desempenho dos alunos. Como resultado, estão surgindo ideias para intervenções escolares que promovam a coragem dos alunos (Kirchgasler, 2018).

Na última década, a coragem tem sido associada ao sucesso acadêmico entre crianças, adolescentes e estudantes universitários. Inúmeras pesquisas empíricas identificaram uma ligação entre coragem e desempenho acadêmico em populações em idade universitária (Strayhorn, 2014; Wolters & Hussain, 2015). Além disso, a coragem acadêmica tem demonstrado validade incremental além da coragem genérica. De acordo com Clark e Malecki (2019), a coragem pode desempenhar um papel significativo na previsão do desempenho acadêmico entre adolescentes. A coragem esportiva está especialmente ligada à autoconfiança, à disposição para assumir riscos, à assertividade, ao domínio da habilidade, ao comportamento altruísta e à determinação em situações consideradas um tanto arriscadas pelo atleta (Konter, 2013).

No ambiente educacional atual, em constante mudança e expansão, a importância dos elementos psicológicos que influenciam o sucesso acadêmico dos estudantes universitários vem crescendo. Nesse contexto, a resiliência psicológica e a coragem acadêmica são fundamentais para a capacidade dos estudantes de lidar com desafios, suas atitudes em relação à aprendizagem e as estratégias de enfrentamento que adquirem para lidar com os fatores estressantes que enfrentam em suas vidas acadêmicas. Indivíduos com alta resiliência mental são mais resistentes aos desafios acadêmicos, mas os alunos com alta coragem acadêmica demonstram entusiasmo por aprender e disposição para assumir riscos acadêmicos, apesar do medo de cometer erros.

Compreender como esses dois conceitos variam de acordo com variáveis demográficas e individuais é fundamental para aprimorar os ambientes educacionais e elaborar programas de apoio aos alunos. Assim, este estudo avalia os níveis de resiliência mental e coragem acadêmica

de estudantes universitários por meio de indicadores específicos, com o objetivo de contribuir para o campo da educação por meio de suas descobertas.

Neste artigo, o uso de um indicador de resiliência mental originalmente desenvolvido no campo do esporte não é tratado como uma conversão direta do desempenho esportivo em desempenho acadêmico. Em vez disso, ele é utilizado como uma ponte analítica para examinar se os recursos psicológicos comumente discutidos nas ciências do esporte — especialmente confiança, controle e comprometimento — podem ajudar a interpretar como os estudantes universitários lidam com as exigências acadêmicas, a incerteza, o risco de fracasso e a persistência em contextos de aprendizagem. Essa transposição se justifica porque estudantes universitários que também são atletas enfrentam pressões tanto relacionadas ao esporte quanto acadêmicas; no entanto, ela requer cautela conceitual, uma vez que a coragem acadêmica é um construto vinculado especificamente à participação educacional, à disposição para assumir riscos acadêmicos e ao envolvimento com tarefas de aprendizagem.

Por esse motivo, o estudo não parte do pressuposto de que a resiliência mental e a coragem acadêmica sejam conceitos equivalentes. Em vez disso, questiona se eles variam de acordo com parâmetros demográficos e relacionados ao esporte e se apresentam associação estatística nesta amostra. As questões de pesquisa que orientam o estudo são: (i) Quais são os níveis de resistência mental e coragem acadêmica entre estudantes universitários matriculados em uma Faculdade de Ciências do Esporte? (ii) A resistência mental e a coragem acadêmica diferem de acordo com gênero, idade, anos de experiência esportiva, tipo de esporte e status amador ou profissional/nacional? (iii) Existe uma relação significativa entre as subdimensões da resistência mental esportiva e da coragem acadêmica?

Assim, o objetivo do estudo é investigar os níveis de resiliência mental e coragem acadêmica entre estudantes universitários e examinar se um construto psicológico derivado do esporte oferece valor interpretativo para a compreensão das disposições acadêmicas no contexto do ensino superior. A contribuição esperada não é substituir indicadores educacionais por métricas de desempenho esportivo, mas testar os limites e as possibilidades de diálogo entre a psicologia do esporte e a pesquisa educacional, especialmente para a elaboração de estratégias de apoio aos estudantes voltadas para a persistência, a confiança e o enfrentamento de desafios acadêmicos.

MÉTODO

O estudo incluiu estudantes da Faculdade de Ciências do Esporte Yaşar Doğu, da Universidade Ondokuz Mayıs, que participaram de competições amadoras ou profissionais/nacionais. Todos os estudantes foram selecionados entre aqueles que cursavam a Faculdade de Ciências do Esporte e participavam de competições. A faixa etária dos estudantes variava de 18 a 30 anos; 114 eram mulheres e 135, homens.

Ferramentas de coleta de dados

Além do formulário de informações pessoais, foram utilizados o “Inventário de Resiliência Mental no Esporte” e a “Escala de Coragem Acadêmica”, de Altıntaş (2015), para a coleta de dados. Os questionários que não foram preenchidos na íntegra foram excluídos da avaliação.

O Inventário de Resiliência Mental no Esporte foi desenvolvido por Sheard et al. (2009); ele consiste em 3 subdimensões e 14 itens. A adaptação turca do inventário foi categorizada em confiança (itens 1, 5, 6, 11, 13 e 14), controle (itens 2, 4, 7 e 9) e comprometimento (itens 3, 8, 10 e 12) por Altıntaş e Bayar-Koruç (2017). A pontuação é feita em uma escala de Likert de 4 pontos (1 = completamente falso; 4 = completamente verdadeiro). Com base nas análises, os itens da dimensão “confiança” e os itens 3 e 12 são pontuados dessa forma, enquanto os demais itens devem ser pontuados de maneira oposta. As pontuações possíveis na escala variam de 14 a 56. Os coeficientes de consistência interna obtidos para todos os participantes deste estudo foram de 0,85 para a subdimensão “Confiança”, 0,80 para a subdimensão “Controle” e 0,53 para a subdimensão “Compromisso”.

A Escala de Coragem Acadêmica, desenvolvida por Okur et al. (2023), mede a motivação e a coragem acadêmicas e possui duas subdimensões e um total de 10 itens. As subdimensões são: incentivo focado no desafio (primeiros 5 itens) e incentivo focado no potencial (itens 6, 7, 8, 9 e 10). Trata-se de uma escala de classificação com 6 pontos (1 = Muito errado, na minha opinião; 2 = Errado, na minha opinião; 3 = Um pouco errado, na minha opinião; 4 = Um pouco certo, na minha opinião; 5 = Certo, na minha opinião; 6 = Muito certo, na minha opinião). A escala não possui itens reversos. A pontuação mínima possível é 10 e a máxima é 60. Pontuações mais altas nessa escala indicam que os participantes se sentem mais incentivados academicamente. Pontuações médias mais altas refletem maior coragem acadêmica (Clark & Malecki, 2019). O coeficiente de confiabilidade da escala para os dados foi de 0,93.

O estudo utilizou o pacote de *software* SPSS 27.00 para a análise estatística. O teste de Kolmogorov-Smirnov foi realizado para verificar se os dados apresentavam distribuição normal, tendo-se concluído que os dados apresentavam distribuição normal. O teste t para amostras independentes foi aplicado para comparações entre grupos emparelhados, e a análise de variância unidirecional (ANOVA) e os testes LSD foram utilizados para comparações entre mais de dois grupos.

Do ponto de vista ético, a decisão nº 2025-681 foi tomada de acordo com o tema “Investigação dos níveis de resiliência mental e coragem de estudantes universitários” na reunião nº 5, datada de 30 de maio de 2025, do Comitê de Ética em Pesquisa em Ciências Sociais e Humanas da Universidade Ondokuz Mayıs.

RESULTADOS

Tabela 1.

Comparação da resiliência mental de estudantes universitários por gênero

Escalas e dimensões	Gênero	N	Média	Desvio padrão	t	p
Confiança	Feminino	114	17,19	2,23	-10,12	<0,001**
	Masculino	135	20,23	2,47		
Compromisso	Feminino	114	10,93	2,19	-4,70	<0,001**
	Masculino	135	12,47	2,86		
Controle	Feminino	114	11,73	1,55	-6,62	<0,001**
	Masculino	135	13,16	1,81		
Resiliência mental	Feminino	114	39,85	3,99	-9,84	<0,001**
	Masculino	135	45,86	5,39		
Incentivo focado no desafio	Feminino	114	23,86	4,10	1,46	0,144
	Masculino	135	23,01	4,93		
Incentivo focado no potencial	Feminino	114	23,12	4,14	-0,26	0,748
	Masculino	135	23,27	4,62		
Incentivo acadêmico	Feminino	114	46,98	7,63	0,67	0,504
	Masculino	135	46,27	8,85		

Nota. Elaborada pelos autores.

Foi constatada uma diferença estatisticamente significativa em relação à resiliência mental de estudantes universitários com base no gênero ($p < 0,001$). Não foi constatada nenhuma diferença estatisticamente significativa em relação às subdimensões de incentivo acadêmico e aos escores totais da escala com base no gênero ($p > 0,05$).

Tabela 2.

Comparação da resiliência mental de estudantes universitários por faixa etária

Escalas e dimensões	Categoria idade	n	Média	Desvio padrão	F/LSD	p
Confiança	18-20 (1)	92	18,39	3,03	2,60	0,302
	21-25 (2)	118	18,95	2,68		
	26-30 (3)	39	19,56	2,46		

	Total	249	18,84	2,80		
Compromisso	18-20 (1)	92	11,24	2,62	4,31	0,014*
	21-25 (2)	118	11,87	2,60	3>1,2	
	26-30 (3)	39	12,69	2,82		
	Total	249	11,77	2,68		
Controle	18-20 (1)	92	12,54	1,61	4,84	0,009*
	21-25 (2)	118	12,22	2,00	3>1,2	
	26-30 (3)	39	13,26	1,63		
	Total	249	12,50	1,84		
Resiliência mental	18-20 (1)	92	42,17	4,99	4,95	0,008*
	21-25 (2)	118	43,04	5,87	3>1,2	
	26-30 (3)	39	45,51	5,88		
	Total	249	43,11	5,65		
Incentivo focado no desafio	18-20 (1)	92	23,62	4,03	0,19	0,824
	21-25 (2)	118	23,31	4,74		
	26-30 (3)	39	23,13	5,36		
	Total	249	23,40	4,58		
Incentivo focado no potencial	18-20 (1)	92	23,00	4,53	0,52	0,594
	21-25 (2)	118	23,14	4,31		
	26-30 (3)	39	23,85	4,43		
	Total	249	23,20	4,40		
Incentivo acadêmico	18-20 (1)	92	46,62	7,82	0,06	0,945
	21-25 (2)	118	46,46	8,44		
	26-30 (3)	39	46,97	9,17		
	Total	249	46,60	8,30		

Nota. Elaborada pelos autores. * $p < 0,05$.

Foi constatada uma diferença significativa nas pontuações de comprometimento, controle e resistência mental total dos alunos da Faculdade de Ciências do Esporte, excluindo a dimensão de confiança, com base em sua faixa etária ($p < 0,05$). Não foi constatada diferença estatisticamente significativa nas subdimensões de incentivo acadêmico e nas pontuações totais da escala com base na faixa etária ($p > 0,05$).

Tabela 3.

Comparação da resiliência mental de estudantes universitários de acordo com o número de anos de experiência esportiva

Escalas e dimensões	Anos de experiência esportiva	n	Média	Desvio padrão	F/LSD	p
Confiança	4 anos ou menos (1)	62	17,03	2,83	35,54	<0,001**
	5-8 anos (2)	83	18,41	2,07	1<2,3	
	9 anos ou mais (3)	104	20,26	2,57	2<3	
	Total	249	18,84	2,80		
Compromisso	4 anos ou menos (1)	62	10,53	2,16	9,44	<0,001**
	5-8 anos (2)	83	12,27	1,64	1<2,3	
	9 anos ou mais (3)	104	12,11	3,34		
	Total	249	11,77	2,68		
Controle	4 anos ou menos (1)	62	12,18	1,44	14,03	<0,001**
	5-8 anos (2)	83	11,89	1,75	1,2<3	
	9 anos ou mais (3)	104	13,18	1,90		
	Total	249	12,50	1,84		
Resiliência mental	4 anos ou menos (1)	62	39,74	4,84	25,18	<0,001**
	5-8 anos (2)	83	42,57	3,32	1<2,3	
	9 anos ou mais (3)	104	45,55	6,42	2<3	

	Total	249	43,11	5,65		
Incentivo focado no desafio	4 anos ou menos (1)	62	23,18	4,51	0,15	0,865
	5-8 anos (2)	83	23,59	4,13		
	9 anos ou mais (3)	104	23,38	4,98		
	Total	249	23,40	4,58		
Incentivo focado no potencial	4 anos ou menos (1)	62	22,98	4,10	0,20	0,817
	5-8 anos (2)	83	23,11	4,44		
	9 anos ou mais (3)	104	23,40	4,57		
	Total	249	23,20	4,40		
Incentivo acadêmico	4 anos ou menos (1)	62	46,16	7,93	0,12	0,891
	5-8 anos (2)	83	46,70	7,81		
	9 anos ou mais (3)	104	46,78	8,95		
	Total	249	46,60	8,30		

Nota. Elaborada pelos autores. * $p < 0,05$ ve ** $p < 0,001$.

A resiliência mental dos estudantes universitários apresentou diferenças significativas em termos de confiança, controle e comprometimento, bem como na pontuação total da escala, com base nos anos de experiência esportiva ($p < 0,05$ e $p < 0,001$). Não foram encontradas diferenças significativas nas subdimensões de incentivo acadêmico e na pontuação total com base nos anos de experiência esportiva ($p > 0,05$).

Tabela 4.

Comparação da resiliência mental de estudantes universitários por tipo de esporte

Escalas e dimensões	Tipo de esporte	N	Média	Desvio padrão	t	p
Confiança	Individual	120	18,74	2,21	-0,53	0,597
	Coletivo	129	18,93	3,27		
Compromisso	Individual	120	12,33	2,18	3,22	0,001**
	Coletivo	129	11,25	2,99		
Controle	Individual	120	12,29	1,83	-1,75	0,081
	Coletivo	129	12,70	1,83		
Resiliência mental	Individual	120	43,36	4,87	0,67	0,502
	Coletivo	129	42,88	6,30		
Incentivo focado no desafio	Individual	120	23,94	4,90	1,81	0,070
	Coletivo	129	22,89	4,22		
Incentivo focado no potencial	Individual	120	23,26	4,69	0,20	0,843
	Coletivo	129	23,15	4,13		
Incentivo acadêmico	Individual	120	47,20	8,83	1,10	0,271
	Coletivo	129	46,04	7,78		

Nota. Elaborada pelos autores.

Embora tenha sido observado um nível de significância de $p < 0,001$ em relação à pontuação de resiliência mental dos estudantes universitários com base no tipo de esporte, não foi encontrada diferença significativa nos itens confiança e controle, bem como na resiliência mental ($p > 0,05$). Não foi encontrada diferença significativa em relação às subdimensões de incentivo acadêmico e pontuação total com base no tipo de esporte ($p > 0,05$).

Tabela 5.

Comparação da resiliência mental de estudantes universitários com base no status de amador e profissional ou nacional

Escalas e dimensões	Status	N	Média	Desvio padrão	t	p
Confiança	Amador	177	18,49	2,94	-3,12	0,002*
	Profissional/Nacional	72	19,69	2,24		
Compromisso	Amador	177	11,63	2,63	-1,29	0,197
	Profissional/Nacional	72	12,11	2,79		
Controle	Amador	177	12,57	1,73	0,85	0,397
	Profissional/Nacional	72	12,35	2,07		
Resiliência mental	Amador	177	42,68	5,65	-1,87	0,063
	Profissional/Nacional	72	44,15	5,55		
Incentivo focado no desafio	Amador	177	23,21	4,72	-0,98	0,324
	Profissional/Nacional	72	23,85	4,20		
Incentivo focado no potencial	Amador	177	23,28	4,44	0,42	0,670
	Profissional/Nacional	72	23,01	4,33		
Incentivo acadêmico	Amador	177	46,49	8,46	-0,32	0,751
	Profissional/Nacional	72	46,86	7,96		

Nota. Elaborada pelos autores. * $p < 0,05$.

Não houve diferença significativa na resiliência mental dos estudantes universitários com base em seu *status* profissional ou nacional, exceto na dimensão da confiança ($p > 0,05$). Não foi encontrada diferença significativa nas subdimensões de incentivo acadêmico e pontuação total com base em sua condição de atleta amador ou profissional ($p > 0,05$).

Tabela 6.

A relação entre as subdimensões e o total da Escala de Resiliência Mental e entre as dimensões e o total da Escala de Coragem Acadêmica

		Incentivo focado no desafio	Incentivo focado no potencial	Incentivo acadêmico
Confiança	r	-,070	-,028	-,053
	p	,271	,663	,402
Controle	r	-,025	,015	-,006
	p	,695	,819	,925
Compromisso	p	-,051	-,001	-,029
	r	,426	,987	,654
Resiliência mental	r	-,063	-,007	-,039
	p	,322	,910	,544

Nota. Elaborada pelos autores.

Não foi encontrada nenhuma relação significativa entre as subdimensões e o total da escala de resiliência mental e as dimensões e o total da escala de coragem acadêmica ($p > 0,05$).

DISCUSSÃO

Os resultados devem ser interpretados à luz do objetivo específico do estudo: examinar se um conceito desenvolvido na psicologia do esporte pode contribuir para a discussão sobre as

disposições acadêmicas entre estudantes universitários, sem reduzir a vida acadêmica ao desempenho esportivo. Os resultados indicam que essa transposição é apenas parcial. A resiliência mental variou de acordo com diversos parâmetros relacionados ao esporte e demográficos, enquanto a coragem acadêmica permaneceu comparativamente estável nesses mesmos parâmetros. Esse padrão sugere que a experiência esportiva pode estar mais fortemente associada a recursos psicológicos específicos do esporte do que ao próprio incentivo acadêmico.

A escala de resiliência mental deste estudo tem uma pontuação máxima de 56 (Altıntaş & Bayar-Koruç, 2017). Neste estudo, as alunas obtiveram 39,85 pontos (71,16% da pontuação da escala), enquanto os alunos obtiveram 45,86 pontos (81,89% da pontuação da escala). Com base nesses resultados da escala, pode-se concluir que os estudantes de esportes na universidade apresentam um alto nível de resistência mental.

Uma pontuação alta na escala de coragem acadêmica indica forte coragem acadêmica (Clark & Malecki, 2019). A escala é composta por dez questões e, considerando que a resposta “muito correta” em cada questão vale seis pontos, a pontuação máxima possível é de sessenta. Neste estudo, as pontuações de coragem acadêmica das alunas foram de 46,98 (78,3% da pontuação máxima possível na escala), enquanto as dos alunos foram de 46,27 (77,12% da pontuação máxima possível na escala). Diante desses resultados, pode-se concluir que os alunos demonstram um alto nível de coragem acadêmica.

Pesquisas sugerem que os níveis de resistência mental permanecem consistentes entre os gêneros (Bayrakdaroglu, 2014; Çakmak, 2019; Gökmen, 2014; Peke, 2020; Türkoğlu, 2019; Maraşlı, 2018). Nicholls et al. (2008), Saavedra et al. (2018) e Masum (2014) descobriram que atletas do sexo masculino apresentavam níveis mais elevados de resistência mental do que atletas do sexo feminino. O estudo de Süleymanoğulları e Tozoğlu (2021) revelou que atletas do sexo masculino apresentavam níveis mais elevados de resistência mental na subdimensão “compromisso” em comparação com atletas do sexo feminino. O estudo de Cesuroğlu e Sadık (2025) demonstrou diferenças estatisticamente significativas entre os sexos nas variáveis Confiança e Compromisso. O estudo em questão indicou uma diferença substancial na resiliência mental entre estudantes universitários com base no gênero ($p < 0,001$). Os estudantes-atletas do sexo masculino apresentaram pontuações mais altas de resiliência mental do que as estudantes-atletas do sexo feminino. Ao contrário da resiliência mental, este estudo não encontrou diferenças estatisticamente significativas nas subdimensões de incentivo acadêmico e nas pontuações totais da escala por gênero ($p > 0,05$).

A pesquisa de Süleymanoğlu e Tozoğlu (2021) não encontrou diferença significativa nos índices de resistência mental entre as faixas etárias. De acordo com Cesuroğlu e Sadık (2025), atletas com maior tempo de treinamento apresentaram índices de resistência mental mais elevados em comparação com aqueles sem experiência ou com menor tempo de treinamento. As pontuações de comprometimento, controle e resiliência mental total dos estudantes universitários diferiram significativamente por faixa etária, com exceção do componente confiança ($p < 0,05$). A faixa etária de 26 a 30 anos apresentou pontuações de resiliência mental mais altas do que as outras duas faixas etárias (18 a 20 e 21 a 25). İslam et al. (2021) constataram uma diferença significativa na subdimensão de autoconfiança da Escala de Coragem Esportiva-31 (SCÖ-31) após análises da variável idade. Sugere-se que, à medida que a autoconfiança de um jogador de futebol aumenta, sua coragem também aumenta. Tayhan et al. (2020) descobriram que a coragem, uma das subdimensões da Escala de Tendências de Pensamento Criativo, permaneceu constante entre as faixas etárias. GÜvendi et al. (2018) constataram que os escores de coragem não variaram com a idade e identificaram uma diferença substancial nos níveis de coragem em função dos anos de experiência esportiva em seu estudo. Os autores não encontraram diferença estatisticamente significativa nas pontuações gerais das subdimensões da Escala de Incentivo Acadêmico — Incentivo Focado no Desafio, Incentivo Focado no Potencial e Incentivo Acadêmico — com base na idade ($p > 0,05$).

Este estudo constatou diferenças substanciais na resiliência mental dos estudantes competidores com base em sua tempo de prática esportiva, incluindo as subdimensões de confiança, controle e comprometimento, bem como na pontuação geral da escala ($p < 0,05$ e $p < 0,001$). Os estudantes com pelo menos nove anos de experiência esportiva obtiveram as pontuações mais altas. Observou-se que a resiliência mental dos atletas competitivos se fortalecia à medida que ganhavam mais experiência no esporte. No entanto, não houve variações significativas nas subdimensões da escala de incentivo acadêmico nem nas pontuações totais entre as categorias de tempo de prática esportiva ($p > 0,05$).

O estudo indicou uma diferença significativa ($p < 0,001$) na dimensão de comprometimento das pontuações de resistência mental dos estudantes universitários com base no tipo de esporte (esportes coletivos e individuais), mas nenhuma diferença significativa nas dimensões de confiança e controle e na resistência mental ($p > 0,05$). Da mesma forma, não foi constatada diferença significativa entre as subdimensões da escala de incentivo acadêmico e a pontuação total com base no tipo de esporte ($p > 0,05$).

Muitos estudos têm demonstrado que o sucesso está relacionado ao aprendizado do medo e da ansiedade, à eficácia de práticas baseadas na coragem, às habilidades de aprendizagem emocional e à coragem, à resiliência mental em função dos níveis de coragem e à coragem em atletas individuais e de equipe (İslam et al., 2021). Em sua pesquisa, Süleymanoğlu e Tozoğlu (2021) concluíram que os níveis de resistência mental dos atletas da seleção nacional eram mais elevados do que os dos atletas não selecionados em termos de confiança. Em muitos estudos, não foi encontrada relação significativa entre o status de atleta nacional e o nível de resistência mental (Akılveren, 2017; Gölge, 2019; Orhan, 2018; Çakmak, 2019; Dede, 2019). Neste estudo, a resiliência mental de estudantes universitários com base em seu *status* profissional/nacional não diferiu significativamente, exceto na dimensão de confiança ($p > 0,05$). Não foi encontrada diferença significativa nas subdimensões da escala de incentivo acadêmico e na pontuação total com base em seu status de atleta amador ou profissional ($p > 0,05$).

Altıntaş (2023) observou uma correlação positiva entre a coragem e todas as subdimensões do comportamento pró-social, mediada pela autocompaixão e pela resiliência. Nesta pesquisa, não foi estabelecida nenhuma relação significativa entre as subdimensões da escala de resistência mental e a escala geral, bem como entre as dimensões e o total da escala de Coragem Acadêmica. Assim, sugere-se que a resistência mental e a coragem acadêmica não são elementos separados do mesmo construto psicológico e que devem ser feitas distinções contextuais e conceituais. Pesquisas futuras devem examinar com mais detalhes as influências ambientais e as características individuais que afetam esses dois construtos.

Verificou-se que os estudantes universitários apresentam altos níveis de resistência mental e coragem acadêmica. Embora a resistência mental dos estudantes tenha variado de acordo com gênero, idade, tempo de prática esportiva e *status* competitivo (amador, profissional ou nacional), seus níveis de coragem acadêmica foram comparáveis. Não foi encontrada associação entre a resistência mental e a coragem acadêmica dos estudantes. Recomenda-se que este estudo seja realizado com uma amostra maior, incluindo tanto estudantes universitários quanto pessoas que atualmente não recebem treinamento esportivo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo investigou a resiliência mental e a coragem acadêmica entre estudantes universitários de uma Faculdade de Ciências do Esporte e examinou se parâmetros relacionados

ao esporte poderiam ajudar a explicar as variações nesses conceitos. Os resultados mostraram altos níveis tanto de resiliência mental quanto de coragem acadêmica na amostra. No entanto, os dois conceitos apresentaram comportamentos diferentes: a resiliência mental apresentou diferenças significativas de acordo com gênero, idade, anos de experiência esportiva e confiança relacionada ao *status* profissional/nacional, enquanto a coragem acadêmica não apresentou diferenças significativas de acordo com os parâmetros analisados.

A ausência de uma correlação significativa entre resiliência mental e coragem acadêmica é uma das principais conclusões do estudo. Isso indica que os recursos psicológicos medidos por um inventário de resiliência mental esportiva não podem ser automaticamente transferidos para o campo acadêmico como preditores de coragem acadêmica. Portanto, a contribuição do estudo reside precisamente em mostrar os limites dessa transposição: a experiência esportiva parece estar associada à confiança, ao controle e ao comprometimento no funcionamento psicológico relacionado ao esporte, mas essas dimensões não correspondem necessariamente a uma maior disposição para assumir riscos acadêmicos, persistir em tarefas acadêmicas ou enfrentar desafios de aprendizagem.

Do ponto de vista educacional, esses resultados sugerem que os programas de apoio aos alunos devem evitar partir do pressuposto de que alunos com alta resiliência mental relacionada ao esporte necessariamente demonstrarão maior coragem acadêmica. As intervenções no ensino superior devem levar em conta indicadores acadêmicos específicos do contexto e combiná-los, quando relevante, com conceitos psicológicos das ciências do esporte. Estudos futuros deveriam incluir estudantes de diferentes faculdades e universidades, comparar atletas e não atletas e utilizar indicadores educacionais mais amplos, como desempenho acadêmico, engajamento, retenção, aprendizagem autorregulada e percepção de apoio acadêmico. Essas medidas permitiriam avaliar com maior precisão a relação entre conceitos psicológicos derivados do esporte e o desenvolvimento acadêmico.

REFERÊNCIAS

- Aditya, R. S., Rahmatika, Q. T., Solikhah, F. K., AlMutairi, R. I., Alruwaili, A. S., Astuti, E. S., & Fadila, R. (2024). Mental toughness may have an impact on athletes' performance: Systematic review. *Retos*, 56, 328–337. <https://doi.org/10.47197/retos.v56.103768>
- Akılveren, P. (2017). *Investigation of athletes' motivational self-talk and mental toughness levels* [Master's thesis, Akdeniz University].
- Altıntaş, Ö. (2023). *Examining resilience, courage, self-compassion, and positive social behavior tendencies in adolescents from low socioeconomic backgrounds* [Master's thesis, Başkent University].
- Altıntaş, A. (2015). *The role of optimal performance emotional state, motivation level, and goal orientation in determining athletes' mental resilience* [Doctoral dissertation, Ankara University].
- Altıntaş, A., & Bayar-Koruç, P. (2017). Examining psychometric properties of the Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 27(4), 163–171. <https://doi.org/10.17644/sbd.311985>
- Bayrakdaroğlu, S. (2014). *Comparison of psychological resilience and self-understanding levels of taekwondo athletes with team athletes* [Master's thesis, Muğla Sıtkı Koçman University].
- Cesur, Ş. Ö. (2019). Examination of mental toughness levels of dart players. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(1), 28–36.
- Cesuroğlu, S., & Sadık, R. (2025). An investigation of the relationship between mental toughness and personality traits in basketball. *CBÜ Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 20(1), 192–208. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1523338>
- Clark, K. N., & Malecki, C. K. (2019). Academic Grit Scale: Psychometric properties and associations with achievement and life satisfaction. *Journal of School Psychology*, 72, 49–66. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2018.12.001>
- Credé, M., Tynan, M. C., & Harms, P. D. (2017). Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(3), 492–511.
- Crust, L., & Clough, P. (2011). Developing mental toughness: From research to practice. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2(1), 21–32.
- Çakmak, E. (2019). *The relationship between orienteering athletes' mental resilience levels and their success goals* [Master's thesis, Ege University].
- Dede, Y. E. (2019). *An investigation of the mental resilience of elite wrestlers* [Master's thesis, Adnan Menderes University].
- Glade-Wright, R., & Smyth, E. A. (2023). Metaphors for doctoral research: Fundamental tenets and creative courage. *TEXT*, 27(1), 1–14.

- Gökmen, B. (2014). *An examination of the relationship between psychological resilience and job satisfaction among special education school administrators: The case of Istanbul* [Master's thesis, Aydın University].
- Gölge, A. (2019). *Measuring the emotional states and mental resilience of taekwondo athletes: The case of Yozgat Province* [Master's thesis, Mehmet Akif Ersoy University].
- Graham, J., Hanton, S., & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 205–218.
- Güvendi, B., Türksoy, A., Güçlü, M., & Konter, E. (2018). An investigation of professional wrestlers' levels of courage and mental resilience. *International Journal of Sport, Exercise and Training Science*, 4(2), 70–78.
- İslam, A., Konter, E., & İmamoğlu, O. (2021). Futbolcuların zihinsel antrenmanlarına göre cesaret düzeyleri. In *Spor bilimlerinde araştırma ve değerlendirmeler* (Vol. 2, Bölüm 23).
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). A framework of mental toughness in the world's best performers. *The Sport Psychologist*, 21(2), 243–264.
- Kirchgasler, C. (2018). True grit? Making a scientific object and pedagogical tool. *American Educational Research Journal*. <https://doi.org/10.3102/0002831217752244>
- Konter, E. (2013). Towards a multidimensional-interactional model of sport courage. *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies*, 5(2), 957–968.
- Maraşlı, H. (2018). *An investigation of the relationship between mental resilience and mindful awareness levels among young handball players* [Master's thesis, Kütahya Dumlupınar University].
- Masum, R. (2014). Mixed-method analysis of mental toughness in elite and sub-elite male and female tennis players in Pakistan. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 1(6), 110–122. <https://doi.org/10.14738/assrj.16.555>
- Mert, İ. S. (2024). Types of courage. *Antalya Science University International Journal of Social Sciences*, 5(2), 85–116. <https://doi.org/10.54969/abuijss.1613864>
- Nicholls, A., Polman, R., Levy, A., & Backhouse, S. (2008). Mental toughness, optimism, pessimism and coping among athletes. *Personality and Individual Differences*, 44(5), 1182–1192. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.11.011>
- Okur, S., Ekşi, H., Demirci, İ., & Ekşi, F. (2023). Academic encouragement and academic wellbeing: Mediating roles of grit and hope. *Psychological Reports*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/00332941231181302>
- Orhan, S. (2018). *The relationship between emotional intelligence and mental resilience in individual and team athletes* [Master's thesis, Marmara University].

- Peke, K. (2020). *An investigation of orienteering participants' commitment to the sport and mental resilience* [Master's thesis, Istanbul Gelişim University].
- Saavedra, J. M., Kristjansdottir, H., Eerlingsdottir, A., & Sveinsson, G. (2018). Psychological skills, mental toughness and anxiety in elite handball players. *Personality and Individual Differences*, 134, 125–130. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.06.011>
- Sheard, M., Golby, J., & van Wersch, A. (2009). Progress toward construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 25(3), 186–193.
- Strayhorn, T. L. (2014). What role does grit play in the academic success of Black male collegians at predominantly White institutions? *Journal of African American Studies*, 18, 1–10.
- Süleymanoğulları, M., & Tozoğlu, E. (2021). *Curling sporcularının mental dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi*. *CBÜ Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 16(2), 112–121. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1012588>
- Tayhan, A., Çetinkaya, A., Özmen, D., Şahin Büyük, D., & Uyar, F. (2023). Comparison of creative thinking and cognitive flexibility levels among nursing students based on their academic achievement. *Hacettepe University School of Nursing Journal*, 10(1), 42–51. <https://doi.org/10.31125/hunhemsire.1273021>
- Tran, A. G. (2021). Looking forward to student-athlete mental health: Racial/ethnic trends from 2010 to 2015. *Journal of American College Health*, 69(8), 942–950. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1725018>
- Türkoğlu, F. (2019). *An investigation of the mental resilience of taekwondo athletes* [Master's thesis, Fırat University].
- Wolters, C. A., & Hussain, M. (2015). Investigating grit and its relations with college students' self-regulated learning and academic achievement. *Metacognition and Learning*, 10, 293–311.

CRediT Author Statement

- ☐ **Reconhecimentos:** Os autores agradecem aos participantes que se dispuseram a participar do estudo.
 - ☐ **Financiamento:** Não houve financiamento; os autores arcaram com os custos por conta própria.
 - ☐ **Conflitos de interesse:** Os autores declaram não ter conflitos de interesse.
 - ☐ **Aprovação ética:** O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Ciências Sociais e Humanas da Universidade Ondokuz Mayıs, por meio da decisão nº 2025-681, da 5ª reunião, datada de 30 de maio de 2025. Os participantes foram informados sobre o estudo e responderam ao questionário voluntariamente.
 - ☐ **Disponibilidade de dados e material:** Os dados que fundamentam as conclusões deste estudo estão disponíveis mediante solicitação aos autores.
 - ☐ **Contribuição dos autores:** Todos os autores participaram de forma igualitária de todo o processo de redação do artigo.
-

Processamento e edição: Editora Ibero-Americana de Educação
Revisão, formatação, normalização e tradução

