

UniCEUB
Faculdade de Ciências da Saúde – FACS
Curso: Psicologia
Monografia 2º / 2005

**ESTUDOS DE CASO DE JOVENS ATLETAS EM
FUNÇÃO DE UM PROGRAMA DE RETREINAMENTO DAS ATRIBUIÇÕES
CAUSAIS**

PALOMA VAZ DE MELLO
RA: 2012501/0

RESUMO

Esta monografia teve por objetivo analisar as diferentes formas de comportamento de quatro jovens atletas em função do programa de retreinamento das atribuições, sendo dois meninos, um integrante do grupo experimental e o outro do grupo controle, e duas meninas, ambas inseridas no grupo experimental, todos praticantes da modalidade esportiva ginástica olímpica. Foram relacionadas às performances dos atletas com os métodos de treinamento das atribuições a que foram submetidos com características psicológicas que expressaram durante este processo. Para a coleta de dados, foram utilizadas entrevistas, testes (CDS II, IMI, POSQ, EBAC e IEETE) e observações dos comportamentos relacionados com o método de retreinamento. Os resultados confirmam a importância da atribuição de causalidade na formação de um atleta e revelaram que, de uma forma geral, cada sujeito apresenta uma forma de lidar com os aspectos que envolvem a motivação pois, as variáveis que interferem na visão de cada um, são vindas de diversos e diferentes estímulos que, por sua vez, irão se configurar em cada sujeito de uma forma. Se observou que embora a metodologia baseada no retreinamento das atribuições foi bem sucedida, fatores contextuais e pessoais constituem com as razões pedagógicas para produzir um resultado final sob a forma de performance esportiva.

Palavras-chave: atribuição causal; jovens atletas; motivação; retreinamento.



FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE – FACS

CURSO: PSICOLOGIA

DISCIPLINA: MONOGRAFIA

**ESTUDOS DE CASOS DE JOVENS ATLETAS EM
FUNÇÃO DE UM PROGRAMA DE
RETREINAMENTO DAS ATRIBUIÇÕES CAUSAIS**

PALOMA VAZ DE MELLO

BRASÍLIA / DF
NOVEMBRO DE 2005

PALOMA VAZ DE MELLO

**ESTUDOS DE CASOS DE JOVENS ATLETAS EM
FUNÇÃO DE UM PROGRAMA DE
RETREINAMENTO DAS ATRIBUIÇÕES CAUSAIS**

Monografia apresentada como requisito parcial para conclusão do curso de Psicologia do UniCEUB – Centro Universitário de Brasília. Professor orientador Hiram Mario Valdés Casal.

BRASÍLIA / DF
NOVEMBRO DE 2005

Dedico esta monografia ao meu pai, minha mãe, minha irmã e ao meu namorado que me incentivaram pela busca do conhecimento.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus queridos e admiráveis pais Mauro e Maria Alice e à minha irmã Paulinha por me ajudarem a realizar esse sonho, por toda a atenção, dedicação e amor presentes em toda minha vida.

Ao Marcelo, meu namorado, pelo amor, carinho, companheirismo e apoio.

Ao meu orientador Dr. Hiram, que muito me fez crescer nessa caminhada, com toda a sua tranquilidade e sabedoria, que foram imprescindíveis e que, através de seus sábios conselhos, me incentivou a todo o momento.

À indescritível Rossana, por todo o apoio teórico e emocional, durante todos esses anos, que me proporcionou grandes lições como atleta, estudante e pessoa, e que muito me ajudou na confecção deste trabalho.

Aos técnicos, pessoas admiráveis, e aos atletas, pela colaboração.

Aos meus tios e amigos, por toda a torcida.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	1
1.1. Problema.....	3
1.2. Justificativa.....	3
1.3. Objetivos	3
1.3.1. Objetivo Geral.....	3
1.3.2. Objetivos Específicos.....	3
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	5
2.1. Motivação: contextualização	5
2.2. Motivação no Esporte	7
2.3. Atribuição Causal: Conceitos	11
2.4. Atribuição Causal: Contribuições Teóricas.....	12
2.5. Contribuições Teóricas Acerca da Atribuição de Causalidade.....	13
2.6. Fundamentos da Atribuição	15
2.7. Categorias Atribucionais	16
2.8. Amostra do Estudo de Benck.....	20
2.9. Coleta de Dados no Estudo de Benck	20
2.10. Estratégias Utilizadas no Estudo de Benck.....	21
2.10.1. Método para Seleção e Formação dos Grupos	21
2.10.2. Descrição das Estratégias de Retreinamento Atribucional	21
2.10.3. Tipo de Pesquisa do Estudo de Benck	25
2.10.4. Participantes do Estudo de Benck	25
3. MÉTODO.....	26
3.1. Tipo de Pesquisa	26
3.2. Participantes	26
3.3. Descrição dos Instrumentos.....	26

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	29
4.1. Análise Qualitativa do Discurso dos Ginastas Visando o Aprofundamento e a Discussão Teórica sobre os Resultados	29
4.2. Análise Individual dos Ginastas	29
4.3. Estudos dos Casos Analisados.....	29
4.3.1 Estudo Um: Atleta OM	29
4.3.2 Estudo Dois: Atleta BR	39
4.3.3. Estudo Três: Atleta CR	48
4.3.4. Estudo Quatro: Atleta FM	59
5. CONCLUSÃO	69
REFERÊNCIAS	72
APÊNDICES	74
APÊNDICE 1 – INVENTÁRIO EMOCIONAL PARA TAREFAS ESPORTIVAS – IEETE	75
ANEXOS	76
ANEXO 1 – INVENTÁRIOS	
ANEXO 2 – ESCALA BRASILEIRA DE ATRIBUIÇÃO CAUSAL	
ANEXO 3 – QUESTIONÁRIO SOBRE PERCEPÇÃO DE SUCESSO NO ESPORTE (POSQ-Adaptado)	
ANEXO 4 – INVENTÁRIO DE MOTIVAÇÃO INTRÍNSECA – IMI	
ANEXO 5 – FICHA DE ACOMPANHAMENTO DIÁRIO/OBSERVAÇÃO DO COMPORTAMENTO	
ANEXO 6 – DESCRIÇÃO DA HABILIDADE EM RODANTE FLIC MORTAL	
ANEXO 7 – DESCRIÇÃO DA HABILIDADE EM GRUPADINHO	
ANEXO 8 – DESCRIÇÃO DA HABILIDADE EM FLIC	
ANEXO 9 – DESCRIÇÃO DA HABILIDADE EM TESOURA	

LISTA DE TABELAS

Tabela 1– Descrição do rendimento do atleta OM	29
Tabela 2 – Descrição dos Valores da EBAC do Atleta OM	30
Tabela 3 – Descrição dos valores do POSQ do atleta OM	31
Tabela 4 – Descrição dos valores do IMI do atleta OM	32
Tabela 5 – Descrição do Discurso da Expectativa do Atleta OM	32
Tabela 6 – Descrição do Discurso da Relação Treinador/Atleta OM	33
Tabela 7 – Descrição do discurso da relação pais/atleta OM	34
Tabela 8 – Descrição do Discurso do Desempenho no Solo do Atleta OM	34
Tabela 9 – Descrição do Discurso de como o Atleta se Sente ao Treinar no Aparelho Cavallo com Alças.....	35
Tabela 10 – Descrição de como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício.....	35
Tabela 11 – Descrição do Discurso do Atleta para Reversão do seus Erros	36
Tabela 12 – Descrição do Discurso do Desempenho Geral do Atleta OM.....	36
Tabela 13 – Descrição do Discurso do Desempenho em Competição do Atleta OM.	37
Tabela 14 – Descrição do rendimento da atleta RB	38
Tabela 15 – Descrição dos valores da EBAC da atleta BR.....	39
Tabela 16 – Descrição dos Valores do POSQ da Atleta BR	40
Tabela 17 – Descrição dos valores do IMI da atleta BR.....	40
Tabela 18 – Descrição da Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira	41
Tabela 19 – Descrição da Relação do Atleta com o Treinador	42
Tabela 20 – Descrição do Desempenho da Atleta nas Paralelas.....	43
Tabela 21 – Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício	44
Tabela 22 – Descrição de Como se Sente Quando Consegue Fazer o Exercício	44
Tabela 23 – Descrição do Discurso do Atleta para Reversão do seus Erros	45
Tabela 24 – Descrição do Desempenho Geral da Atleta	46
Tabela 25 – Descrição Desempenho em Competição	46
Tabela 26 – Descrição dos Valores da EBAC da Atleta CR.....	48

Tabela 27 – Descrição dos Valores do POSQ da Atleta CR	49
Tabela 28 – Descrição dos Valores do IMI da Atleta CR	49
Tabela 29 – Descrição da Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira	50
Tabela 30 – Descrição da Relação com o Treinador	51
Tabela 31 – Descrição do Desempenho da Atleta na Trave	52
Tabela 32 – Descrição de Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício.....	53
Tabela 33 – Descrição do que Significa não Fazer o Exercício Bem	54
Tabela 34 – Descrição do Que a Atleta Faz para Reverter o que Sai Errado	55
Tabela 35 – Descrição do Desempenho Geral da Atleta	56
Tabela 36 – Descrição do Desempenho Geral da Atleta	56
Tabela 37 – Descrição do Rendimento do Atleta FM	58
Tabela 38 – Descrição dos Valores da EBAC do Atleta FM.....	59
Tabela 39 – Descrição dos Valores do POSQ do Atleta FM	60
Tabela 40 – Descrição dos Valores do IMI do Atleta FM	61
Tabela 41 – Descrição da Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira	62
Tabela 42 – Descrição da Relação do Atleta com o Treinador	62
Tabela 43 – Descrição da Relação dos Pais do Atleta com o Esporte.....	63
Tabela 44 – Descrição do Atleta no Cavalo com Alças.....	64
Tabela 45 – Descrição de Como o Atleta se Sente ao Treinar o Aparelho Cavalo com Alças	64
Tabela 46 – Descrição de Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício.....	65
Tabela 47 – Descrição do que o Atleta faz Para Reverter o que Sai Errado.....	65
Tabela 48 – Descrição do Desempenho Geral do Atleta	66
Tabela 49 – Descrição do Desempenho em Competição	66

LISTA DAS FIGURAS

Figura 1 – Modelo original de Weiner e colaboradores (1971/1987).....	14
Figura 2 – Modelo reformulado por Weiner (1979).....	15
Figura 3 – Três fatores-chaves na abordagem das metas de realização.....	16
Figura 4 – Esquema teórico de atribuição e realização motivacional.....	22

LISTA DE SIGLAS

CDS II – Causal Dimension Scale II.

CDS II-C – Causal Dimension Scale for Childrens.

EBAC – Escala Brasileira de Atribuição Causal.

IEETE – Inventário de Estado Emocional para tarefas Esportivas.

IMI – Inventário de Motivação Intrínseca.

POSQ – Questionário sobre Percepção de Sucesso no Esporte.

RESUMO

Esta monografia teve por objetivo analisar as diferentes formas de comportamento de quatro jovens atletas em função do programa de retreinamento das atribuições, sendo dois meninos, um integrante do grupo experimental e o outro do grupo controle, e duas meninas, ambas inseridas no grupo experimental, todos praticantes da modalidade esportiva ginástica olímpica. Foram relacionadas às performances dos atletas com os métodos de treinamento das atribuições a que foram submetidos com características psicológicas que expressaram durante este processo. Para a coleta de dados, foram utilizadas entrevistas, testes (CDS II, IMI, POSQ, EBAC e IEETE) e observações dos comportamentos relacionados com o método de retreinamento. Os resultados confirmam a importância da atribuição de causalidade na formação de um atleta e revelaram que, de uma forma geral, cada sujeito apresenta uma forma de lidar com os aspectos que envolvem a motivação pois, as variáveis que interferem na visão de cada um, são vindas de diversos e diferentes estímulos que, por sua vez, irão se configurar em cada sujeito de uma forma. Se observou que embora a metodologia baseada no retreinamento das atribuições foi bem sucedida, fatores contextuais e pessoais constituem com as razões pedagógicas para produzir um resultado final sob a forma de performance esportiva.

Palavras-chave: atribuição causal; jovens atletas; motivação; retreinamento.

1. INTRODUÇÃO

Um dos aspectos fundamentais que influenciam no bom desempenho de um atleta em sua carreira é a motivação. Para se aprofundar nesse tema, é necessário que se analisem os aspectos que dele se acercam, em razão de sua capital importância no contexto desportivo.

Cabral & Nick (2000) entende por motivação um complexo de fatores intrínsecos e extrínsecos que determinam a atividade persistente e dirigida para uma finalidade ou recompensa. Entre o fator variável e a finalidade situa-se o comportamento pessoal, a que a motivação conduz, e que adotará a forma de comportamento pessoal que está relacionado ao orgânico, emocional e sexual, ou a forma de um comportamento social que está ligado à realização, filiação e aprendizagem.

Samulski (2002) aponta que, dentro do contexto esportivo, a motivação está relacionada a um processo intencional e dirigido a uma meta que se sujeita à interação de fatores pessoais e de fatores situacionais.

A motivação intrínseca está relacionada a uma causa que vem de dentro da pessoa, a ela estão atreladas as expectativas, os motivos, as necessidades e os interesses do próprio sujeito, enquanto que a motivação extrínseca advém de uma necessidade externa, compreendendo-se as facilidades, as tarefas atraentes, os desafios e as influências sociais. A partir da interação desses princípios compreende-se a energia e a direção que o comportamento toma na prática desportiva. É válido ressaltar ainda que, segundo Samulski (2002), esses componentes são modificáveis no sujeito dependendo das necessidades e oportunidades atuais que ele estiver vivenciando.

A motivação no esporte de nível competitivo, segundo Weinberg & Gould (1999, p. 59) “refere-se ao esforço de uma pessoa com o fim de solucionar uma tarefa exigente, adquirir excelência esportiva, superar obstáculos, procurar e

demonstrar uma melhor performance do que outras pessoas e sentir-se orgulhoso mostrando seu talento” .

A forma como o indivíduo atribui conscientemente as bases de seu comportamento é a razão determinante de uma certa condição da pessoa que inicie e mantenha o seu comportamento, que o orienta na prática a uma dada tarefa e que defina a adequação de suas atividades e a consecução da tarefa (GRASH & ILLIONS).

A partir desse contexto, a atribuição de causalidade, que busca investigar a origem das funções e as conseqüências cognitivas e afetivas que acercam o comportamento (FONSECA & BRITO,2001), atua de forma decisória na performance do atleta. Fatores como o clima motivacional, as orientações às metas e a ansiedade estão diretamente relacionados à análise dessa condição motivadora do sujeito dentro da prática esportiva.

A influência dos pais, dos técnicos, dos companheiros de equipe, da torcida e da própria mídia formam o clima motivacional, constituindo-se na estrutura de recompensa que atua sobre o desportista, destacadamente as condutas de auto-superação ou as condutas de orientação à vitória.

A orientação às metas são características do sujeito construídas a partir do clima motivacional que irá definir a forma do atleta avaliar-se no seu desempenho, ou seja, como ele define sua habilidade. Existem dois tipos de orientações: ao ego e a tarefa. No atleta orientado a tarefa se volta para a auto-superação, enfatiza o esforço para obter sucesso, e sua motivação intrínseca é elevada. O orientado ao ego, o êxito vem a partir da vitória, que por si relaciona-se à habilidade e onde a motivação extrínseca é maior (BENCK, 2001).

A ansiedade apontada por Weinberg & Gould (2001) diz respeito à expressão de um estado emocional negativo caracterizado por nervosismo, preocupação e apreensão, e está associado com a ativação ou a agitação do corpo. Estão presentes nesse estado componentes de pensamento, que por sua vez está

atrelado ao cognitivo, a ativação física percebida (somática) e a traços de ansiedade. Essa alteração, quando não controlada, muitas vezes é responsável pelo baixo desempenho na carreira esportiva.

Baseando-se na análise desses aspectos, traçou-se um programa de retreinamento objetivando alterar as atribuições que provoquem danos impróprios aos atletas, desenvolvendo-as e adequando-as apropriadamente a fim de permitir-lhe alcançar um estado de desempenho capaz de induzi-lo à melhor percepção e otimização de suas capacidades.

1.1. Problema

Qual o comportamento de diferentes sujeitos diante de diferentes formas de orientação ao retreinamento?

1.2. Justificativa

Diante da apresentação de diferentes formas de comportamento de atletas em função do programa de retreinamento das atribuições, buscou-se verificar e compreender as diversas formas destes lidarem com os vários aspectos que acercam a motivação, tendo em vista que, segundo estudos e pesquisas, esse é um fator de grande relevância na formação e desempenho de jovens atletas.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo Geral

Relacionar a performance dos atletas com os métodos de treinamento das atribuições a que são submetidos e com características psicológicas que expressam durante este processo.

1.3.2. Objetivos Específicos

-Caracterizar o desenvolvimento técnico esportivo de cada atleta em função do método de treinamento ao que foi submetido;

-Estabelecer a dinâmica psicológica em cada caso.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. Motivação: contextualização

A emoção segundo Casal, 2000, é uma reação psicobiológica do sujeito composta de facetas subjetivas e psicológicas, e facetas biológicas bem definidas, diferenciadas em positivas e negativas. Essa classificação definirá se o sujeito aprecia ou não um determinado acontecimento, que, por sua vez, se manifestará no indivíduo de forma diferenciada. De acordo com Ardila (1973 *apud* CASAL, 2000), as formas de manifestação podem estar orientadas ou não para a consecução dos objetivos. Esta orientação é função da motivação.

O envolvimento de jovens atletas no contexto desportivo teve um crescimento considerável nos últimos 20 anos, e atualmente cerca de 25 milhões de crianças praticam atividade esportiva (SOBRAL, 1993). No esporte de alto rendimento, a relação do atleta com esse ambiente é de suma importância para o seu cotidiano, em razão do desprendimento do tempo, da dedicação e da abdicção de “certas coisas” comuns a essa fase, em prol de um objetivo consistente a ser alcançado.

Mas então, quais seriam as causas mantenedoras desses jovens no esporte? A lógica conduz a uma resposta inconfundível: a motivação. Portanto, ao considerar esse tema, faz-se necessária uma reflexão acerca de suas bases, para, assim, inferir e aprofundar nesse ponto, que é de fundamental importância quando se analisa esse fato em toda sua dimensão.

Conforme Hollanda (1995), a conceituação de motivação é considerada como:

s. f.,
acto de motivar;
exposição de motivos ou causas;

conjunto de factores psicológicos, conscientes ou não, de ordem fisiológica, intelectual ou afectiva, que determinam um certo tipo de conduta em alguém;

Ling.,
relação da necessidade entre uma palavra e o seu significado (por ex. , na derivação) ou entre uma palavra e um outro signo.

Dessa forma, a motivação determina a intenção do ato, residindo na intenção que é movida pelo motivo e este, torna-se, portanto, o elemento chave para a descoberta das condições que satisfaçam o desejo do indivíduo em fazer e manter uma determinada ação.

De acordo com Benck (2002), a psicologia da educação associa a motivação com a realização e a aprendizagem. É um processo de doação de sentido, traduzindo nas situações que se acercam do sujeito. Esse significado está associado com a razão da ação, e é o responsável pela mobilização da aprendizagem que supõe a primazia da motivação intrínseca.

Para as teorias que postulam a subjetividade, esse significado vem do sentido subjetivo que caracteriza o processo da atividade humana em seus diversos campos de ação no contexto ao qual o sujeito está envolvido." É um sistema dinâmico integral que reflete a interação de um conjunto de motivos dentro de um sistema motivador, em que se expressa determinada relação com o mundo que tem um sentido pessoal para o sujeito" (BRATUS *apud* REY, 2005).

Esse sistema integral, para o comportamentalismo no entanto, será responsável pela formação dos desejos internos que podem ser desconhecidos pelo próprio sujeito que se apresentam como necessidades e são impulsionadoras de atividades que conduzem o indivíduo a assumir determinados comportamentos. Essas necessidades, por sua vez, devem estar bem claras para que se apresentem para o sujeito como uma forte razão interna que resulta em motivação psicológica (CATANIA, 1990).

Maslow (*apud* BENCK, 2001) divide essas necessidades em níveis diferenciados, onde o comportamento dos indivíduos é determinado pela sua necessidade mais intensa. A partir das necessidades básicas satisfeitas, surgem as sociais, até o último nível de realização.

A classificação dessas necessidades engloba uma hierarquia de motivos três tipos de motivos: os físicos; os de interação com os outros e os relacionados com o *self*. De acordo com Maslow (*apud* BENCK, 2001), esses motivos estão distribuídos em cinco níveis:

- Fisiológicas (ar, comida, repouso, abrigo);
- Segurança (proteção contra o perigo ou privação);
- Sociais (amizade, inclusão em grupos);
- Estima (reputação, reconhecimento, auto-respeito, amor);
- Auto-realização (realização do potencial, utilização plena dos talentos individuais).
-

As ações serão determinadas pela sua necessidade mais intensa. As necessidades satisfeitas geram maior motivação de comportamento, enquanto que as não satisfeitas influenciam diretamente no comportamento. Ou seja, para passar para o próximo patamar, o item anterior deve ser totalmente trabalhado, satisfeito. As necessidades fisiológicas e de segurança definem o sentimento de conservação pessoal. As necessidades são concomitantes, ou seja, necessidades mais altas têm atuação predominante em relação às mais baixas.

Em suma, a complexidade existente nesse tema, encontrada na realização do viver com intensidade no momento presente, a satisfação das necessidades e desejos naturais, a adequação ao meio que se vive, as condições orgânicas, a educação e os fatores psíquicos, determinam a qualidade e quantidade em se empreender em qualquer tipo de tarefa que o indivíduo venha desempenhar.

2.2. Motivação no Esporte

A motivação na atividade física está ligada à totalidade de fatores que estabelecem formas de comportamento que buscam um determinado objetivo (SAMULSKI, 2002). Esses fatores segundo Weinberg & Gould (1995), são de origem individual onde a direção, que se refere à aproximação de certas situações, e a ativação, que é a intensidade do esforço empreendida em uma determinada

situação, variam de acordo com cada indivíduo e são responsáveis pela modulação de uma ação específica.

Esses aspectos estão ligados a fatores pessoais (personalidade, necessidade, interesse e objetivos) e a fatores situacionais (ambiente desportivo, estilo do técnico, atratividade inter-relações), e devem funcionar de uma maneira interativa de forma que cada aspecto exerça influencia no outro, os quais, em conjunto, contribuirão decisivamente para motivar o indivíduo perante a atividade física (WEINBERG & GOLD, 1995).

Corroborando com essa visão interacional, a teoria humanista da auto determinação (DECI et RYAN, 1985 *apud* BECKER, 2002) sustenta que o motivo das ações seria de vivenciar o sentimento, a origem ou a causa das mesmas. Portanto, se o sujeito é capaz de analisar todo o contexto desportivo em que está inserido e o faz de uma forma pessoal, buscando sentir-se livre e competente para executar sua atividade, ele estará sendo mobilizado pela motivação intrínseca.

É importante ressaltar que, nessa visão, a motivação possui duas fontes: a intrínseca, meramente mencionada acima, e a extrínseca. A motivação extrínseca está ligada a fatores ambientais (SAMULSKI, 2002) e aditem de uma necessidade externa fundamentada na recompensa e caracterizada principalmente pelo sentido da busca pelo prazer ou de se evitar o auto desagrado, onde diversos fatores externos, a exemplo de pressão de outras pessoas, influenciam sobre maneira no seu comportamento.

Já a motivação intrínseca fundamenta-se em fatores pessoais, e é integrante da personalidade, podendo também surgir com o desenvolvimento cognitivo (BENCK, 2002). Indivíduos motivados intrinsecamente têm fortes sentimentos de causação pessoal e atribuem as mudanças produzidas em seu contexto às suas próprias ações. Essa forma de atitude demonstra acertos e dificuldades, planeja ações necessárias para viabilizar seus objetivos e avalia adequadamente seu progresso (SOUZA, 2005).

Heckhausen (1963, 1980 *apud* SAMULSKI, 2002) conceitua motivação para o rendimento como uma procura pela melhoria e o aperfeiçoamento da prática desportiva executada pelo atleta. Essa busca atrela-se a duas tendências correlacionadas entre si, que consistem em procurar o êxito e evitar o fracasso, o que se constitui no objetivo maior dos esportes de alto rendimento.

Indivíduos que se mobilizam pela procura do êxito possuem:

- alto índice de motivação para a realização;
- Baixo índice de angústia ou medo da derrota;
- Escolha de tarefas com dificuldade média para enfrentar riscos médios.

Indivíduos que se mobilizam pelo medo do fracasso possuem:

- Baixo índice de motivação para a realização, por não acreditar nas suas capacidades;
- Alto índice de angústia;
- Escolha de tarefas muito fáceis, para que possam garantir o bom desempenho e não se arrisquem, ou muito difíceis, para que possam se justificar perante os outros.

Um ponto importante a ser destacado na motivação de realização é a orientação as normas de referência para o rendimento. Esportistas que se orientam por regras individuais de referência comparam seus resultados alcançados durante os treinos e nas competições com seus resultados anteriores, sendo sua meta a melhoria individual de seu próprio rendimento. Esportistas que se orientam por normas sociais de referência, comparam seus resultados com os de outros que estão ao seu redor, a chamada comparação social. O treinador deve, portanto, incentivar seus atletas a seguirem os padrões das normas individuais de rendimento para que ele aceite suas ações, compreenda-as por meio de seu valor, percebendo-as como fonte de informações que servem de apoio para suas iniciativas ou tomada de decisão.

De acordo com Samulski (2002), a motivação de um atleta, em princípio, dependerá de determinantes internos e externos. Dentre os determinantes internos destacam-se: o nível de expectativa quanto ao próprio desempenho futuro; uma hierarquia de motivos para a motivação, onde o mais desejável é a auto-realização; a atribuição causal, onde o atleta busca avaliar os fatores que foram responsáveis pelo seu bom ou mau desempenho, podendo esta ser interna ou externa. Já nos determinantes externos destacam: as recompensas sociais como incentivos, elogios e reconhecimentos; as dificuldades e problemas que podem surgir no ambiente desportivo.

O que merece ser destacado é a relação curvilínea entre a motivação e o rendimento no esporte, onde o esforço para alcançar uma meta irá depender da dificuldade do mesmo. Índices muito baixos ou muito altos de motivação, em relação a capacidade média do atleta, implicam em rendimento não satisfatório, e por conseqüência, os objetivos devem ser difíceis, mas alcançáveis (LOCKE e LATHAM, 1984 a *apud* BENCK, 2002) favorecendo, dessa forma, um rendimento máximo para o atleta.

Ainda para Samulski (2002), o objetivo da aprendizagem e do treinamento deve embasar-se no desenvolvimento do atleta em buscar a capacidade de auto-controle, auto-motivação e a capacidade de assumir responsabilidade em situações de fracasso.

Um outro ponto relevante a ser ressaltado na questão do nível de motivação no esporte é a orientação às metas, que é um dos aspectos responsáveis pela atribuição de causalidade que, por sua vez, exercerá influência no desempenho desportivo.

Há dois tipos principais de orientação às metas, quais sejam: voltada para a tarefa e voltada para o resultado. O atleta orientado para a tarefa possui a faculdade de agir de forma autônoma, por normas de referencia individual e sem o controle externo. O sucesso depende do esforço, no qual está sempre a busca da auto-

superação no desempenho de uma tarefa. Com isso, é capaz de desenvolver confiança e foco interior tornando a motivação intrínseca maior (SOUZA, 2005).

Na orientação ao resultado (ego), a percepção de competência é feita com base nas comparações de sua própria habilidade relativamente à dos outros. É apegado ao resultado, não sabendo lidar com o fracasso e sua motivação extrínseca é maior (SOUZA, 2005).

O que se relaciona diretamente com essas orientações às metas é a atribuição de causas ao resultado, que são as explicações que distinguimos para justificar a razão do desempenho.

Segundo Souza (2005), vemos aquilo que queremos ver e selecionamos como entendemos a informação. Isto condiciona como recolhemos o que vem do ambiente. Dessa forma, a atribuição de causa ao resultado tem um valor significativo para a motivação no esporte, uma vez que ela é responsável pela explicação da performance do atleta e também de suas reações emocionais que irão influenciar diretamente na motivação para a realização, que é a “tendência a lutar por sucesso, persistir frente ao fracasso e experimentar orgulho nas realizações” (WEINBERG & GOLD, 2005).

2.3. Atribuição Causal: Conceitos

Atribuição se refere ao ato ou efeito de considerar o determinante de um acontecimento de êxito ou fracasso. O indivíduo analisa as causas percebidas por ele diante de um acontecimento, para a partir daí relatar os eventos positivos e /ou negativos que acercam essa avaliação.

De acordo com Kelley (1973 *apud* BENCK, 2001) a teoria da atribuição está relacionada à forma de como as pessoas respondem às questões que são iniciadas com o “Por quê” . A partir dessa resposta, avalia-se o que está configurado acerca

do questionamento, buscando analisar a forma de atribuição usada para justificar suas ações.

2.4. Atribuição Causal: Contribuições Teóricas

As investigações com as questões que acercam a atribuição não foram iniciadas com a Psicologia e, sim, com os filósofos, que já se preocupavam com as noções de causa na tentativa de compreender melhor o ser humano.

Platão foi o primeiro a aprofundar-se nesse tema sustentando a tese de que tudo que existe tem uma causa, e as dividiu em dois tipos. A causa primeira seria inteligível e não mecânica, constituídas como atrações que, por sua vez, seriam subordinadas às causas segundas, que estão no plano das realidades materiais e sensíveis (FONSECA & BRITO, 2001).

Aristóteles abordou a temática da causalidade, identificando a causa como aquilo de toda e qualquer coisa que procede, de tal modo que a realidade dessa coisa depende dela, quer intrinsecamente ou extrinsecamente. Essa causa, segundo Barnes (1996 *apud* FONSECA & BRITO, 2001), se divide em quatro diferentes tipos: formal, material, eficiente e final. As duas primeiras seriam responsáveis pela explicação da realidade (a essência, configuração do acontecimento em função de que o acontecimento ocorreu), enquanto que as duas últimas seriam para a explicação de uma perspectiva dinâmica (porque se iniciou o acontecimento e em função do qual se fez esse acontecimento).

Mas foi Hume (*apud* FONSECA & BRITO, 2001) que colocou o conceito de causalidade em uma perspectiva psicológica apoiada em um embasamento empírico e fenomenológico onde as causas não são percebidas pela razão e sim pela experiência e, a partir disso, o sujeito forma suas crenças sobre vários acontecimentos. Essa crença é um sentimento que é a base da atribuição da causa,

passando, assim, de uma perspectiva objetiva que rege as coisas, para uma visão mais subjetiva e singular da natureza humana.

Corroborando com esse raciocínio, John Stuart Mill aponta que “a causa é a soma de todas as condições positivas e negativas que antecedem a ocorrência de um dado acontecimento” (Fonseca & Brito, 2001). No entanto, os indivíduos tendem a ter como causa uma dessas condições que é escolhida independentemente de uma lei ou regra e é erroneamente interpretada como real causa. Por isso, deve-se distinguir as reais causas das meras condições (HEWSTON, 1989 *apud* FONSECA & BRITO, 2001).

Esses prescritos são de suma importância para nós, conclamando-nos a nos mantermos sempre atento às representações psicológicas de cada indivíduo, buscando interpretar essas causas como um processo singular, que não deve ser generalizado.

2.5. Contribuições Teóricas Acerca da Atribuição de Causalidade

Diversos autores contribuíram para o estudo psicológico da atribuição. Entre eles merecem referência Albert Michotte e Gustav Ichheiser que foram os pioneiros a desenvolver estudos de causalidade, porém o autor mais destacado, dentre as obras formuladas acerca desse tema, é Fritz Heider, que desenvolveu uma teoria baseada na perspectiva sobre as relações interpessoais, as quais se refere como senso comum (*naïve psychology*), e promoveu, também, a teoria da atribuição fundamentada em como os indivíduos justificam seus sucessos e fracassos.

De uma forma geral, as pessoas tentam estruturar e controlar parte de seus atos por meio do entendimento das causas de resultados já ocorridos anteriormente (BENCK, 2001). Esses antecedentes comportamentais colaboram para a estabilização do ambiente do sujeito, pela possibilidade de prevenir-se a um eventual fato que possa vir a ocorrer.

Para Heider (1944, 1958 *apud* FONSECA & BRITO, 2001) existem duas fontes de realização de uma ação. Uma refere-se a forças do ambiente, que são pressões exercidas sobre o comportamento do sujeito, e a outra refere-se a uma força que vem do próprio sujeito, ou seja, a capacidade de ele optar pelos seus atos.

A partir dessa idéia, podemos analisar que a causalidade pessoal reside na intenção, visto que se o sujeito atribui seus atos a condições pessoais, ele está se responsabilizando por suas atitudes, empenhando-se para alcançar um objetivo. Do contrário, se a origem de seu comportamento se deve a fatores externos, este se apresenta isento de qualquer responsabilidade, não existindo, assim, a intenção.

Buscando aprimorar e ampliar a teoria de Heider, Weiner e colaboradores (1971/1987 *apud* FONSECA & BRITO, 2001) propõem quatro elementos causais para analisar e prever uma determinada situação que envolva a realização. Dentre esses quatro fatores estão: a habilidade, o esforço, a dificuldade da tarefa, e a sorte.

Figura 1 – Modelo original de Weiner e colaboradores (1971/1987)

DIMENSÕES		
Locus de Controlo	Estabilidade	Exemplos de causas
internas	estáveis	habilidade
	instáveis	esforço
externas	estáveis	dificuldade da tarefa
	instáveis	sorte

Fonte: Fonseca & Brito, 2001, p. 27.

Em 1979, Weiner reformulou sua teoria incluindo uma terceira dimensão, que seria a controlabilidade, sustentada na tese de que a causa é controlável quando é passível de ser modificada por alguém, seja o próprio sujeito ou seja um terceiro. Sendo assim, as categorias básicas da atribuição passaram a ser a seguinte: estabilidade – instabilidade, *locus* de causalidade interno – interno e controlabilidade – incontrolabilidade.

Figura 2 – Modelo reformulado por Weiner (1979)

DIMENSÕES			
Locus de Controlo	Estabilidade	Controlabilidade	Exemplos de causas
internas	estáveis	controláveis	nunca treinar
		incontroláveis	capacidade
	instáveis	controláveis	falta ao jogo
		incontroláveis	lesão
externas	estáveis	controláveis	opção do treinador
		incontroláveis	valor do adversário
	instáveis	controláveis	acção do colega
		incontroláveis	azar

Fonte: Fonseca & Brito, 2001, p. 27.

2.6. Fundamentos da Atribuição

Visando analisar as variáveis que interferem no desempenho dos atletas, a atribuição constitui-se no elemento chave dessa questão, pois, a partir de sua aplicação/consideração, é possível verificar como os indivíduos explicam seus sucessos e fracassos.

Segundo Samulski (2002), existe uma relação entre as diferentes formas de atribuição de um resultado e as expectativas de futuro e de sucesso, que irão resultar em reações emocionais diferenciadas.

Essas três categorias de atribuição, conforme explícitas na figura 3, são de fundamental importância para a regulação motivacional do atleta para a tarefa uma vez que, se essas forem bem trabalhadas, irão repercutir de forma positiva no seu desempenho esportivo, porquanto ele experimentará a sensação de confiança, determinação e persistência.

Figura 3 – Três fatores-chaves na abordagem das metas de realização

Atribuições	Resultado psicológico
<p>Fatores de estabilidade Estável Instável</p>	<p>Expectativa de sucesso futuro Expectativa aumentada de sucesso Expectativa diminuída de sucesso</p>
<p>Fatores de causalidade Causa interna Causa externa</p>	<p>Influências emocionais Orgulho ou vergonha aumentados Orgulho ou vergonha diminuídos</p>
<p>Fatores de controle Sob o controle da pessoa Fora do controle da pessoa</p>	<p>Influências emocionais Motivação aumentada Motivação diminuída</p>



Fonte: Weinberg & Gould, 2001, p. 85.

2.7. Categorias Atribucionais

Para fazermos inferência nesse quesito é recomendável estar atento ao conteúdo que embasa cada uma dessas categorias.

De acordo com Fonseca (2001), na atribuição interna há uma referência implícita a uma determinada característica do indivíduo, enquanto que na atribuição externa há uma referência explícita perante o comportamento em determinada

situação. No entanto, no discurso do sujeito pode haver características implícitas, e vice-versa, que podem levar a uma inferência não muito precisa do conteúdo podendo assim, em uma alta complexidade e risco de interpretação. Para que isso não ocorresse, Weiner e colaboradores (1971) apontaram a necessidade de relacionar esses julgamentos causais a fatores de estabilidade.

A estabilidade é uma dimensão que se refere às características de uma pessoa que não é propensa a grandes oscilações emocionais. Portanto, se o atleta analisa a causa de seu desempenho como estável, ele está atribuindo esse fato ao seu talento e habilidade, gerando, conseqüentemente, reflexos psicológicos de melhoria da expectativa de sucesso. Porém, se o atleta avalia seu desempenho de uma forma instável, geralmente ele atribui isso a fatores externos que independem dele e que contribuem decisivamente para arrefecer-lhe a expectativa de sucesso, pois o controle da situação não de seu domínio.

Ao se tratar da questão da causalidade, é importante que se faça uma inferência na diferenciação de causa e razão. Buss (1978 *apud* FONSECA & BRITO, 2001) argumentou que a causa é o instrumento que origina a mudança, enquanto que a razão é a base de fundamentação para a mudança ocorrida. Desta forma, não se deve analisar isoladamente os objetivos e propósitos (razão) da ação, mas sim, como um todo, o que mobilizou gerando a ação.

Locke e Penningtom (1982 *apud* FONSECA & BRITO, 2001), afirmaram que as causas podem ser divididas em dois pólos, ou seja, internos e externos, os quais se dividem em razões e outras causas internas, podendo ainda, as razões, ser divididas em psicológicas (relacionada com o indivíduo) e situacionais (meio ambiente). Essa divisão em quatro blocos muito contribuiu para a classificação e compreensão do que é considerado pelo sujeito como causa.

Os fatores de causalidade apontam se o atleta atribui sua ação a uma causa interna ou externa. Os que apontam uma causalidade interna atribuem ao seu próprio esforço podendo influenciar na ascendência do orgulho ou da vergonha. Já os que apontam uma causalidade externa atribuem a condições que estão fora de

sua capacidade, tentando retirar de si a “culpa” de seus atos, e por conseguinte, levando a uma redução do orgulho ou da vergonha.

Nos fatores de controle há, também como nos anteriores, dois tipos de atribuição. O atleta que diz que a situação está sob controle, está adotando um planejamento e estratégia corretos porquanto a tarefa pode ser dominada, proporcionando, assim, a elevação de seu nível de motivação. Enquanto que, o atleta que atribui uma ação a fatores externos, demonstra falta de domínio perante a tarefa, acarretando decréscimo na motivação.

Diante desses fatos, é de fundamental importância que os treinadores percebam a relevância das orientações que levem os atletas a aprenderem tanto com a derrota quanto com a vitória. Smith e Smoll (1990 *apud* BENCK, 2002) criaram uma filosofia distribuída em quatro fundamentos a saber :

- Vencer não é tudo;
- insucesso não é a mesma coisa que perder;
- sucesso não é sinônimo de vencer;
- as crianças devem aprender que o sucesso equivale ao esforço pela vitória.

Segundo Benck (2001), essa filosofia tem o propósito de aumentar a possibilidade de os atletas usufruírem a prática desportiva, visto que, se estes forem orientados adequadamente no contexto, irão desenvolver a motivação e a persistência porquanto atribuírem suas ações a um significado condizente com o que realmente fazem, mostram-se perseverantes às situações de dificuldade, encarando-as como um desafio.

Experimento em retreinamento das atribuições como fundamento de ação pedagógica é a base para este presente trabalho que tem como objetivo analisar e descrever os comportamentos de atletas, participantes do experimento que está sendo realizado para respaldar a tese de doutorado da professora Rossana Travassos Benck junto à Universidade de Brasília, sob orientação do professor Dr. Hiram M. Valdés Casal. Apresenta-se, abaixo, o sistema metodológico que embasou a tese em apreço.

Segundo Campbell e Stanley (1979), um dos mais divulgados delineamentos em pesquisa educacional envolve um grupo experimental e um grupo controle, ambos submetidos a um pré e um pós-teste, mas em que o grupo controle e o grupo experimental não possuem equivalência amostra. Os grupos para este estudo possuem tantas semelhanças quanto a situação permitiu, de forma que a intervenção a um grupo ou outro pressupõe-se casual e sob controle do experimentador.

O contexto esportivo de competição numa modalidade tão específica quanto a ginástica olímpica, não nos permitiu a aleatoriedade exigida para os delineamentos experimentais, no entanto, deve-se admitir que a adição de um grupo controle, ainda que não emparelhado ou não equivalente, reduz sensivelmente a equivocidade de interpretação. Por ser uma amostra reduzida e restrita nas suas características citadas nos critérios de inclusão e exclusão, como nível de competição, idade e tempo de treinamento, optou-se pelo método de pareamento para controle de variáveis, sendo um dos grupos experimental não aleatório para garantir o controle da variável gênero, ou seja:

Grupo A	O ¹	X	O ²	O ³
Grupo B	O ¹	X	O ²	O ³
Grupo C	O ¹		O ²	O ³

Onde Grupo A – Experimental 1

Grupo B – Experimental 2

Grupo C – Controle

O – Pré e pós teste 1 e 2

X – Intervenção Pedagógica

2.8. Amostra do Estudo de Benck

A amostra constituiu-se de 21 ginastas, de ambos os sexos, com idades entre 8 e 15 anos, divididos em 3 grupos:

Grupo Experimental 1 – Treinador Feminino TB1/8 ginastas – Grupo feminino único - não aleatório. Submetido ao Treinamento Atribucional.

Para os grupos masculinos, selecionou-se aleatoriamente entre duas equipes de treinadores diferentes que atendiam os critérios inclusão da seleção da amostra, representadas da seguinte maneira:

Grupo Experimental 2 – Treinador Masculino CA/6 ginastas – Submetido ao Treinamento Atribucional.

Grupo Controle – Treinador Masculino MM/7 ginastas – Sem Orientação Atribucional.

2.9. Coleta de Dados no Estudo de Benck

Após uma breve apresentação dos objetivos da pesquisa e depois de contestar os itens referentes às variáveis demográficas de gênero, idade e modalidade, solicita-se aos atletas que avaliem a sua carreira desportiva de uma forma geral em termos de sucesso e fracasso e em seguida preencham uma escala do tipo Likert de sete pontos, onde 1 significa fracasso absoluto e 7 sucesso absoluto. Ainda analisando a sua performance esportiva, eles respondem uma pergunta aberta sobre a principal causa (motivo) de seu sucesso ou fracasso, atribuindo uma causa a sua atuação. A partir desta resposta, os atletas analisam e preenchem a Escala Brasileira de Atribuição Causal, representada em seus 12 itens nas suas 3 dimensões, o POSQ representado em seus 16 itens e em duas dimensões e o IMI representado por seus 18 itens em quatro fatores.

2.10. Estratégias Utilizadas no Estudo de Benck

2.10.1. Método para Seleção e Formação dos Grupos

Cada ginasta foi observado em duas (2) habilidades diferentes – h^1 ; h^2 , podendo ser no mesmo aparelho ou não. As habilidades devem ser de grau de dificuldade média e estar dentro das possibilidades e das capacidades de cada ginasta. Devem, também, apresentar baixo índice de motivação intrínseca e valores de alta ou média percepção de fracasso, mensuráveis a partir dos instrumentos supracitados.

Para os dois grupos experimentais será proposto o programa de retreinamento das atribuições com intervenção pedagógica através do treinador.

Intervenção:

- 1- Treinadores orientados pelos pesquisadores para aplicar estratégias de Esquema Atribucional (FORSTERLING,1988), (SMITH e SMOLL, 1990) e Weiner (1990);
- 2- Registro de comportamentos interações modificadas;
- 3- Registro dos resultados e índices técnicos mensuráveis;
- 4- Registro dos índices psicométricos da EBAC, do POSQ e do IMI;

2.10.2. Descrição das Estratégias de Retreinamento Atribucional

O treinador deverá conhecer as bases teóricas que fundamentam o processo de motivação intrínseca para estabelecer um elo de confiança com os atletas e o pesquisador, sendo este responsável pela transmissão do conhecimento, pela orientação e instrução ao longo da etapa experimental.

Segundo Samulski (2002), o treinador deve entender o desenvolvimento do atleta não somente sob os aspectos físico-técnico-táticos, deve preocupar-se e estar

preparado para ajudar e apoiar o atleta em situações de stress e de fracasso. Deve integrar e aplicar medidas pedagógicas, psicológicas e sociais no treinamento para promover o desenvolvimento intelectual, emocional, motivacional e social.

Desse modo o treinador será capaz de:

1) Propor ao atleta que reflita e pense sobre a causa de sua falha. Orientar ao atleta que atribua essa falha a causas controláveis e instáveis. Focar nas causas internas, tais como esforço e habilidade para as diferentes situações de sucesso e fracasso, conforme figura abaixo.

Figura 4 - Esquema teórico de atribuição e realização motivacional

ATRIBUIÇÃO E REALIZAÇÃO MOTIVACIONAL PARA SUCESSO		
Atribuições	Resultados psicológicos	
Fatores de estabilidade	Para Sucesso	Para Fracasso
⇒ Estável (seu talento / habilidade) Possibilidade de mudar ao longo do tempo)	Aumento da expectativa de sucesso	Diminui a expectativa de sucesso
⇒ Instável (sorte, falta de treinamento) Impossibilidade de mudar	Diminui a expectativa de sucesso	Diminui a expectativa de fracasso
Fatores de causalidade	Influências emocionais	
⇒ Causa interna (esforço próprio, causa própria, lesão)	Aumenta orgulho ou vergonha	
⇒ Causa externa (baixo nível adversários, treinador/aparelhos)	Diminui orgulho ou vergonha	
Fatores de controle	Influências emocionais	
⇒ Sob controle (estratégia e planejamento correto, pouco esforço)	Aumenta ou mantém a motivação	
⇒ Fora de controle (condição física dos oponentes, dificuldade da tarefa)	Diminui ou perde a motivação	

Fonte: Weinberg R. Foundations of Sport and Exercise Psychology. Achievement Motivation and Competitiveness, 1995. Figura 1: Esquema teórico de atribuição e realização motivacional.

2) Incentivar o ginasta que perceba as falhas e participe das estratégias de correção e das possibilidades de acerto.

3) Oferecer *feedback* adequado e envolver o ginasta na solução dos problemas. Seguindo as seguintes orientações:

O *feedback* precisa ser:

- Compatível com as necessidades (motivações) de ambos (técnico/atleta);
- Dirigido para comportamentos que o atleta possa modificar (causa controlável-interna);

- Recomendado: solicitado ao invés de imposto, fica mais útil quando o atleta formular perguntas que os que o observam (que o técnico) possam responder;
- Claro, para assegurar uma comunicação precisa;
- Baseado em fatos, nunca em impressões genéricas;
- No momento certo ágil e pontual. (No primeiro momento possível, pois será mais facilmente incorporado ao trabalho futuro).

O *feedback* está intrinsecamente ligado ao processo de aprendizagem. Toda vez que você fornece um *feedback*, em essência, está ajudando o atleta a aprender, isto é, adquirir novos conhecimentos e técnicas, e a aprimorar seu comportamento e desempenho.

Quanto mais cedo soubermos como estamos nos saindo na tarefa que realizamos, tanto menor será a mudança necessária em nosso método para que atinjamos, ao final, nosso objetivo. Quando feita logo de início, a crítica construtiva é mais útil e menos “dolorosa”, visto que, dessa forma, ela apresenta-se apenas como um ajuste.

Com relação ao aconselhamento, este é um processo diferente de orientar: o *feedback*, nesse processo, é menos dirigido e procura incentivar as pessoas a buscarem suas próprias soluções para os seus problemas. Seu objetivo é conseguir, mediante certas perguntas, explorar problemas específicos e levar o atleta a refletir sobre as causas de seu problema, bem como, decidir pela melhor solução para resolvê-lo.

Essa estratégia permite que o atleta sinta-se afetivamente mais a vontade para encontrar soluções e provavelmente, sentir um maior senso de controle sobre a causa de seu comportamento.

4) Promover a auto-confiança e a mentalização antes da execução das habilidades observáveis.

Para esta etapa os treinadores foram instruídos sobre estratégias de mentalização e relaxamento, tais como técnicas de respiração e concentração para que os ginastas dos grupos experimentais realizem durante o treinamento das habilidades selecionadas, observando os seguintes princípios teóricos (LOEHR, 1990):

Habilidades Mentais treináveis:

- ◆ Fisicamente relaxado (sentir músculos soltos);
- ◆ Mentalmente calmo (perceber-se em câmara lenta);
- ◆ Baixa ansiedade (energizado por fontes positivas);
- ◆ Energizado (alto nível de energia positiva);
- ◆ Prazer (sensação de prazer e diversão);
- ◆ Sem tensão (mesmo que tensão muscular e agitação);
- ◆ Automático (ligar o automático, atuar por instinto - *Flow*);
- ◆ Alerta (sem distração, interpretar e responder inteligentemente);
- ◆ Mentalmente focado (concentração);
- ◆ Auto-confiança (sensação de calma e equilíbrio);
- ◆ Controlado (sensação de estar no controle, domínio da situação)
- ◆ Energia Positiva: A sensação de estar energizado e estimulado por nossas emoções positivas. Orientação à auto-superação.

Alto nível de rendimento:

- ◆ Alegria, diversão, amor, desafio, otimismo, determinação, prazer.
- ◆ Energia Correta – Combustível Certo
- ◆ Estado de calma mental
- ◆ Boa concentração
- ◆ Relaxamento muscular

Energia Negativa: A sensação de estar energizado e estimulado por nossas emoções negativas. Orientação à vitória.

Baixo nível de rendimento:

- ♦ Ansiedade, ódio, raiva, medo, frustração, desconfiança, negativismo.
- ♦ Estado mental acelerado e frenético
- ♦ Baixa concentração
- ♦ Tensão muscular

2.10.3. Tipo de Pesquisa do Estudo de Benck

Qualitativa englobando quatro estudos de caso.

2.10.4. Participantes do Estudo de Benck

Participaram deste estudo oito crianças e adolescentes, na faixa etária de três até 18 anos incompletos, sendo quatro do sexo masculino e quatro do sexo feminino, abrigadas em uma unidade pública do Distrito Federal. Essas crianças e adolescentes estavam afastadas de suas famílias por intervenção do Juizado da Infância e da Juventude por terem sofrido algum tipo de violência intrafamiliar (física, psicológica, sexual ou negligência).

3. MÉTODO

3.1. Tipo de Pesquisa

Qualitativa englobando quatro estudos de caso.

3.2. Participantes

Para análise deste estudo foram selecionados quatro ginastas sendo: um do grupo controle, um do grupo experimental 2 e duas do grupo experimental 1. A seleção levou em consideração características individuais relevantes para o estudo.

Buscou-se reconhecer, no primeiro momento, as características individuais, os dados sócio-demográficos e as principais características técnicas/motivacionais dos treinadores e dos todos os ginastas. Compreender melhor os fenômenos analisados e, então elaborar o Programa de Retreinamento adequado para a modalidade e para o perfil dos ginastas e dos treinadores envolvidos no projeto.

3.3. Descrição dos Instrumentos

1) Inventário dos Aspectos Sócio-Demográficos de Jovens Atletas (BENCK, 2005). Trata-se de um formulário de entrevista onde foram os coletados os dados dos atletas analisados. ANEXO 1.

2) Escala Brasileira de Atribuição Causal – EBAC (BENCK, 2005). Elaborada a partir da adaptação das originais Causal Dimension Scale II – CDS II (McAULEY, E., DUNCAN, T.E. & RUSSELL, D., 1992), Escala de Dimensão Causal II (BENCK, 2002) e Causal Dimension Scale for Childrens — CDS II – C (VLACHOPOULOS, S., BIDDLE, S.J.H., & FOX, K., 1996). A análise dos Componentes Principais e a Análise Fatorial (PC com rotação oblíqua_Direct OBLIMIN), permitiram a identificação de quatro fatores na EBAC (63,63% da variância total, todos com cargas superiores a 0,45). O Fator 1 corresponde ao *Locus* de Causalidade ($\alpha =$

0,72); Fator 2 corresponde a dimensão de Estabilidade ($\alpha = 0,69$); Fator 3 sendo de Controle Externo ($\alpha = 0,66$) e finalmente o Fator 4 correspondendo à dimensão de Controle Pessoal ($\alpha = 0,73$), sendo todos os fatores constituídos por três itens. Estes resultados correspondem à estrutura fatorial proposta pela CDS II original e no que concerne às suas propriedades psicométricas foram encontrados bons índices de validade e fidedignidade. (ANEXO 2).

3) Questionário sobre Percepção de Sucesso no Esporte – POSQ – Traduzido e adaptado por Benck (2005) a partir do original *Perception of Success Questionnaire* – POSQ (ROBERTS, G.C., TREASURE, D.C. & BALAGUE, G. 1998). A análise dos Componentes Principais e a Análise Fatorial (PC com rotação oblíqua_Direct OBLIMIN), permitiram a identificação de dois fatores no POSQ (47,40% da variância total, todos com cargas superiores a 0,45). O Fator 1 corresponde a Orientação ao Ego ($\alpha = 0,83$) e o Fator 2 corresponde a Orientação a Tarefa ($\alpha = 0,84$), sendo todos os fatores constituídos por seis itens. Estes resultados correspondem à estrutura fatorial original e no que concerne às suas propriedades psicométricas foram encontrados bons índices de validade e fidedignidade. (ANEXO 3).

4) Inventário de Motivação Intrínseca – IMI (Adaptado) traduzido e elaborado por Benck (2005) a partir do original Intrinsic Motivation Inventory – IMI (McAULEY, DUNCAN & TAMMEN, 1989), para a realidade sócio-cultural brasileira, nas diferentes modalidades e para a faixa etária em foco. A análise dos Componentes Principais e a Análise Fatorial (PC com rotação Varimax) permitiram a identificação de quatro fatores no IMI (49,90% da variância total, todos com cargas superiores a 0,45). O Fator 1 corresponde ao Apreciação e Interesse, constituído por seis itens ($\alpha =$); Fator 2 corresponde a dimensão de Competência Percebida ($\alpha =$); Fator 3 sendo de Tensão e Pressão ($\alpha =$) e finalmente o Fator 4 correspondendo à dimensão de Importância e Empenho ($\alpha =$), sendo que estes últimos fatores ficaram constituídos por quatro itens. Estes resultados correspondem razoavelmente à estrutura fatorial proposta pelo IMI original e no que concerne às suas propriedades psicométricas foram encontrados índices aceitáveis de validade e fidedignidade. (ANEXO 4).

5) O Inventário do Estado Emocional para Tarefas Esportivas (IEETE) – (BENCK, FALCÃO e MELLO, 2005) instrumento para medir a ansiedade estado, isto é, o quanto e como se sente o ginasta ao treinar um determinado exercício, para a partir daí, avaliar a melhor forma de se trabalhar essa demanda. Na elaboração do inventário, procurou-se por palavras que caracterizariam um quadro de ansiedade em relação à tarefa. Elas foram analisadas semanticamente e selecionadas a partir das que estivessem mais próximas da realidade do ambiente de treinamento. A partir daí, a escala ficou constituída por dez itens com dois pólos numa escala de cinco pontos, para que o atleta assinalasse o mais próximo da palavra que representaria o seu estado emocional frente à tarefa. O inventário foi dividido em duas categorias, sendo (1) “A tarefa é:”, (2) “Quando eu realizo essa tarefa eu me sinto:”, com cinco itens para cada. Essa divisão foi promovida com o objetivo de facilitar que o entrevistado não perdesse o foco da questão analisada e evitar que ele se confundisse perante as duas situações distintas. (APENDICE 1).

6) Ficha de Acompanhamento Diário/Observação do Comportamento. É um formulário utilizado para descrever os aspectos comportamentos e técnicos que são observados durante o treinamento dos ginastas. (ANEXO 5).

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1. Análise Qualitativa do Discurso dos Ginastas Visando o Aprofundamento e a Discussão Teórica sobre os Resultados

As observações das condutas dos treinadores foram tratadas por meio de análises de conteúdo (BARDIN, 1979), utilizando-se a técnica de análise categorial temática. Os temas foram agrupados em categorias de acordo com critérios de pertinência e lógica dos conteúdos relacionados ao objeto de estudo da pesquisa. As categorias resultantes foram definidas e interpretadas a partir do marco referencial teórico dos treinadores.

4.2. Análise Individual dos Ginastas

Foram realizados quatro estudos analisados individualmente buscando verificar e compreender as diversas formas dos ginastas lidarem com os vários aspectos que acercam a motivação. Relacionou-se a performance dos atletas com os métodos de treinamento das atribuições a que foram submetidos, caracterizando o desenvolvimento técnico esportivo de cada um e estabelecendo a dinâmica psicológica em cada caso.

4.3. Estudos dos Casos Analisados

4.3.1 Estudo Um: Atleta OM

Tabela 1- Descrição do rendimento do atleta OM

Data	Rendimento Pré-Intervenção	Rendimento Pós – Intervenção
Competição	Torneio Nacional (Birigüi)	Torneio Nacional (Goiânia)
Pontuação geral	26,600	33,400
Nota no solo	06,030	08,400

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Na competição que antecedeu a intervenção, o atleta obteve a pior nota no solo entre os ginastas. Essa nota foi consequência da desistência de um elemento, denominado mortal, onde ele alegou insegurança para executá-lo e que acarretou em uma nota de partida inferior.

Já no torneio posterior, o ginasta foi o primeiro colocado no solo, pois, além de fazer o elemento que não fizera anteriormente, sua série foi executada de forma mais precisa, marcada.

4.3.1.1. Testes

4.3.1.1.1. Escala Brasileira de Atribuição Causal

Tabela 2 - Descrição dos Valores da EBAC do Atleta OM

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Desempenho	7	6	6
Estabilidade	4	2,6	1
Causalidade	3	3,3	1
Controle Pessoal	3,6	4	3
Controle Externo	4	1,3	2,6

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Não foram encontradas diferenças na EBAC para a dimensão de desempenho geral o que sugere que, de forma geral, o atleta não se deixa influenciar na sua percepção de sucesso pelo aparelho com maior dificuldade.

No entanto, nota-se nítida mudança nos valores das dimensões de estabilidade e controlabilidade externa, ou seja, há indicativos de que o programa de retreinamento tenha sido capaz de tornar a causa do fracasso no solo mais instável e sob menor controle externo, isto é, o atleta passou a acreditar que poderia mudar (melhorar) ao longo do tempo, isto segundo Bukowski e Moore (1980), é bastante positivo nos casos de fracasso. O menor controle externo revela, também, uma

melhor adaptação nas atribuições de causa, pois o atleta passa a ter maior controle sobre as causas de seu fracasso e, assim, passa a acreditar mais na possibilidade do sucesso, buscando novas estratégias para alcançar suas metas e tornando-se mais motivado e mais persistente. Neste caso as atribuições estáveis e externas no pré-teste foram revertidas para uma situação mais desejável de atribuições instáveis e controláveis, sendo estas coerentes com os pressupostos teóricos.

Pode-se citar as expressões que refletem esta mudança: “Acerto mais do que erro”; “Me concentro e me esforço”; “Faço e penso na curveta para fazer o rodante flic certo. Depois é só subir”, percebe-se neste discurso uma maior confiança em si e conseqüentemente aumentando sua percepção de auto-eficácia (BANDURA, 1977, 1982), reforçando o esforço e melhorando a percepção de habilidade. A utilização do pronome “me” vezes sugere que ele esta fazendo uma atribuição mais interna e pessoal após a intervenção.

4.3.1.1.2. POSQ

Tabela 3 - Descrição dos valores do POSQ do atleta OM

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Ego	4,6	3,5	3,8
Tarefa	4,6	4,3	4,6

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Os valores desta escala demonstram que o atleta tem um equilíbrio entre as orientações às metas, ambas bastante altas no pré-teste. A diminuição da orientação ao ego pode estar associada à diminuição do controle externo, pois o atleta passa a focar mais na melhora de sua performance do que na comparação com os outros ginastas e menos no reconhecimento externo do técnico e do grupo.

4.3.1.1.3. IMI

Tabela 4 - Descrição dos valores do IMI do atleta OM

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Apreciação e Interesse	4,75	4,4	4,6
Competência Percebida	4	3,2	3,6
Importância e Empenho	4	3,75	3,75
Tensão Pressão	-	3,5	3,25

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

De forma geral os índices de motivação intrínseca estão excelentes, além de coerente com a percepção de sucesso citada anteriormente. Os resultados anteriores ficam mais respaldados com as teorias de atribuição e orientação às metas que afirmam que os atletas com atribuições bem adaptadas e orientados à tarefa tem maior motivação. De acordo com a *Self Determination Theory* - Deci & Ryan (2000), aumentando a percepção de competência e autodeterminação haverá também um acréscimo no interesse, no prazer e na satisfação inerente pela atividade, isto é, incrementa-se a motivação intrínseca como um todo.

4.3.1.2. Inventário Emocional

4.3.1.2.1. Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira

Tabela 5 - Descrição do Discurso da Expectativa do Atleta OM

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Ganhar a competição do Brasileiro Melhorar na argola e nos outros aparelhos	Me esforçar para tirar primeiro lugar Treinar bem

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Observa-se que no primeiro momento, o discurso do atleta estava voltado para o resultado, coerente com os resultados do POSQ que apresentaram alto valor de orientação ao ego. No discurso pós intervenção percebe-se uma sutil mudança na estratégia cognitiva de esforço e dedicação, as expressões “esforçar” e “treinar” refletem a mudança na orientação e nas atribuições sugeridas na análise dos instrumentos psicométricos, no qual o enfoque passa a ser na forma de alcançar o resultado e atingir suas metas.

4.3.1.2.2. Relação do Atleta com o Treinador

Tabela 6 - Descrição do Discurso da Relação Treinador/Atleta OM

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Se eu erro, peço explicação	Legal
Legal comigo	Ele é legal
Briga, mas eu entendo	Briga pra gente se esforçar e aprender mais
Faz a gente treinar bem	Ensina muito bem
É exigente com tudo	Sinto confiança nele
Eu confio nele	

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Não se verificou, nos distintos momentos, diferença no discurso do ginasta, o que confirma a continuidade da linha de conduta do técnico que fizera parte do grupo experimental dois. Percebe-se neste treinador que os efeitos da intervenção foram mais sutis do que no grupo experimental um, possivelmente, pelas condições iniciais e características pessoais nas estratégias de motivação. O treinador em questão já apresentava um bom desempenho e uma boa relação com seus atletas, além disso, possuía uma excessiva confiança no seu trabalho e na sua eficácia, tornando-se inclusive um pouco mais reticente às instruções e às mudanças sugeridas do que a treinadora do grupo um.

4.3.1.2.3. Relação dos Pais do Atleta com o Esporte

Tabela 7 - Descrição do discurso da relação pais/atleta OM

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Ela apóia Quer o melhor de mim Fica triste e pede para eu me esforçar As vezes dá bronca	Minha mãe gosta Ela me apóia em tudo Fica alegre por que eu faço Quando eu vou bem, ela fica muito alegre Fica triste quando eu digo que não consigo

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Pode-se perceber o comprometimento e o envolvimento da mãe como um todo, explicando, em parte, a alta percepção de controle externo do ginasta no pré-teste.

4.3.1.2.4. Desempenho do Atleta no Solo

Tabela 8 - Descrição do Discurso do Desempenho no Solo do Atleta OM

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
5 Tenho muita dificuldade De vez em quando eu consigo Me sinto pouco alegre	7 Meu rodante flic mortal é alto Sai direito O tio Carlinhos gosta muito

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Nota-se que o ginasta não se via muito satisfeito com o seu desempenho uma vez que essa tarefa representava um alto nível de dificuldade, e por isso, ele não obtinha sucesso em todas as tentativas.

Após a intervenção, se constata, através do discurso, que sua dificuldade foi superada tornando a visão da sua execução mais positiva.

4.3.1.2.5. Como o Atleta se Sente ao Treinar o Aparelho Cavalo com Alças

Tabela 9 – Descrição do Discurso de como o Atleta se Sente ao Treinar no Aparelho Cavalo com Alças

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
pouquinho com medo Quando erro parece que não vou conseguir	Alegre porque eu gosto de fazer rodante flic mortal.

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Observa-se que no primeiro inventário, o ginasta declarou sentir-se amedrontado ao treinar em seu aparelho de maior dificuldade, e disse que esse temor é aumentado quando o mesmo não obtém um resultado positivo ao executar a seqüência rodante flic mortal.

Sua percepção foi modificada no segundo inventário uma vez que a análise de seu sentimento passou a ser embasada no prazer que sente ao executar o movimento mencionado.

4.3.1.2.6. Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício

Tabela 10 – Descrição de como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Triste porque o tio vai brigar Com medo de errar	Um pouco chateado e triste O tio fica perto e eu consigo

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Na pré-intervenção o atleta expressou o medo de errar em função de o técnico ficar chateado. Dentro desse discurso, nota-se que o fato enfocar o desempenho da tarefa em função de pessoas que ele julga serem importantes, gera ansiedade e insegurança.

Na pós-intervenção o atleta não mencionou fatores externos ligados à seus sentimentos quando não consegue realizar a tarefa, a não ser a segurança que sente com o técnico ao lado. Esse fato pode ser visto como positivo, pois sua percepção pode ter sido modificada a partir da conduta do técnico com o atleta fazendo com que o este esteja mais confiante, o que permite estar mais voltado para o exercício.

4.3.1.2.7. O que o Atleta faz para Reverter o que Sai Errado

Tabela 11 - Descrição do Discurso do Atleta para Reversão do seus Erros

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Fico triste porque não competi no solo	Faço e penso na curveta para fazer o rodante flic certo Depois é só subir

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Através do discurso percebe-se a utilização de estratégias técnicas que estão relacionadas a uma maior controlabilidade. Melhorou sua percepção de habilidade no que se refere a capacidade de superar a dificuldade.

4.3.1.2.8. Desempenho Geral do atleta

Tabela 12 - Descrição do Discurso do Desempenho Geral do Atleta OM

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
7 Acerto mais nos outros aparelhos do que no solo	7 Acerto mais do que erro Me concentro e me esforço Às vezes não me concentro e não me esforço e não consigo

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Anteriormente, o atleta tinha uma visão de seu desempenho global positiva embora desse ênfase negativa ao aparelho solo.

Na segunda fase, sua auto-avaliação continuou alta, porém seu discurso foi moderado, enfatizando não somente um, mas todos os aparelhos. Além disso, se confirmou o objetivo do programa, pois foram feitas pontuações na concentração e no esforço. Desta forma, o ginasta está voltado para a auto-superação, o que contribui substancialmente para energizar e melhorar a motivação intrínseca.

4.3.1.2.9. Desempenho em Competição

Tabela 13 - Descrição do Discurso do Desempenho em Competição do Atleta OM

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
7	7
Faço certo de vez em quando	Erro poucas coisas como ponta pé e joelhos
Gosto de deixar o tio e a mãe felizes	Eu me acostumei a fazer isso, mas quando me concentro, eu consigo

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Embora sua avaliação em competições tenha se mantido no sucesso, nota-se o emprego do “concentro” e “consigo” em seu discurso, o que faz com que a tarefa seja mais bem administrada e sob efetivo controle do ginasta, fomentando uma crescente tendência na luta pelo sucesso.

Embora sua avaliação em competições fosse alta nos dois questionários, no primeiro ele dá a causa de seu desempenho à fatores externos, em função de algo que trouxesse satisfação para os outros; no segundo, o ginasta faz a justificativa a considerações que se referem a ele mesmo e, além disso, argumenta que quando está focado no exercício que irá executar, consegue realizar a tarefa com sucesso e com a técnica correta.

Conclui-se, portanto, que o atleta SM apresentou melhoria em sua performance e, dessa forma, comprovando a eficiência do programa de retreinamento, uma vez que sua dificuldade foi superada, tornando a visão da habilidade mais positiva. Sua percepção ao longo do processo foi modificada, porquanto passou a atribuir as causas de seu resultado a fatores pessoais dando enfoque a concentração e ao esforço como forma de alcançar o resultado, o objetivo traçado. Esse fato pode ser comprovado apenas destacando-se uma parte de seu discurso onde ele justifica seu desempenho a considerações que se referem a si próprio, e em complemento ainda argumenta que quando está focado no exercício que irá executar, consegue realizar a tarefa com sucesso e com a técnica correta e recomendada.

4.3.2 Estudo Dois: Atleta BR

4.3.2.1. Rendimento

Tabela 14 - Descrição do rendimento da atleta RB

Data	Pré-Intervenção	Pós – Intervenção
Competição	Torneio Nacional (Curitiba)	Torneio Nacional (Goiânia)
Pontuação geral	32,133	33,100
Nota Na paralela	07,300	08,100

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Evidencia-se que houve melhoria na pontuação, tanto no aparelho de maior dificuldade, quanto na pontuação geral.

Isso caracteriza uma certa evolução, principalmente no desempenho na paralela, porquanto se na primeira competição a ginasta não executou o elemento “grupadinho”, apesar de obrigatório na série em que ela apresentou, o que acarretou-lhe uma nota de partida inferior à que realmente deveria ser, por outro

lado no segundo torneio esse elemento foi preponderante na execução, refletindo nítida e positivamente na sua nota final.

4.3.2.2. Testes

4.3.2.2.1. Escala Brasileira de Atribuição Causal

Tabela 15 - Descrição dos valores da EBAC da atleta BR

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Desempenho	4	4	5
Estabilidade	2,33	1,33	1,67
Causalidade	3,67	3,67	3,33
Controle Pessoal	3,67	3,33	3
Controle Externo	2,67	1,33	2

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Houve um acréscimo no desempenho que, de uma avaliação 4, passou para 5 no teste que foi aplicado após a intervenção, o que caracteriza uma percepção de sucesso maior, sinalizado pela própria ginasta que passa a acreditar mais em seu potencial.

O fator estabilidade diminuiu em relação ao primeiro teste aplicado. Apesar de que na avaliação de sucesso a estabilidade deve ser preferencialmente alta, no caso da presente atleta, esse decréscimo é positivo, pois ela analisa a tarefa como algo instável, capaz de ser modificada e aprimorada.

4.3.2.2.2. POSQ

Tabela 16 - Descrição dos Valores do POSQ da Atleta BR

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Ego	2,83	1,17	1,05
Tarefa	3,33	4,33	3,67

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Se por um lado houve incremento na tarefa, de outra forma ocorreu diminuição no ego, ambos sinalizando mudanças positivas, sendo que na tarefa a ginasta passa a introjetar mais a causa de seu desempenho, enquanto que no ego, apesar de se registrar um decréscimo acentuado para um nível competitivo no qual a atleta está inserida, este fato se caracteriza também como positivo porquanto a atleta é dotada de um elevado nível de ansiedade. A junção destes fatos faz com que a cobrança diminua, passando assim, a atleta, a responder melhor perante esse fator ansiogênico.

4.3.2.2.3. IMI

Tabela 17 - Descrição dos valores do IMI da atleta BR

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Apreciação e Interesse	3	3	4,25
Competência Percebida	3,60	3,40	3,20
Importância e Empenho	4	3	3,25

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

O acréscimo na apreciação e interesse demonstra o aumento da motivação para a prática da ginástica olímpica.

Já a competência percebida diminuiu, confrontando-se com o restante dos dados, os quais, quando são analisados com mais detalhes, indicam que a atleta se sente trabalhando melhor.

4.3.2.2.4. IEETE

Em relação à tarefa percebe-se uma melhora na percepção “técnica” da execução, pois as expressões “ruim”, “pesada” e “difícil” deixaram de ser relevantes para a ginasta, que passou a perceber e executar a tarefa com uma tendência mais positiva.

Em relação ao seu sentimento ao executar a tarefa, houve uma mudança geral bastante positiva, destacadamente nos itens “sentir-se bem”, “forte” e “concentração”, onde esta tendência fica mais evidenciada.

Essas mudanças, acreditamos, podem ser conseqüência da implementação de técnicas que fizeram parte do programa de retreinamento, e que consistia em sessões de relaxamento, respiração e mentalização tendo como objetivo diminuir a ansiedade–estado e, conseqüentemente, seu nível de ativação, visando retirar sentimentos de apreensão e tensão que influenciam negativamente no desempenho da habilidade, e desta forma a atleta passa a experimentar uma sensação de controle de suas ações. Este fato se confirma em seu discurso, ao analisar quando consegue fazer a tarefa, expressando-se: “faço a mentalização e isso ajuda”.

4.3.2.2. Inventário Emocional

Tabela 18 – Descrição da Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Melhorar em tudo que estou ruim	Melhorar o que sei fazer
	Melhorar os resultados da competição

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Percebe-se que no primeiro instante a atleta traz em seu discurso a expressão “ruim”, o que gera uma carga negativa em uma análise geral das tarefas que executa na ginástica olímpica.

No segundo instante o aspecto negativo é retirado de seu relato, demonstrando que este foi minimizado, o que pode se confirmar também no IEETE, onde ficou evidenciada a melhoria de seu controle diante a tarefa. A questão

“melhorar” continua permanente, caracterizando o esforço para atingir seu objetivo no contexto desportivo.

4.3.2.2.1. Relação do Atleta com o Treinador

Tabela 19 – Descrição da Relação do Atleta com o Treinador

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Boa Acho legal	Está bem Tem diálogo. Pergunta quando erro, faz pensar e ajuda a melhorar Pouco exigente

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Percebe-se que, com o emprego do discurso que envolve o diálogo com o técnico, houve um acréscimo na atribuição do exercício, onde, ao analisar a causa do seu erro, a ginasta passa a ter uma melhor avaliação, uma percepção mais plausível e precisa, induzindo-a a utilizar-se de instrumentos internos para que a tarefa se torne mais controlável e, conseqüentemente, mais eficiente.

A expressão “pouco exigente” presume-se se deva ao fato de que, com a implementação do programa onde o técnico leva o atleta a buscar a causa de seu desempenho, a atividade torna-se mais complexa e por efeito exige mais de ambas as partes. Esse fato se confirma no discurso da técnica em que relata que “o treino ficou mais cansativo porque tenho que parar, analisar e conversar com a ginasta, e isso requer um maior desprendimento de energia”.

Além disso, nota-se que o respeito e a confiança começam a ter lugar em seu discurso, evidenciados pela reação e postura da ginasta após a intervenção. Isso se deve ao fato de que o programa contribuiu não somente na atribuição e motivação do atleta, mas também significativamente na relação interpessoal técnico – atleta.

4.3.2.2.2. Desempenho da Atleta nas Paralelas

Tabela 20 – Descrição do Desempenho da Atleta nas Paralelas

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
4	7
Tenho medo da passagem	Tenho pouco medo agora
Quase quebrei o braço	Tenho pouco medo agora

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Na pré-intervenção o medo era um elemento que gerava ansiedade à atleta devido a um evento ocorrido no passado e que foi se tornando crônico, a ponto de desencorajá-la e inibi-la a executar o movimento que anteriormente desenvolvia com habilidade, tornando, assim, a execução da tarefa indominável e prejudicando consideravelmente a performance.

Na pós-intervenção a ginasta passou a ter uma percepção de que a tarefa pode ser controlável, e desta forma passou a analisá-la melhor, como se percebe no relato “tenho que treinar mais”

4.3.2.2.3. Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício

Tabela 21 - Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Normal. Eu já acostumei a não conseguir fazer	Fico pouco triste, mas não atrapalha

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Nota-se nitidamente a desmotivação por parte da atleta, devido ao alto nível de ansiedade, como se observa no transcrito do seu relato, onde fica caracterizado que ela não vislumbra horizontes para melhoria do seu desempenho.

No segundo instante, seu relato pontua-se no fato de que, apesar do fator ansiogênico, este não a prejudica na tentativa de buscar o aperfeiçoamento nessa habilidade, desta forma caracterizando um controle ao executar o movimento.

4.3.2.2.4. Como se Sente Quando Consegue Fazer o Exercício

Tabela 22 – Descrição de Como se Sente Quando Consegue Fazer o Exercício

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Nada	Um alívio grande Conseguo fazer mentalização e ajuda muito

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

O fator mentalização contribuiu para um manejo do controle da ansiedade, uma vez que não houve nenhuma pontuação em nenhum instante da entrevista Pré-Intervenção, relacionado à mentalização. É possível que isso se deva ao fato de que foi a técnica aplicada na ginasta durante o programa de retreinamento.

4.3.2.2.5. O que o Atleta Faz Para Reverter o que Sai Errado

Tabela 23 - Descrição do Discurso do Atleta para Reversão do seus Erros

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Me jogar para frente	Mentalizar mais
Tenho que empurrar a perna	A professora me ajuda

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Há uma diferença considerável no relato da atleta entre o Pré e o Pós, ao se observar que no primeiro instante ela falava somente de ações de características técnicas, enquanto que no segundo relato percebe-se o incremento da palavra “mentalizar”, que tem uma relação direta com a atenção e com o foco canalizado para a tarefa, proporcionando-lhe conseqüentemente uma visão mais ampla das variáveis que podem influenciar na sua atuação.

Destaca-se também a importância da treinadora como um fator de contribuição para o alcance da meta, salientando a sua ajuda à ginasta com colocações imbuídas do propósito de transmitir-lhe segurança, capaz de levá-la a uma conscientização maior de seu desempenho no esporte. Dentre as colocações, destacam-se: “Está mais confiante?”; “Isso, sentiu a diferença?”; “Se o braço está devagar o que falta?”; “Está segura?”. Esses fatores corroboram a importância e a influência do bom desempenho da técnica na aplicação do programa de retreinamento.

4.3.2.2.6. Desempenho Geral da Atleta

Tabela 24 – Descrição do Desempenho Geral da Atleta

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
5	5
Eu não sou boa como minhas amigas	Na turma tem gente melhor Sem comparar me acho boa

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Tanto em seu primeiro discurso quanto no segundo, a ginasta, fazendo comparativos, sempre associou seu desempenho aos dos outros, o que caracteriza que a causa se relaciona a fatores externos e à ênfase nos resultados. A fala na pós – intervenção, de que quando ela se auto – analisa demonstra-se satisfeita com sua atuação no esporte, é um fator que poderá contribuir substancialmente no propósito

de se obter um controle interno melhor onde a meta começa a ser traçada consigo mesma.

4.3.2.2.7. Desempenho em Competição

Tabela 25 – Descrição Desempenho em Competição

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
5	6
“Sempre tiro lugar bom ”	“Fui bem na competição”
“Me empenho mais do que nos treinos”	“Tirei 3 lugar na primeira competição infantil”.

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Sua percepção de melhora ao analisar seu desempenho no contexto competitivo pode ser devido ao sucesso que obteve em seu último resultado onde a ginasta conseguiu, com êxito, desenvolver a tarefa que tinha dificuldade.

Destaca-se, portanto, da atleta analisada que se integrou ao grupo experimental, a superação de um considerável obstáculo que poderia contribuir como uma significativa limitante no deslanchar de sua carreira.

A melhoria de seu desempenho se deu a partir de fatores psicológicos internos que foram modificados em sua compreensão, perceptível através de seu relato e nos testes aplicados ao longo do processo de intervenção, e que foram imprescindíveis para que isso ocorresse . A atleta que anteriormente ao processo de retreinamento atribuía sua limitação ao fator medo, passou a perceber a tarefa como algo mais controlável o que lhe permitiu vislumbrar seus atos e assim formar um novo conceito no cumprimento da tarefa, contribuindo para que não desista frente ao primeiro obstáculo que possa vir a aparecer, analisando, desta forma, toda a

situação que envolve sua prática desportiva, e agindo, por conseqüência, com maior poder de consciência no exercício de seu esforço para atingir uma meta.

É oportuno ainda ressaltar a excelente atuação da treinadora que, aliada às técnicas aplicadas do retreinamento, foi imprescindível para que todas essas mudanças ocorressem, mercê de seu empenho ao aplicar o programa que contribuiu para a obtenção de resultados positivos não somente para a ginasta em apreço, como também, por extensão, à quase a totalidade do grupo com o qual ela trabalhou.

4.3.3. Estudo 3: Atleta CR

4.3.3.1. Rendimento

A presente atleta não havia participado de nenhum torneio nacional antes do período de intervenção por “falta de coragem” segundo o relato do treinador. Devido a esse fato, não há como comparar o rendimento da atleta.

Um ponto relevante apontado pelo técnico é que a atleta em seu primeiro torneio nacional que foi pós-intervenção, executou com uma série inferior ao que ela estava treinando e tinha competência para competir devido ao fator insegurança. Esse fato teve como conseqüência um primeiro lugar que, apesar de não ser louvável pela categoria inferior que a ginasta competiu, para ela aparentemente representou um fator motivacional uma vez que sua expectativa se embasava em ir para Goiânia e tirar o primeiro lugar, o que pode interferir na análise final deste trabalho.

4.3.3.2. Testes

É importante ressaltar, antes da análise dos testes, uma observação referente à falta de comprometimento da atleta analisada no preenchimento desses, onde sua atitude diante da prova era de descaso, pois todas as vezes que o recebia, além de fazer expressões negativas, o preenchia rapidamente (sempre era a

primeira a entregar). Portanto esses dados devem ser analisados com cautela perante a incerteza da fidedignidade de seu conteúdo.

4.3.3.2.1. Escala Brasileira de Atribuição Causal

Tabela 26 - Descrição dos Valores da EBAC da Atleta CR

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Desempenho	4	5	5
Estabilidade	1	1	1
Causalidade	3,67	4,33	3
Controle Pessoal	3,33	3,33	1,33
Controle Externo	1,33	1,33	1,33

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Em relação a EBAC, se pode inferir somente em seu desempenho que foi acrescido de um ponto. Esse aumento pode ser analisado como positivo pelo fato da atleta avaliar sua performance de uma forma evolutiva.

4.3.3.2.2. POSQ

Tabela 27 – Descrição dos Valores do POSQ da Atleta CR

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Ego	2,83	1,50	2,50
Tarefa	4,33	4,83	4,67

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Houve uma melhoria nos dois itens desse teste que demonstra que a atleta apresenta-se com o nível ideal da orientação ao ego como também na orientação a tarefa. Com isso a atleta parece estar regulada.

4.3.3.2.3.IMI

Tabela 28 – Descrição dos Valores do IMI da Atleta CR

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Apreciação e Interesse	3,50	4,25	3,75
Competência Percebida	3,60	3,80	3,20
Importância e Empenho	2,50	3,25	3,25

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Fazendo uma avaliação geral, a ginasta melhorou sua motivação intrínseca uma vez que os itens de apreciação e interesse e importância e empenho foram aumentados.

Somente o item competência percebida foi diminuído. Esse decréscimo pode estar relacionado com seu desempenho no Torneio Nacional onde a ginasta realizou uma série inferior a sua real capacidade.

4.3.3.3. Inventário Emocional

4.3.3.3.1. Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira

Tabela 29 - Descrição da Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Ganhar medalha	Conseguir fazer flic na trave
Ira para Goiânia	
Ficar em primeiro lugar em Mato Grosso	

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Analisando o relato da atleta nesses dois momentos distintos, nota-se que seu discurso que era embasado em resultados gerais, passou a ter como objetivo a realização de uma determinada tarefa, que é justamente a que lhe oferece maiores dificuldades, para assim poder ter condições de participar das competições.

Esse fato pode ser analisado como algo motivacional, pois para a ginasta chegar à satisfação, que é ir participar dos torneios, esta conscientizou-se de que as tarefas onde apresenta dificuldades que é o item anterior ao seu objetivo na pré-intervenção devem ser trabalhadas para ser alcançado.

4.3.3.3.2. Relação com o Treinador

Tabela 30 – Descrição da Relação com o Treinador

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
“Às vezes ela é chata”	“Mais ou menos. Às vezes ela tá chata, e às vezes legal”
“Briga demais quando eu não faço alguma coisa ou tô com preguiça”	“É chata quando manda fazer exercício difícil”
“Não é boa treinadora”	“É legal quando ajuda.”
“Sinto insegura”	
“Às vezes acredito nas dicas dela”.	

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Percebe-se uma discreta melhoria na relação da ginasta com a treinadora que pode ser notada em seu relato, onde a falta de credibilidade na mesma ao dizer que “ela não é boa treinadora” e “às vezes acredito nas dicas dela” não é mais apontada, havendo até o incremento de uma percepção positiva de que “ela é legal quando ajuda”. Essa modificação de sua percepção perante a treinadora acreditamos ocorrer devido à implementação do programa de retreinamento, que

provocou melhoria na inter-relação atleta-treinador, pois a proposta de perguntar à ginasta a causa de seu desempenho, fez com que o diálogo fosse mais rico, levando a atleta a analisar-se no contexto esportivo e buscar, junto à treinadora, formas de melhorar e modificar seu comportamento.

Um ponto a ser levantado nessa análise apresentada é a postura da atleta perante a atividade que pratica e a tarefa que desempenha nesse ambiente. Nota-se por parte da ginasta pré-disposição ao praticar os exercícios da ginástica olímpica, quando então relata “tô com preguiça”, “é chata quando manda fazer exercício difícil”. Isso demonstra falta de esforço ao desempenhar a tarefa transfere a culpa para a treinadora diante seu fracasso ao executar uma habilidade.

4.3.3.3.3. Desempenho da Atleta na Trave

Tabela 31 – Descrição do Desempenho da Atleta na Trave

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
5	
“Eu consigo fazer nem muita nem pouca coisa”	“Eu sou ruim”
“Eu queria saber mais, mas a Tati não me ensina”	“Não consigo e tenho medo”
“O Wilson me ensinava tudo”	

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Na pré-intervenção a ginasta atribuía seu desempenho no aparelho a um fator externo, no caso sua treinadora que não a ensinava. Ela entra com desconfiança da técnica, achando que o treinador anterior era melhor, enquanto que, na verdade, é um pretexto que está relacionado com situações pessoais que estão confrontando com a atividade esportiva onde a ginasta não tem o “tempo” para entrar no procedimento do programa. O fator “medo” vem de fora e pode ser associado a essa condição de não-adaptação a todos os contextos de vida que

acercam a ginasta, onde ela passa por uma dificuldade para lidar com qualquer tipo de situação que fuja de seu controle.

Após a intervenção, quando a treinadora passou a ter um contato mais próximo com a ginasta e a levou a aprender gradativamente a habilidade que se queixava não executar, a atleta passou a analisar seu desempenho mais internamente, o que levou a um decréscimo e à percepção de não ser capaz, gerando, assim, um fator negativo, que consiste na ansiedade da atleta para executar esse aparelho.

Nota-se, portanto, nesse quesito, uma certa melhoria por parte da treinadora, a que passou a ter um contato mais intenso com a ginasta, levando-a a desempenhar a habilidade da qual se queixava. Houve, porém, uma recaída considerável da atleta, que passou a se analisar sob uma ótica de inferiorização gerando fatores internos que não são por ela analisados, acarretando-lhe prejuízo em seu desempenho.

4.3.3.3.4. Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício

Tabela 32 – Descrição de Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
“Normal porque eu já estava fazendo”	“Mal porque eu não consigo fazer”

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Novamente percebe-se que no primeiro momento a atleta não tinha percepção interna, o que representou, conseqüentemente, uma análise inverídica de seu sentimento, dado o estágio de desenvolvimento da habilidade que era inicial, não percebia a tarefa realmente.

Na pós-intervenção, onde a atleta já executava a habilidade, seu discurso sobre seu sentimento foi modificado, transmitindo um sentimento negativo e incontrolável pelo insucesso com a causa interna, quando então ela diz “não consigo fazer” e não busca reverter as barreiras internas para o aprimoramento de seu desempenho.

4.3.3.3.5. O que Significa não Fazer o Exercício Bem

Tabela 33 – Descrição do que Significa não Fazer o Exercício Bem

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
“Que na hora da competição não vou tirar nota boa”	“Que vou tirar nota baixa e não vou ficar em primeiro lugar”

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Seu insucesso no aparelho de maior dificuldade tem como consequência mau desempenho na competição, isto é, seu padrão de comportamento era baseado em função de um resultado, sem qualquer reflexão sobre as causas de sua falha. Como consequência há um certo descontrole da tarefa em razão da própria dificuldade em desempenhá-la, que por sua vez contribui para desestimular a motivação.

No segundo momento há um agravante em seu discurso que é o “primeiro lugar”, reforçando ainda mais a ênfase no resultado, que pode gerar frustração e desmotivação maior se a ginasta não obtiver o êxito que almeja. Essa dificuldade em perceber a causa de sua falha pode ser observado nos registros do treinamento, quando então a treinadora, após uma falha da ginasta, perguntava-lhe qual seria a causa de seu erro esta não conseguia responder-lhe. Na tentativa de levar a ginasta a perceber sua falha e traçar estratégias para corrigi-la, ficou caracterizado que esta

fugia da situação, virando as costas ou simplesmente calando-se, ignorando o diálogo e fazendo expressões de insatisfação.

Percebe-se, então, que a ginasta não estava envolvida com o processo de mudança, por meio do qual buscava-se aperfeiçoamento da habilidade, através da investigação da verdadeira causa de seu desempenho. Por esta principal razão a ginasta não se preocupou em assimilar novas formas de aprimorar o seu comportamento, o qual limitou-se ao mero resultado, instável e sem controle.

4.3.3.3.6. O Que Faz para Reverter o que Sai Errado

Tabela 34 – Descrição do Que a Atleta Faz para Reverter o que Sai Errado

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
“Nada. Tenho medo de cair”	“Não pensar que vou errar e não ficar com medo” “Imagino fazendo certo e falando para mim que vou conseguir”

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Observa-se que no primeiro instante a atleta não utilizava nenhum recurso para obter êxito na habilidade que iria desempenhar, atendo-se somente a relatar a ansiedade que sentia ao ter que executar o movimento.

Na pós-intervenção observa-se que o incremento do pensamento positivo e da imaginação estão presentes, uma vez que essas técnicas foram aplicadas no programa de retreinamento e reforçadas pela treinadora durante o treinamento. Essa postura da atleta perante a situação de desempenhar a tarefa faz com que o fator ansiogênico torne-se mais controlável.

4.3.3.3.7. Desempenho Geral da Atleta

Tabela 35 – Descrição do Desempenho Geral da Atleta

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
6 “consigo fazer um monte de coisas” “Tento melhorar” “Quero chegar lá na frente”	6 “A maioria doe exercícios eu consigo fazer, só alguns que eu não consigo “

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Seu desempenho geral não foi modificado. Entretanto seu discurso aparentemente demonstra uma queda na motivação, pois a perspectiva de querer evoluir no esporte em que está inserida foi notada somente na pré –intervenção, onde ela relatou “quero chegar lá na frente” e “tento melhorar”, enquanto que na pós-intervenção seu desempenho foi atribuído somente às tarefas que sabia desempenhar.

4.3.3.3.8. Desempenho em Competição

Tabela 36 – Descrição do Desempenho Geral da Atleta

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
5 “Sempre tiro lugar bom ”	6 “na competição em Goiânia, eu fui ruim na paralela, ai eu não consegui fazer os outros direito” “Quando eu vou mal em um aparelho, eu também vou nos outros”

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Houve relativa melhoria no desempenho em competição, que pode ser atribuída ao resultado que a ginasta obteve no Torneio de Goiânia, o qual, apesar de constituir-se num primeiro lugar em uma categoria inferior à qual ela estaria credenciada a participar, pode ter contribuído, em razão do pódio, por ativar a percepção de sucesso.

A análise de seu desempenho negativo em um determinado aparelho em função de uma performance não bem sucedida em um outro aparelho, se deve ao fato da sua incapacidade em proceder a análise mais apurada, em não saber o “porque” do erro. Por essa razão, carrega consigo a ansiedade pelo mau desempenho no primeiro aparelho, e a transfere, sob a forma de insegurança, para o próximo aparelho que irá executar.

Percebe-se, portanto que a presente atleta analisada que fez parte do grupo experimental no qual sofreu intervenção, e por isso a princípio deveria sofrer modificação em seu desempenho, fugiu a regra por não responder ao procedimento de retreinamento das atribuições causais onde permaneceu estagnada em seu rendimento havendo até mesmo um decréscimo de sua desenvoltura no esporte uma vez que, no torneio que seria uma dos instrumentos de avaliação do programa, a ginasta competiu em um nível inferior ao qual ela estava preparada. O que deve ser levado em consideração nessa análise é a questão da sua atuação no torneio que, apesar de não ser desejável, a atleta encarou de uma forma positiva devido à colocação que obteve, refletindo em uma relativa busca pelo aprimoramento, mas que acaba esbarrando em seus próprios limites internos na busca por esse objetivo.

Apesar da excepcional atuação da treinadora perante o programa, há uma pré-disposição da atleta em receber e assimilar as causas que implicam em sua performance no ambiente desportivo tendo como reflexo a permanência de seus sentimentos e impressões emocionais, que permaneceram negativas, e que são a base para a modificação de um comportamento conforme o programa. Suas causas permaneceram instáveis e sem controle que corroboram para uma falta de esforço perante a tarefa, e aumentam sua ansiedade pela falta ferramentas internas próprias que seriam capazes de sanar esses problemas.

4.3.4. Estudo 4: Atleta FM

4.3.4.1. Rendimento

Tabela 37 – Descrição do Rendimento do Atleta FM

Data	Pré-Intervenção	Pós – Intervenção
Competição	Torneio Nacional (Birigüi)	Torneio Nacional (Goiânia)
Pontuação geral	28,616	34,600
Nota no solo	07,700	08,400
Classificação	1º individual geral	2º individual geral

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Percebe-se que, de forma geral, que o sujeito analisado trata-se de um atleta de sucesso como pode ser comprovado nos resultados acima.

Segundo relato do treinador, sua nota no salto sobre a mesa aumentou pela qualidade da execução, pois a habilidade foi a mesma nos dois campeonatos, e, embora nos outros aparelhos suas séries em Goiânia possuísem um maior grau de dificuldade, sua apresentação foi superior ao campeonato anterior.

Em relação à colocação, o ginasta que venceu em Goiânia não competiu em Birigüi, sendo assim, esse dado perde seu real valor em uma análise de decréscimo em seu rendimento.

4.3.4.2. Testes

4.3.4.2.1. Escala Brasileira de Atribuição Causal

Tabela 38 – Descrição dos Valores da EBAC do Atleta FM

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Desempenho	7	7	7
Estabilidade	5	5	5
Causalidade	5	5	5
Controle Pessoal	5	5	5
Controle Externo	1	1	1

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Não foram encontradas diferenças na EBAC, o que demonstra características atribucionais bem adaptadas que se mantiveram desde o princípio. Ao analisar detalhadamente a situação de sucesso absoluto a qual o ginasta percebe sua carreira, podemos concluir que o ginasta está fazendo atribuições estáveis, internas e controláveis, sendo estas coerentes com os pressupostos teóricos.

Muitos pesquisadores (BUKOWISKI e MOORE, 1980; HEIDER, 1958; SPINK, 1978; SPINK e ROBERTS, 1980 *apud* BIDDLE, 1984) investigaram o processo atribucional em atletas, chegando geralmente a seguinte conclusão: a vitória é atribuída a fatores internos como habilidade e esforço, de fato percebe-se no discurso deste atleta que o esforço é um fator determinante na sua avaliação. Podemos citar as expressões, “me esforço bastante”, “tento me esforçar sempre”, “não falto e treino muito” para ilustrar essa discussão.

4.3.4.2.2. POSQ

Tabela 39 – Descrição dos Valores do POSQ do Atleta FM

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Ego	1,83	2	2
Tarefa	5	4,33	5

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Os valores desta escala demonstram que o atleta tem uma orientação à tarefa bastante forte em contraste com a orientação ao ego, indicam também um bom equilíbrio entre as duas orientações. Apesar de a literatura (NICHOLLS, 1989, 1992; DUDA, 1993, 1998), sugerir valores de orientação ao ego um pouco mais altos para que os atletas sejam mais competitivos e alcancem melhores resultados, consideramos estes resultados coerentes com a realidade do atleta, ou seja, idade e nível de exigência competitiva.

Os itens 3 “eu faço melhor que os outros” e 5 “eu realizo coisas que os outros não conseguem” apresentaram aumento de valor nas escalas. Sugere-se, portanto, que pode significar um incremento na percepção individual de possibilidade competitiva. Ressalta-se que na realidade a forma de fazer as avaliações da própria maestria depende de como o sujeito define a sua habilidade (NICHOLLS, 1984; DWECK, 1986; DUDA, 1989), e que estas avaliações não são inatas, mas sim estabelecidas a partir do “clima motivacional” no qual se desenvolve o sujeito (AMES, 1992), concluímos que os treinadores, companheiros de equipe e os pais também são responsáveis pelo estabelecimento destas condutas de de auto-superação, isto é, orientação à tarefa.

Em relação à redução do item 9 “sou o melhor”, o qual considera-se como um dos itens mais ansiogênicos, devido ao seu caráter de ‘cobrança’, isto é, ter que “ser” o melhor como um todo, acredita-se que pode representar uma melhor capacidade competitiva, no sentido de melhorar sua percepção de auto-eficácia (BANDURA, 1977, 1982), para aumentar o esforço e manter a percepção de habilidade.

4.3.4.2.3. IMI

Tabela 40 – Descrição dos Valores do IMI do Atleta FM

Data	Pré – teste (05/04/2005)	Teste (31/05/2005)	Pós-teste (27/06/2005)
Apreciação e Interesse	5	4,2	5
Competência Percebida	4,2	4,2	4,2
Importância e Empenho	4	4	4

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

De forma geral os índices de motivação intrínseca estão excelentes, além de coerente com a percepção de sucesso citada anteriormente. Os resultados anteriores ficam mais respaldados com as teorias de atribuição e orientação às metas que afirmam que os atletas com atribuições bem adaptadas e orientados à tarefa tem maior motivação. De acordo com a *Self Determination Theory* - Deci & Ryan (2000), aumentando a percepção de competência e autodeterminação haverá também um acréscimo no interesse, no prazer e na satisfação inerente pela atividade, isto é, incrementa-se a motivação intrínseca como um todo.

Houve uma mudança significativa no item 17, referente à frase "as tarefas não prendem minha atenção", que de discordante passou para concordante desta situação referente ao treinamento. Esse dado não é coerente com o restante dos dados subjetivos coletados a respeito da atenção do atleta ao praticar a modalidade, onde, nos dados pós-intervenção, seu discurso é pautado em maior parte justamente em cima da atenção como um meio para se alcançar um fim, ou seja, como uma forma, uma ferramenta que ele utiliza para de obter êxito nos seus resultados.

4.3.4.3. Inventário Emocional

4.3.4.3.1. Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira

Tabela 41 – Descrição da Expectativa do Atleta em Relação a sua Carreira

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Treinar bem e tentar viajar	Não faltar os treinos
Fazer todos aparelhos	Prestar atenção e não brincar
Ir para o Brasileiro	

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Observa-se que no primeiro momento sua expectativa se baseava no objetivo final, enquanto que, no segundo momento, esta se modificou, passando a basear-se na atenção como forma de alcançá-la. Portanto, percebe-se que o ginasta já tinha consciência da necessidade de se esforçar para atingir suas metas e que a mudança ocorre justamente no aprimoramento de suas habilidades perceptivas em relação às possibilidades de controlar e utilizar os recursos pessoais (os instrumentos pessoais) que lhe são imprescindíveis para alcançá-las.

4.3.4.3.2. Relação do Atleta com o Treinador

Tabela 42 – Descrição da Relação do Atleta com o Treinador

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Se eu erro, peço explicação	Legal
Legal comigo	Confio e respeito
Brinca e fala sério	Bom treinador

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Não se verificou, nos distintos momentos, diferença no discurso do ginasta, o que confirma a continuidade da atuação do técnico que fizera parte do grupo

controle, além de reforçar suas características e atribuições pessoais como reguladora de sua conduta e desempenho no ambiente desportivo.

Destaca-se que nas observações analisadas o discurso do treinador não apresenta nenhum indicativo atribucional, não usa nem por acaso as condutas sugeridas no programa de retreinamento atribucional, como se pode observar nas Fichas de Acompanhamento Diário, em anexo (ANEXO 5).

4.3.4.3.3. Relação dos Pais do Atleta com o Esporte

Tabela 43 – Descrição da Relação dos Pais do Atleta com o Esporte

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Eles acham bom É melhor eu fazer algo à tarde do que ficar em casa sem fazer nada Sempre apóiam	Aceitam bem Me trazem aqui Apóiam muito Gastar o dinheiro já é um esforço

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

O relato do treinador quanto às condições pessoais de “sacrifício”, nos fazem crer que são indicativos da importância que a família dá ao esforço deste ginasta, neste sentido cita-se a dificuldade de locomoção da escola para o ginásio e do ginásio para casa, bem como, a situação precária a que se submete todos os dias ao almoçar em baixo de um bloco próximo da escola. Neste caso podemos perceber o comprometimento e o envolvimento da família como um todo, explicando a percepção do ginasta de total apoio.

4.3.4.3.4. Desempenho do Atleta no Cavalo com Alças

Tabela 44 – Descrição do Atleta no Cavalo com Alças

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
4	7
Medo	não fiquei com medo
É difícil	treinei bem
“treinando eu vou conseguir”	“sempre me esforçarei para melhorar”

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Na pré-intervenção o elemento tesoura estava presente transmitindo insegurança e ansiedade para o atleta ao treinar esse aparelho.

Deve ser levado em consideração que na pós-intervenção o ginasta não mais treinava a tesoura, aumentando assim a percepção de sucesso e diminuindo a ansiedade-estado, além de propiciar o controle mais eficiente da tarefa, visto que o atleta não mais precisaria se adaptar a estímulos geradores de ansiedade. Portanto, sugere-se que este dado possa ter interferido na análise final da melhoria do presente atleta, pois a percepção de melhora deve-se ao fato de que o elemento tesoura foi retirado do treinamento e não pela causalidade do evento em si.

4.3.4.3.5. Como o Atleta se Sente ao Treinar o Aparelho Cavalo com Alças

Tabela 45 – Descrição de Como o Atleta se Sente ao Treinar o Aparelho Cavalo com Alças

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Normal	Quero sempre aprender mais
	Treino igual, com a mesma vontade

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Assim como no desempenho no cavalo, houve melhoria no fator ansiogênico, uma vez que a tesoura foi retirada do treinamento.

4.3.4.3.6. Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício

Tabela 46 – Descrição de Como o Atleta se Sente Quando não Consegue Fazer o Exercício

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Pouco nervoso É difícil, cansativo	Procurando melhorar Pouco nervoso, tento, tento e não consigo Continuo treinando

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

O ginasta demonstra que está buscando o aprimoramento, e apresenta interesse por sua melhora no rendimento. Percebe-se na análise deste item a presença da motivação intrínseca, comentada e discutida na análise do Inventário de Motivação Intrínseca. Além disso, tem-se aqui um indicativo de aumento da persistência, configurada no seguinte discurso: “tento, tento e não consigo”, e em seguida complementa: “continuo treinando”.

4.3.4.3.7. O que o Atleta faz Para Reverter o que Sai Errado

Tabela 47 – Descrição do que o Atleta faz Para Reverter o que Sai Errado

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
Procuro o professor Às vezes o medo atrapalha	Pergunto para o M se está certo, ficando bom Concentro, penso no que ele falou e tento me esforçar

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Através do discurso percebe-se o incremento das palavras “concentro” e “esforçar” demonstrando uma nítida e significativa relação com a atenção e a persistência no esporte.

4.3.4.3.8. Desempenho Geral do Atleta

Tabela 48 – Descrição do Desempenho Geral do Atleta

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
7 “Tenho um nível bom de nota”	7 “Estou treinando bem, me esforçando e vindo todos os dias” “No futuro, quero ter um desempenho e resultado melhor, e poder participar de competições”.

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Em seu primeiro discurso, o ginasta atribuía seu desempenho às notas boas que obtinha, ou seja, baseado no resultado.

Na pós-intervenção, o atleta já insere expressões como “treinar bem” e “me esforçando”, caracterizando um redobramento no esforço como forma para se alcançar a plenitude do sucesso, que por sua vez relaciona-se a um desempenho e resultados melhores para justificar a participação em futuras competições. Desta forma, o ginasta está voltado para a auto-superação, o que contribui substancialmente para energizar e melhorar a motivação intrínseca.

4.3.4.3.9. Desempenho em Competição

Tabela 49 – Descrição do Desempenho em Competição

Pré-Intervenção	Pós-Intervenção
7 “Gosto de competir”	7 “Tenho ido bem nas competições”. “Me esforço bastante, estou treinando bem e prestando atenção”.

Fonte: Dados da pesquisa (2005).

Embora sua avaliação em competições tenha se mantido no sucesso, nota-se o emprego do “esforço” e da “atenção” em seu discurso, o que faz com que a

tarefa seja mais bem administrada e sob efetivo controle do ginasta, fomentando uma crescente tendência na luta pelo sucesso.

Conclui-se, portanto, que o atleta que fez parte do grupo controle no programa de retreinamento teve uma evolução considerável em seu desempenho e na percepção do que significa o esporte para ele. Mostra-se capaz de definir, apesar da pouca idade, o porquê de praticá-lo, seus objetivos e metas, além de credenciar-se à auto - análise de seu antecedente comportamental, as variáveis e a consequência de um determinado ato, buscando, assim, ferramentas internas próprias, que visam alcançar a forma mais correta de se esforçar e de se na busca do melhor rendimento alcançável que estabeleceu para si. O fator ansiogênico é um ponto nesta análise final a se destacar pelo fato de ter interferido na melhoria de seu desempenho, pois a ansiedade que o atleta experienciava no início do programa passou a não mais existir em razão de o elemento aversivo haver sido retirado de seu treinamento.

Atribui-se a este ginasta características atléticas excepcionais, pois ele obteve tanto melhoria técnica quanto na regulação psicológica, produzidas a partir das suas próprias potencialidades e com notavelmente pouca intervenção do treinador. Isto explicaria porque, sendo do grupo controle, se produz nele uma melhoria de seu rendimento e capacidades, mediante desenvolvimento espontâneo.

5. CONCLUSÃO

Realizou-se no presente estudo uma análise dos diversos comportamentos de quatro distintas ginastas que compunha uma equipe objeto de uma pesquisa, dentre as quais, três pertenciam ao grupo experimental e um ao grupo controle, cujo propósito consistiu em observá-los diante das diferentes formas de orientação ao retreinamento das atribuições e, então, extrair dos dados obtidos uma acurada percepção e compreensão de como eles lidam com a motivação.

Os dados obtidos revelaram que, de um modo geral, cada sujeito apresenta uma forma de lidar com os aspectos que envolvem a motivação, pois as variáveis que interferem na visão de cada um advêm de diversos e diferentes estímulos que, por seu turno, irão se configurar em cada sujeito de uma forma. Essa conclusão foi baseada na análise das performances dos atletas em relação aos métodos de retreinamento das atribuições a que foram submetidos e com características psicológicas que expressam durante este processo.

A semelhança do ginasta SM, a atleta BR também tinha problemas com um obstáculo que a importunava e que foi suplantado graças ao retreinamento, que a estimulou na busca e persistência à superação. A ginasta, que anteriormente ao processo de retreinamento atribuía sua limitação a um fator incontornável, passou a assimilar a tarefa como algo mais controlável, construindo, assim, uma nova concepção no cumprimento da tarefa. De fato contribuiu para que não mais desista frente ao primeiro obstáculo que, eventualmente, se apresentar, e esta forma procedendo a uma análise de toda a situação que envolve sua prática desportiva levando-a, por consequência, a agir com maior poder de consciência no exercício de seu esforço para o alcance de uma determinada meta.

Por sua vez, a ginasta CR, que não correspondeu de forma eficiente ao programa de retreinamento das atribuições causais, pois se constatou com os dados coletados que a atleta não estava envolvida com o processo de mudança. Sua

melhoria ocorreu em função de um acréscimo do saber da necessidade do esforço para alcançar uma meta, aliado à consciência de analisar seu desempenho mais internamente. Porém, a atleta não desenvolveu habilidades suficientes e capazes de inferir no seu desempenho na busca de uma superação, aspecto que se deve ser debitado a inabilidade emocional. Por esse conjunto de fatores demonstra dificuldades em atribuir as causas de seus resultados a fatores pessoais no qual ela poderia controlar.

Por fim, FM foi um sujeito que fugiu à regra do programa por já possuir as características inerentes a um atleta de sucesso, creditando-se a sua ascensão técnica ao conjunto de suas atribuições próprias, conquistadas por seu exclusivo mérito. O ginasta justifica plausivelmente a razão de estar praticando ginástica olímpica, define claramente seus objetivos e metas, além de ser capaz de identificar seu antecedente comportamental, as variáveis e a consequência de uma determinada ação, buscando, assim, recursos internos que têm como objetivo alcançar a maneira mais correta de se esforçar e de se controlar na busca de um resultado ideal.

Considerando todos os casos estudados e analisados, certifica-se da importância da atribuição causal como geradora da motivação a qual, por sua vez, contribuirá para elevar o atleta a um nível ideal de rendimento. Portanto, constituiu-se em um fator de grande relevância na formação e performance de jovens atletas, por prepará-los psicologicamente para uma atividade, posto que, eles são induzidos a buscar a causa de seu desempenho, o que faz com que eles atribuam a maior parte de suas experiências como um aprendizado e como uma forma de aperfeiçoamento. Essa contribuição para um desenvolvimento das suas funções, qualidades e estados psíquicos levam o indivíduo a persistir, perseverar e prosseguir na prática esportiva.

Se observou que embora a metodologia baseada no retreinamento das atribuições foi bem sucedida, fatores contextuais e pessoais constituem com as razões pedagógicas para produzir um resultado final sob a forma de performance esportiva.

Finalmente, é oportuno ressaltar, em vista de serem modestas pesquisas sobre o tema mais de suma importância contextual a necessidade de se proceder a uma maximização dos estudos nessa área, de inestimável valia para enriquecimento de uma ciência tão importante como o é a psicologia do esporte.

REFERÊNCIAS

BECKER JUNIOR, B.; SAMULSKI, D. **Manual de treinamento psicológico para o esporte**. Porto Alegre: Edelbra, 1998.

BECKER JUNIOR, B. **Psicologia aplicada ao treinador esportivo**. Novo Hamburgo: Feevale, 2002.

BENCK, T. R. **Atribuições de causalidade em diferentes modalidades desportivas**: uma aplicação da causal *dimension scale* – CDS II escala de dimensão causal. Brasília: UnB, 2002. Dissertação de mestrado.

CABRAL, A.; NICK, E. **Dicionário técnico de psicologia**. São Paulo: Cultrix, 2000.

CASAL, H. M. V. Energía motivación emoción, activación, ansiedad como conceptos complementarios. **Revista Digital**, Buenos Aires, año 5, n. 21, Mayo 2000

CASAL, H. M. V. **La preparación psicológica del deportista**: mente y rendimiento humano. Zaragoza: INDE, 1996.

CATANIA, A. C. . **Aprendizagem**: comportamento, linguagem e cognição. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1990.

CUNHA, R. N.; MARINHO, G. I. Operações Estabelecedoras: um conceito de motivação. *In*: ABREU, J. ; RIBEIRO, R. M. **Análise do comportamento**: pesquisa, teoria e aplicação. Porto Alegre: Artmed, 2005.

HOLLANDA, Aurélio Buarque. **Dicionário Aurélio**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1995.

FONSECA, A. M.; BRITO, P. A. **A FCDEF-UP e a psicologia do desporto**: as atribuições causais. Portugal: FCDEF UP, 2001.

LOEHR, J. L. **La excelência em los deportes**: como alcanzarla a través del control mental. México: Planeta, 1990.

REY, F. G. **Pesquisa qualitativa e subjetividade**: os processos de construção da informação. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2005.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**: teoria e aplicação prática. Belo Horizonte: UFMG.

SOUZA, P. M. Psicologia aplicada ao desportos individuais e colectivos: semelhanças e diferenças. **Simpósio Internacional de Psicologia do Esporte**, Curitiba-PR, setembro de 2005.

WEINBERG, S. R.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

APÊNDICES

**APÊNDICE 1 – INVENTÁRIO EMOCIONAL PARA TAREFAS ESPORTIVAS –
IEETE**

ANEXOS

ANEXO 1 – INVENTÁRIOS

ANEXO 2 – ESCALA BRASILEIRA DE ATRIBUIÇÃO CAUSAL

**ANEXO 3 – QUESTIONÁRIO SOBRE PERCEPÇÃO DE SUCESSO NO ESPORTE
(POSQ-Adaptado)**

ANEXO 4 – INVENTÁRIO DE MOTIVAÇÃO INTRÍNSECA – IMI

**ANEXO 5 – FICHA DE ACOMPANHAMENTO DIÁRIO/OBSERVAÇÃO DO
COMPORTAMENTO**

ANEXO 6 – DESCRIÇÃO DA HABILIDADE EM RODANTE FLIC MORTAL

ANEXO 7 – DESCRIÇÃO DA HABILIDADE EM GRUPADINHO

ANEXO 8 – DESCRIÇÃO DA HABILIDADE EM FLIC

ANEXO 9 – DESCRIÇÃO DA HABILIDADE EM TESOURA