

MOTIVAÇÃO E VOLEIBOL: ASPECTOS IMPORTANTES NO ESPORTE JUVENIL

Afonso Antonio Machado; Debra Campbell; Claudio Gomes Barbosa; Daniel Bartholomeu;
Marta Aurélia Campo Silveira

RESUMO

Esta pesquisa quali-quantitativa, de formato descritivo, teve como objetivo investigar por meio de um questionário estruturado, composto por uma única questão, os motivos apresentados por 30 atletas, com idade entre 12 e 19 anos (14.5 ± 1.5), para a procura da modalidade voleibol. Como resultado, encontramos os seguintes motivos: prazer (28.9%), influência da família (13.3%), ser um(a) grande atleta (11.1%), aprender a trabalhar em equipe (8.9%), fazer uma atividade física/esporte (6.7%), influência dos amigos (6.7%) e outros motivos (24.4%). O conhecimento dos motivos apresentados para a prática da modalidade investigada poderá auxiliar aos técnicos e dirigentes esportivos na adoção de condutas que promovam maior adesão destes indivíduos no contexto esportivo, e, conseqüentemente, a busca pela excelência na modalidade no futuro.

Palavras-chave: motivação, esporte, desempenho, psicologia do esporte.

MOTIVATION AND VOLLEYBALL: IMPORTANT ASPECTS OF YOUTH SPORTS

ABSTRACT

This research, of described method, had as objective to investigate by means of a structuralized questionnaire, composed for an only question, the reasons presented for 30 athletes, with age between 12 and 19 years (14.5 ± 1.5), for the search of the modality volleyball. As result, we find the following reasons: pleasure (28.9%), influence of the family (13.3%), to be a great athlete (11.1%), to learn how to work as a team (8.9%), to make a physical activity and sport (6.7%), friend's influence (6.7%) and other reasons (24.4%). The knowledge of the reasons presented for the practical one of the investigated modality will be able to assist in the adoption of behaviors that promote greater adhesion of these individuals in the sportive context, and, consequently, the search for the excellence in the modality in the future.

Keywords: motivation, sport, performance, sport psychology.

INTRODUÇÃO

Estudar a motivação no esporte nos remete a buscar entender alguns porquês relacionados com a prática esportiva, no qual, seleção e preferência, intensidade e vigor, persistência e continuidade estarão sempre atrelados ao que poderíamos chamar de dimensões motivacionais (direção, intensidade e persistência).

Neste sentido, para Weinberg e Gould (2001), a motivação é um conceito que deve ser utilizado para compreender o complexo processo que coordena e dirige a direção e a intensidade de esforço dos seres humanos, o que torna fundamental que técnicos e dirigentes esportivos reconheçam os fatores intervenientes no processo motivacional de seus atletas. Já que, entender o que leva um indivíduo a praticar determinada atividade esportiva e, ainda, compreender o que faz com que um sujeito esteja mais motivado do que outro corresponde a conhecimentos que devem fazer parte das bases e diretrizes do processo de treinamento, seja ele, de iniciação ou de alto rendimento.

Por isso, o objetivo desta pesquisa foi investigar quais fatores mais motivaram indivíduos de ambos os sexos, a optarem pela prática da modalidade voleibol, enfatizando assim, a dimensão "direção". Para que chegássemos a tal objetivo, adoramos um questionário direcionado, de uma única pergunta, em que os 30 atletas investigados expressaram suas metas, na adoção do esporte.

ENTENDENDO A MOTIVAÇÃO E OS CONTEXTOS

Butt (1987) observa que os estudos feitos na Psicologia do Esporte foram motivados por questões como: importância dos modelos de atletas para futuros talentos esportivos; persistência de atletas em continuar participando de competições, mesmo em circunstâncias desfavoráveis; comportamentos

diferentes dentro do ambiente esportivo e fora dele; os motivos que levam milhares de torcedores ao campo.

Não há respostas para todas as perguntas referentes ao tema da motivação, pois as teorias e hipóteses devem ser flexíveis e compreensíveis, a fim de que se possa entender a complexidade das ações humanas. Torna-se, desta forma, instigante evidenciar-se, na literatura especializada, algumas das abordagens possíveis referentes a estas temáticas. Sendo assim, o objetivo do presente trabalho é, por meio de uma revisão bibliográfica, salientar a variável motivacional, no contexto mais específico da atividade física e do esporte, evidenciando, inclusive, o uso de um instrumento de vital importância de posse do responsável (treinador ou professor), que é a persuasão, para que essa motivação seja garantida e para que a prática física seja otimizada, independente dos objetivos.

Não se pode pensar em motivação sem lembrar do motivo, que é a base do processo motivacional. O motivo é a mola propulsora responsável pelo início e manutenção de qualquer atividade executada pelo ser humano (ISLER, 2002). Gouvêa (1997, p. 169) acredita que os motivos são inerentes aos seres humanos. Assim, ele define o motivo como *“um fator interno, que dá início, dirige e integra o comportamento de uma pessoa”*, coincidindo com outros estudos de pesquisadores da Motivação (VANEK e CRATTY, 1990).

Cada motivo apresentará uma força distinta, devido à diferença de personalidade existente entre cada indivíduo (RODRIGUES, 1991). Essa diferença fará com que um indivíduo se sinta mais motivado do que outro, diante de uma mesma situação. Em relação a isso, Gouvêa (1997) explicita que alguns motivos têm uma predominância maior sobre outros, levando o indivíduo a escolher determinado(s) tipo de ação(s) ou de comportamento(s).

Esse autor ressalta que a motivação depende de um conjunto de fatores que englobam a personalidade, as experiências passadas, os incentivos do momento ou a situação. Como um todo, esses fatores deverão satisfazer os motivos e necessidades momentâneas do indivíduo, concordando com resultados de estudos de Vallerand e Fortier (1998) e Vanek e Cratty (1990), em diferentes populações e culturas.

O motivo é considerado como uma característica comum do ser humano, apresentando variações “situacional”, “de nível” e “pessoal”, isto é, variam de situação para situação em uma mesma pessoa, de intensidade e de pessoa para pessoa, em uma mesma situação. Porém, apesar de ser considerado inerente, não se deve descartar a hipótese da influência externa sobre o motivo, considerando que a motivação é o resultado da interação entre o efeito ambiental (a situação, o contexto no qual o atleta ou a pessoa está inserido) e os traços de personalidade que possui.

Em relação à atuação do ambiente, nas diversas áreas do conhecimento, existem estudos que se incumbem de evidenciar os fatores intervenientes da relação humana com o meio. Bronfenbrenner (1996), em uma perspectiva desenvolvimentista, salienta a existência de uma conexão social entre os diversos ambientes, a qual propicia um sistema de interações com possibilidade de desenvolvimento humano. A intervenção das estruturas sociais na definição de condutas individualizadas acontece de maneira imanente, isto é, quando o indivíduo está amalgamado ao ambiente social, recebendo suas interferências e agindo sobre este, incorporando algumas disposições e propondo outras.

No que tange aos traços de personalidade, segundo Cratty (1984), os motivos e as razões são extremamente variáveis e difíceis de serem determinados, pois cada indivíduo tem valores, histórias de vida e necessidades diferentes. Alderman (1984) salienta que todo indivíduo possui um sistema de motivos básicos para cada situação, que é resultante das interações ou interpretações de outras situações que ocorreram durante a vida do indivíduo, somadas à sua personalidade.

Cada vez que um indivíduo se encontra em uma determinada situação, ou recebe um dado estímulo (agressão, disputa, desejo, etc.), automaticamente, ele selecionará todas as respostas correspondentes àquela situação que estão em suas lembranças, o que, por sua vez, direcionará o seu comportamento de ação. A resposta oferecida pelo ambiente será somada às respostas anteriores, modificando ou reforçando determinados valores.

Ao se focalizar especificamente a área da motricidade humana, em relação às ressonâncias do ambiente na motivação para a aprendizagem e no desenvolvimento motor humano, Magill e Hall (1990) salientam a interferência contextual como fator gerador de efeitos diferenciados, conforme sua magnitude, aliada à ontogenia individual. Por outro lado, há também pesquisadores que conceituam os motivos como sendo construções hipotéticas, que são aprendidas ao longo do desenvolvimento humano e servem para explicar comportamentos (WINTERSTEIN, 2002). Para este autor, as explicações para as ações baseiam-

se na suposição de que a ação é determinada pelas expectativas e pelas avaliações de seus resultados e pelas suas consequências.

Em relação aos motivos que capazes de estimular a ação prática, Woodworth e Marquis (1977) salientaram a classificação dos mesmos em três grupos, sendo um deles referentes às condições corporais internas e necessidades orgânicas, o segundo grupo relativo às exigências de reação rápida imposta pelo meio em uma situação emergencial, e um terceiro tipo referente a motivos objetivos e eficientes que favorecem lidar com as alterações propostas pelo meio ou com aquelas advindas dos relacionamentos interpessoais.

Algumas vivências asseguram excelência no nível motivacional, especialmente quando associadas às sensações de prazer, ou lúdicas, ou, ainda, competitivas, advindo daí, que a intensidade de um motivo é variável e dependente das situações nas quais os indivíduos se encontram momentaneamente.

O desenvolvimento de determinado motivo está diretamente relacionado ao processo maturacional, aos níveis das experiências e à aprendizagem, consolidando-se, primeiramente de forma interna, para, posteriormente, expressar-se em uma dada ação. A literatura referente aos aspectos motivacionais é bastante variada e complexa, merecendo destaque alguns conceitos diretamente envolvidos, conforme analisamos a seguir (VALLERAND e FORTIER, 1998).

Ao se falar em motivação, pode-se levar em conta a definição citada por Magill (1984) onde se relaciona o termo motivação à palavra motivo, ou seja, alguma forma interior, impulso ou uma intenção, que leva a pessoa a fazer algo ou agir de certa forma, definindo o direcionamento de suas ações e intensidade de seus esforços para atingir uma determinada meta.

Esta definição tem reforço em Machado (1997), o qual salienta que a motivação é um termo que abrange qualquer comportamento dirigido para um objetivo ou estado interior, emocional que desperta o interesse ou a inclinação do indivíduo para algo, estando este disposto a desprender-se dos esforços para alcançá-lo.

Algumas palavras têm como referência a motivação, tais como: desejo, necessidade, esforço, motivo, tendência, aspiração, meta, fome, amor, etc.; o que remete a uma discussão sobre impulsos e necessidades, na qual os impulsos aparecem com frequência nas discussões sobre necessidades fisiológicas (sede, fome, sexo, etc.) e a necessidade é aplicada, frequentemente, a motivos mais complexos de realização (amor, aprovação social, status, etc.) (VANEK e CRATTY, 1990).

Cratty (1984), em seus estudos, também evidenciava estas explicações, sugerindo que a motivação denota os fatores e processos que levam as pessoas a uma ação ou inércia em diversas situações. Para ele, a motivação é o estudo das razões pelas quais se escolhe determinadas ações com mais empenho do que outras.

Um outro fator de extrema relevância, no que diz respeito à manutenção e potencialização dos fatores emocionais motivacionais, é o estabelecimento de metas em qualquer atividade a ser desenvolvida, tais comportamentos fazem com que ocorra a renovação de interesses dentro da atividade e a vontade de desenvolver seu próprio potencial, como salientam Magill e Hall (1990, p.282), “saber estabelecer objetivos é uma competência que deve ser ensinada e aperfeiçoada pelos atletas”.

Tendo em vista o quadro citado acima, há que se ter cuidado no desenvolvimento e na determinação destas metas, para que estas, não subestimem ou superestimem o potencial dos participantes das atividades propostas, fazendo com que tais atividades se tornem desmotivantes, por se tratar de metas fáceis e aquém de suas potencialidades ou metas “impossíveis” de serem alcançadas, despertando sentimentos de impotência diante de tais situações.

Portanto, o estabelecimento de metas deve ser atrativo, desafiador e realista, com caráter específico e controlável, tendo o professor/técnico um papel de grande importância no planejamento e estabelecimento destas, usando seu poder de persuasão verbal e deixando claro aos atletas que estes têm determinadas capacidades necessárias para vencer grandes obstáculos (BRONFENBRENNER, 1996).

O papel deste profissional envolvido, em relação ao estabelecimento de metas, também se faz importante, no sentido de aguçar a percepção acerca das potencialidades e limitações de seus alunos/atletas, mediando assim os motivos individuais em relação aos alvos a serem alcançados (MACHADO, 1997). Com relação a atletas, Heckhausen (1991) afirma que estes devem ser motivados a buscar o êxito e evitar o fracasso. A busca pelo êxito, para esse autor, depende da meta estipulada pelo atleta. Em princípio, todo atleta tem como objetivo máximo a autorrealização, embora haja outros motivos de relativa importância que aparecem antes, como os fisiológicos, de segurança, sociais e de autoestima.

Gouvêa (1997) acrescenta que pessoas que possuem um alto nível de motivação para a realização demonstram, através de palavras e ações, uma procura pelo padrão de excelência. Para um técnico, este indivíduo, na competição, teria como meta o sucesso e um melhor desempenho esportivo.

Segundo Machado (1997), a pessoa que é motivada pelo sucesso tem um nível de exigência executável, realista e de tipo mediano, demonstrando uma conduta corajosa para atingir sua meta, considerando como causa do seu fracasso motivos externos (motivação extrínseca) ou falta de esforço (motivação intrínseca), enquanto que aqueles que são motivados pelo fracasso fixam um nível de exigência muito alto, irreal, ou excessivamente baixo, mostrando tendência para uma conduta sumamente fraca ou carente de adequado valor, atribuindo seu fracasso à falta de talento.

Cratty (1984) também apresentou sugestões sobre as técnicas cognitivas, motoras e emocionais de automotivação, utilizadas a fim de que o atleta consiga controlar o seu próprio nível de motivação. Esse autor também discute as técnicas cognitivas, afirmando que os atletas tentam determinar, através de processos de autoavaliação, as metas, atribuições e autoafirmação, para que consigam modificar o seu estado de motivação.

Isto pode ser alcançado por meio da imaginação das suas capacidades reais e do estabelecimento de metas concretas. Estas últimas devem ser desafiantes, reais, específicas e controláveis, com prazos variados (curto, médio, e longo). Deve-se determinar quais são as metas pessoais e do grupo, identificar estratégias para alcançá-las, avaliá-las, modificá-las, e expressá-las verbalmente, além de procurar apoio e suporte de outras pessoas.

A técnica de autoafirmação pode ser utilizada através do reforço material, do elogio, ou, até mesmo, como um reforço antecipado, no qual se motiva o atleta por meio de pensamentos sobre a(s) possíveis recompensa(s), caso ele seja vitorioso. A autoafirmação negativa, como a autocrítica e a autorrepreensão, também podem ter um efeito motivador (SAMULSKI, 1992).

As técnicas emocionais são apontadas pelo autor como efetivas, quando o atleta consegue melhorar seu desempenho, através de sensações de prazer, sucesso, fluidez do movimento ou identificação emocional com o grupo (SAMULSKI, 1992).

Cratty (1984) ainda sugeriu algumas direções para se alcançar um nível de motivação adequado, as quais, segundo ele, os técnicos deveriam utilizar para conseguirem melhor desempenho de seus atletas. Este autor salienta que, dentro do papel do técnico, está inserida a escolha das condutas que ele julga serem corretas, cujos objetivos podem ser alcançados através da utilização do reforço e da punição, tornando-se persuasivo.

CONTEXTO ESPORTIVO E SUAS TEORIAS MOTIVACIONAIS

Comumente a motivação recebe duas classificações básicas: motivos intrínsecos e motivos extrínsecos. Conforme Cruz (1996), nas recompensas extrínsecas, a motivação do indivíduo está relacionada a fatores externos, providos de outras pessoas e do ambiente, sob a forma de reforços positivos ou negativos. Entretanto, a motivação pode estar relacionada com fatores internos, que afloram do próprio interior do sujeito, ou seja, por razões intrínsecas. Porém, apenas o conhecimento desta classificação básica não nos fornece subsídios suficientes para uma discussão mais aprofundada sobre o assunto, tornando assim, necessária uma análise das teorias relacionadas à motivação.

Talvez, uma das primeiras teorias formuladas seja a teoria da realização das necessidades, pioneiramente analisada por McClelland (1961) e Atkinson (1974), que leva em conta, além dos fatores individuais e pessoais, os fatores situacionais. Neste sentido, ela busca compreender a motivação direcionada para o sucesso e a motivação direcionada para evitar o fracasso, mas também, considera a probabilidade de sucesso e os valores de incentivo para tal. Para Weinberg e Gould (2001) nesta teoria, as relações entre motivos para a realização com êxito e os motivos para se evitar o fracasso desencadearia reações emocionais (podendo ser classificadas como positivas ou negativas) e comportamentos de realização (de êxito ou de fracasso).

Outra teoria de motivação no esporte corresponde à importância das percepções de competência pessoal. Segundo este modelo, primeiramente formulado por Harter (1978), a percepção que os indivíduos possuem de suas próprias competências é fundamental para que estes possam se sentir motivados, para a prática esportiva. Portanto, tais percepções, ou seja, a conscientização das próprias capacidades, estabelecidas com os resultados positivos das ações, passa a ser fonte fundamental de motivação.

Um terceiro modelo teórico de motivação corresponde à teoria dos objetivos de realização, evidenciada por Nicholls (1984), Dweck (1986) e Ames (1992), no qual, faz alusão à importância dos

objetivos no âmbito do esporte, e confere a eles potencial fonte de motivação, já que os mesmos norteariam as ações dos sujeitos em busca de suas realizações.

Já, o modelo do compromisso ou comprometimento com o esporte, elaborado por Scanlan *et al.* (1993), sustenta a importância de se saber os fatores ou motivos que explicam o compromisso ou o comprometimento do indivíduo com a prática esportiva, sendo este representado por um desejo. Esta teoria é norteadada por cinco categorias essenciais, a saber: o prazer no esporte; alternativas de desenvolvimento; oportunidades de envolvimento; investimentos pessoais e pressões sociais.

Outro modelo teórico importante relacionado com a motivação é a teoria das atribuições causais, que se expressa pelos julgamentos, causas e maneiras como os atletas percebem e explicam seus resultados esportivos, sejam de êxito ou de fracasso. Tais atribuições podem ser evidenciadas por um eixo de causalidade (uma causa interna ou externa), outro de estabilidade (causa estável ou instável) e um último eixo de controlabilidade (causa controlável ou incontrolável). Sendo assim, a teoria das atribuições causais acaba por investigar as causas atribuídas às ações com êxito ou fracasso, como, por exemplo, um atleta que atribui sua derrota por nunca treinar esforçadamente. Aqui, provavelmente ele atribuiria tal fato por uma causa interna (ele não treina), estável (por manter uma constância no tempo) e controlável (é passível de ser controlada), todas essas dimensões influenciariam na motivação do sujeito (FONSECA, 1996).

Por último, porém, não menos importante temos a teoria da autoeficácia, primordialmente apresentada por Bandura (1990; 1993; 1995), que corresponde às crenças e julgamentos pessoais, que o sujeito possui dele mesmo, de que se ele é capaz de realizar com êxito ações específicas. Para McAuley e Mihalko (1998) esse julgamento pode ser alimentado por diversas fontes, como: experiências de sucesso; fontes vicárias (modelagem, observação); persuasão verbal; experiências emocionais e de imaginação e alguns estados fisiológicos, relacionados diretamente ao processo motivacional.

Após estas discussões, é necessário também que estejamos atentos às interferências externas presentes no processo motivacional. Neste sentido, Murcia *et al.*, (2007) consideram o técnico um dos grandes responsáveis na condução deste processo, já que o mesmo pode auxiliar os atletas na orientação de suas metas, fazendo com que estes sejam mais persistentes, despendam maiores esforços e conseqüentemente tenham maior rendimento. Machado (2006) acredita que o técnico seja o principal responsável pela aprendizagem da criança, tendo por função orientá-las e corrigi-las, dar motivos para que as crianças possam desempenhar o seu papel da melhor maneira possível e como agente facilitador, ajudar a criança nas relações interpessoais com os outros companheiros do grupo.

Weinberg e Gould (2001) creditam aos pais e a família uma grande responsabilidade no direcionamento dos mesmos à atividade esportiva, no qual, as orientações aos objetivos das crianças são significativamente relacionadas àqueles adotados por seus pais, ou seja, muitas vezes, o pai tenta fazer do filho aquilo que ele sempre sonhou, e nunca conseguiu. Eles autores consideram que os pais podem desempenhar um papel altamente positivo e/ou altamente negativo na experiência esportiva das crianças. Porém, um grande desafio para as pessoas envolvidas com esportes juvenis é identificar as formas precisas com que os pais podem afetar positivamente a experiência das crianças e encorajá-los a empregarem essas práticas, e, por outro lado, identificar ações negativas e eliminá-las.

PROCEDIMENTO METODOLÓGICO

Esta pesquisa quali-quantitativa, de formato descritivo (THOMAS e NELSON, 2002) foi realizada de acordo com a análise quali-quantitativa, cujos dados foram tabulados, e apresentados em valores percentuais, seguidos de uma leitura descritiva dos mesmos. A opção por este procedimento metodológico se deve ao fato de que a análise descritiva nos permitiu analisar as características específicas do contexto avaliado.

Como instrumento de coleta das informações, foi adotado um questionário estruturado, com uma única questão aberta, já que, segundo Gil (1994), as perguntas que compõem um questionário devem ser formuladas para descobrir o porquê de algo ou alguma coisa. Neste sentido, uma única pergunta nos pareceu suficiente para investigar os fatores que mais motivaram os(as) atletas a procurar a modalidade esportiva pesquisada. Estes indivíduos também foram orientados a apresentar como respostas até três motivos.

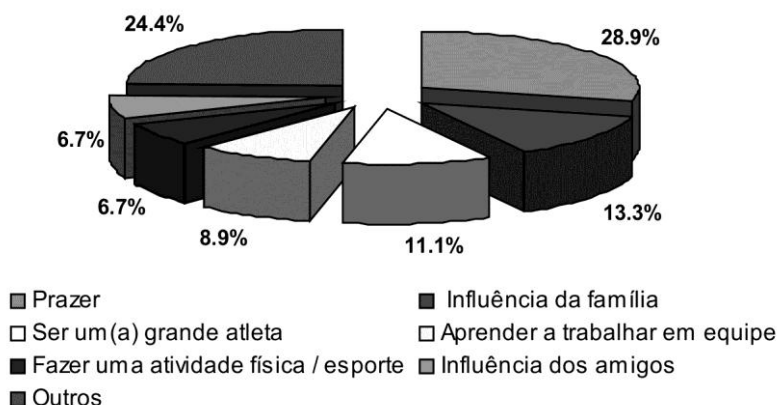
Participaram da pesquisa, 30 atletas (18 mulheres e 12 homens), da cidade de São José do Rio Pardo – SP, com idade entre 12 e 19 anos (14.5 ± 1.5) e que participavam regularmente de campeonatos regionais de voleibol em suas devidas categorias, promovidos pela Associação Pró Voleibol, com sede na

cidade de Porto Ferreira - SP. Os dados foram coletados no mês de julho de 2007, de acordo com as exigências de Comitês de Ética em Pesquisa, envolvendo seres humanos (Resol. 196/96 do CNS).

RESULTADOS

Como resultado, os(as) atletas apresentaram os seguintes motivos para a procura da modalidade investigada: prazer (28.9%), influência da família (13.3%), ser um(a) grande atleta (11.1%), aprender a trabalhar em equipe (8.9%), fazer uma atividade física/esporte (6.7%), influência dos amigos (6.7%) e outros motivos (competir, influência da televisão, porque o esporte faz bem, aprender a modalidade, identificação com o esporte, o clube ter boas equipes, receber elogios e ser saudável) (24.4%) (Figura 1).

Figura 1. Motivos citados para a prática esportiva.



Ao analisarmos os resultados, pudemos verificar que apesar dos(as) atletas participarem regularmente de competições, a prática da modalidade parece ter sido mais influenciada pelo prazer e pela família, distanciando-se um pouco da busca pela competição, o que, parece estar de acordo com Weinberg e Gould (2001) e Juan et al., (2007), que também constataram que geralmente as crianças procuram uma modalidade esportiva principalmente para se divertir, e que as razões relacionadas com a prática competitiva da atividade físico-desportiva (gosto de competir, fazer uma carreira desportiva, vencer) não são razões frequentemente citadas para a prática esportiva.

Juan et al., (2007) consideram ainda que os jovens atletas geralmente têm múltiplas razões para praticar esportes, que também podem ser determinadas pelo contexto da população que a realiza, análise esta, compartilhada por Machado (2006), que acredita que a escolha da atividade esportiva pela criança poderá ser também influenciada pela situação econômica dos pais, sendo esta situação diretamente ligada a classe social, cultura e relações profissionais apresentadas pela família. Este autor aponta ainda que as disponibilidades econômicas influem também na opção esportiva, pois, quanto menores estas disponibilidades, maiores serão as chances de os filhos praticarem esportes que exigem um baixo investimento, ou, então, deixarem a prática para envolverem-se em atividades mais lucrativas.

Em seu trabalho, Juan et al., (2007) encontraram como principais motivos para a participação esportiva de crianças: manter ou melhorar a saúde, porque gosta de exercício e esporte, estética, relacionar-se socialmente e relaxar. Pinto *et al.* (2007) constataram entre os motivos mais citados para a prática do voleibol: excitação e desafios, afiliação, desenvolver habilidades, reconhecimento e status, aptidão e liberar tensões. Estes autores consideram ainda, que na maioria das vezes a criança é influenciada pelos pais para iniciarem em uma modalidade esportiva, o que também pode ser evidenciado em nosso estudo. Já, Weinberg e Gould (2001), encontraram como principais motivos para a participação esportiva de crianças: divertir-se, aprender novas habilidades, fazer alguma coisa na qual são boas, estar com amigos, fazer novas amizades, condicionamento, exercícios e experimentar sucesso, que podem ser considerados, principalmente, de natureza intrínseca.

Ao discutirmos os resultados à luz das teorias motivacionais, constatamos, que, talvez, o modelo do compromisso ou comprometimento com o esporte, elaborado por Scanlan *et al.* (1993), seja o que melhor se enquadre nos resultados encontrados, já que, para que haja o engajamento em determinada modalidade esportiva é necessário, acima de tudo, um desejo, que pode estar ligado ao prazer no esporte,

alternativas de desenvolvimento, oportunidades de envolvimento, investimentos pessoais e pressões sociais. Todos esses fatores sejam individualmente ou coletivamente, darão o norte à escolha esportiva destas crianças, e, quase sempre, sofrerão influências internas (que estão relacionadas à motivação intrínseca) e externas (pais, amigos, professores, mídia, etc.).

CONCLUSÕES

Os estudos relacionados à motivação ainda configuram-se como tema de grande relevância nos dias de hoje, já que, em qualquer etapa de nossas vidas a motivação estará presente, auxiliando-nos, como abordado no início de nosso trabalho, na direção, intensidade e persistência em nossas ações, podendo, impulsionar nosso crescimento nas mais diversas esferas da vida, seja ela, pessoal, profissional, social, amorosa, espiritual, etc., ou, nos colocar em estado de letargia.

No esporte, estudar a motivação também é de extrema importância, já que, a partir dos resultados encontrados, poderemos orientar melhor nossas crianças para a procura de determinadas modalidades esportivas; contribuir para aumentar a taxa de adesão dessas crianças no esporte, diminuindo assim, a fuga precoce de nossas crianças das quadras, piscinas, campos e locais de prática de atividade física e esporte; ou até, fazer com que os esforços despendidos nos treinos e jogos por esses atletas, sejam potencializados, e, conseqüentemente, os mesmos possam atingir melhores resultados.

Durante o processo de treinamento os técnicos e dirigentes desportivos também desempenham papel fundamental no processo motivacional, já que, caberá primeiramente a eles a função de orientar a iniciação destes jovens atletas; corrigir as condutas indesejadas dos pais; empregar condutas que possam contribuir para que essas crianças se mantenham motivadas durante os treinamentos e jogos, e, conseqüentemente não abandonem tal prática.

Dentre essas condutas, Weinberg e Gould (2001) citam que os técnicos poderão aumentar a adesão e motivação dos atletas jovens fazendo com que os mesmos sintam-se competentes ao realizar as atividades propostas; ajustem as sessões de treinamento às razões pelas quais os atletas procuraram aquela modalidade, lembrando, é claro, de corrigir as ações frequentemente, já que, os motivos podem mudar com o tempo; estimulem o relacionamento entre os pares, contribuindo assim para o aumento da adesão e o desenvolvimento psicológico e social; mudar o ambiente para aumentar a motivação, já que, os treinamentos realizados sempre no mesmo ambiente podem ser desestimulantes; mudar frequentemente os treinamentos, para que os mesmos não sejam monótonos. Para Martin (2001), reforçadores como: faixas, medalhas, cumprimentos, elogios, aprovação e atenção dos amigos e técnico também podem ter um poderoso efeito para alguns atletas. Todas essas condutas, aliadas a um bom conhecimento do técnico em relação aos seus atletas poderão contribuir para maximizar a participação destes indivíduos, e, conseqüentemente, tornar o processo de treinamento muito mais sadio.

REFERÊNCIAS

- ALDERMAN, R. **Psychological Behavior in Sport**. Filadélfia: W. B. Saunders, 1984.
- AMES, C. Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. In: ROBERTS, G.; C. (Ed.). **Motivation in sport and exercise**. Champaign: Human Kinetics, 1992. p. 161-176.
- ATKINSON, J. The mainstream of achievement-oriented activity. ATKINSON, J.; RAYNOR, J. (Ed.). **Motivation and achievement**. New York: Halstead, 1974.
- BANDURA, A. Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. **Educational Psychologist**, v. 28, p. 117-148, 1993.
- BANDURA, A. Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 2, p. 128-163, 1990.
- BANDURA, A. **Self-efficacy in changing societies**. New York: Cambridge University Press, 1995.
- BRONFENBRENNER, U. **A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.
- BUTT, D. S. **Psychology of Sport: The Behavior, Motivation, Personality, and Performance of Athletes**. New York: Van Nostrand Reinhold Company, 2ª ed, 1987.
- CRATTY, B. J. **Psicologia do esporte**. 2ª ed., Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil Ltda., 1984.
- CRUZ, J. F. Motivação para a prática e competição desportiva. In: CRUZ, J. F. **Manual de psicologia do desporto**. Braga: Lusografe, 1996.
- DWECK, C. Motivational processes affecting learning. **American Psychologist**, v. 41, 1040-1048, 1986.

- FONSECA, A. M. As atribuições causais em contextos desportivos. In: CRUZ, J. F. **Manual de psicologia do desporto**. Braga: Lusografe, 1996.
- GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 1994.
- GOUVÊA, F. C. Motivação e o esporte: uma análise inicial. In: BURITI, M. de A. (Org.) **Psicologia no Esporte – Coleção Psicotemas**. Campinas: Alínea, 1997, p. 149-173.
- HARTER, S. Effectance motivation reconsidered: toward a developmental model. **Human Development**, v. 1, p. 34-64, 1978.
- HECKHAUSEN, H. **Motivation and action**. New York: Springer-Verlag, 1991.
- ISLER, G. L. **Atleta, seus pais o motivaram para a prática esportiva?** Análise das histórias de vida. 2002. Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual Paulista, Rio Claro/SP.
- JUAN, F. R.; MONTES, M. E. G.; SUÁREZ, A. D. Análisis de las motivaciones de práctica de actividad física y de abandono deportivo en la Ciudad de La Habana (Cuba). **Anales de psicología**, Murcia, v. 23, n. 1, p. 152-166, 2007.
- MACHADO, A. A. Importância da Motivação para o Movimento Humano. In: **Perspectivas Interdisciplinares em Educação Física**, São Paulo: Soc. Bras. Des. Educação Física. , 1997.
- MACHADO, A. A. **Psicologia do esporte: da educação física escolar ao esporte de alto nível**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.
- MAGILL, R. **Aprendizagem Motora: conceitos e aplicações**. São Paulo: Edgard Blucher, 1984.
- MAGILL, R. A.; HALL, K. G. A review of the contextual interference effect in motor skill acquisition. **Human movement science**, 9, 1990, p. 241-289.
- MARTIN, G. L. **Consultoria em Psicologia do Esporte: orientações práticas em análise do comportamento**. Campinas: Instituto de Análise do Comportamento, 2001.
- MCAULEY, E., MIHALKO, S. L. Measuring Exercise-Related Self-Efficacy. In: DUDA, J. L. **Advances in Sport and Exercise Psychology**. Measurement. Purdue University: Book Crafters, 1998. p. 371-390.
- MCCLELLAND, D. **The achieving society**. New York: Free Press, 1961.
- MURCIA, J. A. M.; GIMENO, E. C.; COLL, D. G. Young athletes` motivational profiles. **Journal of Sports Science and Medicine**. v. 6, p. 172-179, 2007.
- NICHOLLS, J. Achievement motivation: conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. **Psychological Review**, v. 91, p. 328-346, 1984.
- PINTO, M. V. M. ; ALFA, M.L.C. ; MIGUEL, T.P.F ; LEITE, C.F.M.. Estudo da relação dos sintomas de estresse pré-competitivo e dos fatores motivacionais dos atletas de voleibol. **Lecturas Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, Año 12, n.113, 2007. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd113/estresse-pre-competitivo-dos-atletas-de-voleibol.htm>>. Acesso em 27 out. 2007.
- RODRIGUES, P. A. **Motivação e Performance**. 1991. Monografia (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual Paulista, Rio Claro/SP.
- SAMULSKI, D. **Psicologia do Esporte: Teoria e Aplicação Prática**. Belo Horizonte: Imprensa Universitária, 1992.
- SCANLAN, T. K. ; DUDA, J ; GOULD, D ; WEINBERG, R.S. The Sport commitment model: measurement development for the youth-sport domain. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, v. 15, p. 16-38, 1993.
- THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- VALLERAND, R. J.; FORTIER, M. S. Measurement of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport and Physical Activity: A Review and Critique. In: DUDA, J. L. **Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement**. Purdue University: Book Crafters, 1998. Cap.1, p. 81-101.
- VANEK, M.; CRATTY, B. J. **Psychologie sportive et Compétition**. Paris: Editions Universitaires, 1990.
- WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.
- WINTERSTEIN, P.J. A motivação para a atividade física e para o esporte. In: DE ROSE JR, D. et al (Org.) **Esporte atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar**. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- WOODWORTH, R. S.; MARQUIS, D.G. **Psicologia**. São Paulo: Companhia Nacional, 1977, 710 p.