

Psicose Esquizofrénica e Recidiva Criminal – a importância dos programas de acompanhamento em ambulatório dos inimputáveis – um estudo de caso

Fernando Almeida^{1,2}, Diana Moreira^{1,3}, Helena Moura⁴, & Victor Mota⁴

1. ISMAI – Instituto Superior da Maia

2. ICBAS – Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar

3. FPCEUP – Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

4. HML – Hospital de Magalhães Lemos

Resumo: Os autores descrevem o seguimento e o tratamento de um doente que padece de uma psicose esquizofrénica e que foi considerado inimputável pelo tribunal. Após cumprir a medida de segurança determinada pelo tribunal, regressou à casa da família, lugar onde sempre residiu. Poucos meses após o seu regresso, e na sequência de uma insuficiente supervisão, o doente descompensou, perpetrando múltiplos comportamentos criminais, com consequências muito ameaçadoras para a família e para a comunidade. Graças à implementação de um projeto inovador, centrado no tratamento em ambulatório de inimputáveis, este doente pôde ser tratado antes de a sua descompensação clínica originar comportamentos criminais mais graves do que os entretanto perpetrados. Os autores efetuam, ainda, uma breve revisão bibliográfica acerca da relação entre a psicose esquizofrénica e a criminalidade e explicitam alguns aspetos da legislação portuguesa sobre o internamento compulsivo.

Palavras-chave: Psicose Esquizofrénica; Criminalidade; Violência; Agressividade; Internamento Compulsivo.

INTRODUÇÃO

A prevalência de comportamento violento entre os doentes mentais é, desde há muito, objeto de controvérsia. Ainda que o Homem, desde sempre, associe a doença mental à violência e à criminalidade, múltiplos autores, motivados pelas suas convicções, pelos seus estudos, e/ou pelo desejo de contribuir para uma não estigmatização dos doentes mentais, particularmente dos que padecem de psicose esquizofrénica, asseguram não existir uma maior prevalência de criminalidade, nomeadamente, criminalidade violenta, entre os esquizofrénicos. Antes da década de oitenta eram bem mais comuns, do que atualmente, afirmações de que os doentes esquizofrénicos apresentavam comportamento violento semelhante ao da população geral.

Zitrin e colaboradores (1976) assinalam a contraditória literatura nesta matéria. No sentido de esclarecerem esta problemática, estudaram durante dois anos o percurso de 867 doentes que tiveram alta do Bellevue Hospital. Tratava-se de uma população em que 47% dos sujeitos tinha o diagnóstico de esquizofrenia. Nesse período de dois anos, 10% dos esquizofrénicos foram detidos por ofensas violentas, referindo os autores uma alta percentagem de abuso de álcool entre os esquizofrénicos. Concluíram que a taxa de detenção por comportamento criminal, incluindo o violento, era mais alta do que entre a população geral. Notaram, também, que os esquizofrénicos eram muito frequentemente vítimas de crime e de exploração, o que sugere serem estes doentes particularmente vulneráveis. Concluíram que dar alta a estes doentes sem uma retaguarda adequada originava a regressão dos pacientes.

Swanson e colaboradores (1990) constataram que a psicose esquizofrénica e as perturbações esquizofreniformes eram as perturbações psiquiátricas mais frequentemente associadas a um ato violento.

Hodgins e colaboradores (1996) estudaram todas as pessoas nascidas na Dinamarca entre 1 de janeiro de 1944 e 31 de dezembro de 1947. Quando os sujeitos tinham 43 anos, identificaram todos os que foram internados em instituição psiquiátrica pelo menos uma vez e todos os que foram condenados em tribunal pelo menos uma vez.

Wallace e colaboradores (2004) realizaram um estudo sobre as condenações criminais dos esquizofrénicos, ocorridas num período de 25 anos, o qual foi marcado por uma radical desinstitucionalização e pelo aumento do consumo de substâncias. Para a realização deste estudo, analisaram os registos criminais de 2.861 doentes que tiveram a primeira admissão por esquizofrenia no estado australiano de Victoria, nos anos de 1975, 1980, 1985, 1990 e 1995. Compararam a amostra com um grupo controlo, no período de 1975-2000, de 2.861 sujeitos da comunidade, atendendo especialmente a fatores como a idade, o sexo e o local de residência. Concluído o estudo, verificaram que os pacientes com esquizofrenia apresentavam um maior número de condenações criminais (8.791 vs. 1.119), uma maior probabilidade de serem condenados por ofensas criminais (21.6 vs. 7.8) e por ofensas violentas (8.2 vs. 1.8). A proporção de pacientes condenados aumentou de 14.8% em 1975, para 25.0% em 1995, mas uma proporção similar aumentou de 5.1% para 9.6% entre os sujeitos controlo. Relativamente ao abuso de substâncias entre os esquizofrénicos, os autores concluíram que a taxa de uso e de abuso das mesmas aumentou de 8.3% em 1975 para 26.1% em 1995. Significativamente maiores taxas de condenações criminais foram encontradas nos esquizofrénicos com abuso de substâncias em comparação com os que não consumiam substâncias (68,1% vs. 11,7%).

Eriksson e colaboradores (2011) efetuaram um estudo prospetivo de 35 anos de uma população de 377 doentes esquizofrénicos tendo tido 25% destes sujeitos condenações criminais contra 6% dos sujeitos não esquizofrénicos. O diagnóstico de esquizofrenia aumentava por 2.7 o risco de ser condenado por um delito e de 4 o risco de ser condenado por crime. Fazel e Grann (2006), numa população de doentes que padeciam de esquizofrenia ou psicose não esquizofrénica encontraram uma prevalência de comportamento violento de 6.6%, enquanto Ran e colaboradores (2010) encontraram uma prevalência de 10% em doentes esquizofrénicos.

Almeida e colaboradores (2007) estudaram o percurso criminal de 33 esquizofrénicos (19 homens, 14 mulheres) entre os anos de 1991 e 2003. Constataram que os doentes tinham cometido um total de 42 crimes, 74% contra pessoas e 24% contra o património, mas somente um dos crimes tinha sido participado às autoridades. Este facto dá-nos indicação que a criminalidade cometida por indivíduos com patologia mental grave é, frequentemente, encarada com enorme tolerância e complacência. É esta postura negligente de familiares e amigos que, não raramente, contribui para a erupção de um homicídio.

Quando examinamos os fatores contributivos para a prisão dos doentes mentais constatamos quatro vetores (Frankle et al., 2001): fatores socioeconómicos e demográficos estão associados ao aumento da taxa de criminalidade da população geral assim como dos doentes mentais. Predominam jovens, do sexo masculino, com baixo nível socioeconómico e antecedentes prévios de detenção; indivíduos com doença mental *major* que não cumpram a medicação têm maior probabilidade de serem presos e de exibirem descompensação quando são detidos; doentes com múltiplas admissões psiquiátricas têm maior probabilidade de serem detidos; o abuso de substâncias é preditor de criminalidade entre doentes psicóticos.

Millaud e Dubreucq (2005) alertam para o facto de antecedentes de ameaças e de violência física deverem ser interpretados como um sinal de alerta, nomeadamente, se tiverem tendência a intensificar-se nos meses e semanas precedentes. Agressividade, acrescentamos, que tende a esbater-se logo nos primeiros dias a seguir à hospitalização de um esquizofrénico agudamente descompensado.

O risco de violência e de homicídio entre os doentes mentais graves não é estático, antes dinâmico. A agudização de fatores de *stress* psicossociais (e.g., pobreza, viver em meio socialmente desvantajoso, conviver com indivíduos que não são capazes de compreender o seu comportamento ou que reagem inadequadamente a esse comportamento, divórcio, desemprego, abandono, rejeição, dificuldades económicas, situações conflituais) e despoletadores de sintomatologia depressiva e de desespero, potenciam significativamente um comportamento homicida. Elbogen e Johnson (2009) assinalam que ser vítima de violência, divórcio ou separação, e desemprego, no ano precedente da passagem ao ato, aumentam o risco de violência por um fator de, respetivamente, 1.5, 2.0 e 1.6.

Os antecedentes criminais de uma determinada população são dos melhores preditores de criminalidade futura. Os antecedentes de violência e os antecedentes de condenação são relativamente frequentes entre os doentes mentais graves com comportamentos violentos ou homicidas. Nielssen e colaboradores (2007) encontraram uma taxa de 35% de antecedentes de violência contra outrem entre homicidas esquizofrénicos na Austrália, enquanto Laajasalo e Häkkänen (2005), na Finlândia, encontraram uma taxa de 68% (8% dos quais antecedentes de homicídio) e Meehan e colaboradores (2006), na Inglaterra e País de Gales, uma taxa de 32%.

Quanto à recidiva criminal, a presença de uma psicose esquizofrénica, deficiência mental, alcoolismo, abuso de substâncias e psicopatia, aumenta a probabilidade da sua ocorrência. Uma meta-análise de Fazel e Yu (2011) não encontraram uma diferença significativa de recidiva criminal entre os psicóticos e os outros indivíduos com outra patologia psiquiátrica. Todavia, constataram que o risco de recidiva dos psicóticos era maior comparativamente às populações sem patologia psiquiátrica (Odd Ratio de 1.6) e relativamente aos indivíduos com depressão (OR de 1.9) sendo, porém, menor comparativamente aos sujeitos com perturbação da personalidade (OR de 0.5) e idêntico ao dos sujeitos com diagnóstico de abuso de substâncias psicoativas (OR de 0.9).

A importância do tratamento da doença está bem demonstrada no trabalho de Nielssen e Large (2010) que encontraram uma prevalência de taxa anual de homicídio no primeiro episódio psicótico (1.59 homicídios por 1.000 primeiros episódios psicóticos) 15.5 vezes maior do que a taxa anual de homicídio após o tratamento da psicose (0.11 homicídios por 1.000 doentes).

Muitos dos doentes mentais graves, nomeadamente, esquizofrénicos, não tomam a medicação regularmente nem são devidamente acompanhados em consulta psiquiátrica. Laajasalo e Häkkänen (2005) constataram que 42% dos homicidas esquizofrénicos eram seguidos em consulta psiquiátrica e que apenas 38% efetuavam terapêutica no momento do crime, enquanto Meehan e colaboradores (2006) constataram que 28% jamais tinham tido qualquer contacto com os serviços de psiquiatria, 21% não tinham contacto há mais de um ano e 51% tinham sido consultados no ano anterior ao crime. Large e Nielssen (2008), numa análise de 16 estudos acerca da proporção de doentes psicóticos que cometeram homicídio antes de serem tratados, constataram que uma maior duração da psicose sem tratamento estava associada a uma maior proporção de doentes que tinham cometido homicídio antes de receberem tratamento.

Na amostra de Almeida (1998), apenas um dos 16 psicóticos consultava e cumpria regularmente a medicação psiquiátrica enquanto na amostra de Almeida (1999), nenhum dos três psicóticos efetuava qualquer consulta ou medicação psiquiátrica.

Todos os antipsicóticos têm, em princípio, a capacidade de compensar os doentes e diminuir o seu comportamento criminal. Muitos clínicos têm propensão a defender a maior eficácia, no que concerne à prevenção da criminalidade, de um ou outro medicamento (por exemplo, clozapina). Relevamos, porém, a importância de alguns doentes serem medicados com antipsicóticos *depot*. Ou seja, medicação habitualmente administrada por via intramuscular cujos efeitos se mantêm no organismo por um período de tempo alargado, habitualmente, de duas a quatro semanas. Proporcionam a possibilidade de o terapeuta ter

a certeza que a medicação foi administrada ao doente e de os efeitos desta terem uma durabilidade maior. Para muitos doentes que sofrem de doença mental grave, esta será a única forma de manterem terapêutica farmacológica, indispensável à sua compensação.

Em Portugal, os primeiros estudos efetuados por Almeida e Costa (1992), e por Almeida (1998), relativos à criminalidade homicida ocorrida no Distrito Judicial do Porto (DJP), nos anos de 1988-1991, apontava para uma taxa de homicídio entre os esquizofrênicos e os indivíduos com psicose paranoide claramente superior à da população geral, apesar de nesse período os inimputáveis terem sido responsáveis por apenas 8,3% dos homicídios (os indivíduos com perturbação da personalidade eram, de entre todos os 51 homicidas que foram submetidos a perícia psiquiátrica nesse período de quatro anos, o grupo mais representado, com metade do total). De salientar que, dos 16 psicóticos, 8 eram esquizofrênicos, 7 padeciam de psicose paranoide e 1 de psicose afetiva.

Numa outra investigação, em que estudou os homicídios perpetrados no Distrito Judicial do Porto no ano de 1990, Almeida (1999) apurou que, para uma população de 3.5 milhões de indivíduos, ocorreram 59 homicídios perpetrados por 53 homicidas. Destes, 4 (7.5%) foram considerados inimputáveis e responsáveis por 5 (8.5%) vítimas; dos 4 inimputáveis, 2 eram esquizofrênicos que mataram 3 (5.8%) vítimas (um matou a mãe, o outro matou dois vizinhos, um dos quais uma prima), um dos sujeitos padecia de um delírio de ciúmes (matou o "rival", um vizinho), o outro homicida inimputável padecia, em consequência de uma meningite ocorrida na infância, de uma deficiência mental ligeira concomitante com perturbação da personalidade com grave perturbação do controlo dos impulsos, sobretudo, do impulso agressivo. Se considerarmos uma prevalência de esquizofrenia de 3 por 1000, a taxa de homicídio dos esquizofrênicos seria 17 vezes superior à dos indivíduos não psicóticos. Se a prevalência considerada for de 6 por 1000, a taxa de homicídio é 8.5 vezes superior à dos indivíduos não psicóticos. Muito semelhante à encontrada por Tiihonen e colaboradores (1996) na Finlândia, em estudo anteriormente citado e, aliás, posterior mas sobreponível ao de Almeida (1999). Almeida (1999) estudou todos os homicídios ocorridos no Distrito Judicial do Porto entre 01 de janeiro de 1990 e 31 de dezembro de 1990, enquanto Tiihonen e colaboradores (1996) estudaram todos os homicídios ocorridos na Finlândia (população de 5 milhões de pessoas) entre 01 de junho de 1990 e 31 de maio de 1991. Os resultados de Shaw e colaboradores (2006), em Inglaterra, e outros autores anteriormente citados, são, também, muito próximos dos de Almeida (1999).

Estes cinco homicídios perpetrados pelos quatro inimputáveis representam uma taxa de 0.14 homicídios por 100.000 habitantes/ano, quase sobreponível à taxa de homicídio dos doentes mentais graves de 0.13/100.000 habitantes/ano explicitada por Coid (1983).

METODOLOGIA

Os indivíduos declarados inimputáveis pelos tribunais à luz do Artigo 20.º do Código Penal Português cometem, frequentemente, criminalidade muito grave. É absurdo manter esses pacientes, após a medida de segurança ser declarada extinta, sem uma adequada supervisão. Porque muitos destes pacientes têm ausente ou insuficiente consciência mórbida, têm famílias frágeis e carentes, não dispõem de uma supervisão competente e atenta, descompensam novamente após abandonarem a terapêutica. Frequentemente, a recaída no consumo de álcool e de drogas contribui para a descompensação da doença de que padecem. E repetida criminalidade, tantas vezes grave, irrompe novamente.

Consequentemente, decidiu-se implementar o projeto "Acompanhamento Psiquiátrico, em ambulatório, de Inimputáveis". Este projeto visava, em geral, assegurar o seguimento e a terapêutica adequada a estes doentes e, especificamente, na integração e na manutenção de todos os indivíduos de uma rede de cuidados e prevenção da descompensação dos pacientes.

72 indivíduos, residentes em um raio de 70 km da cidade do Porto participaram neste projeto, dos quais 43 foram regularmente seguidos.

As tarefas planeadas do projeto consistiam em efetuar o levantamento epidemiológico do fenómeno, nomeadamente, identificar os indivíduos alvo, identificar os locais de residência, conhecer o sujeito e respetiva família e o meio de residência; contactar outros prestadores relevantes no acompanhamento do sujeito (médico de família, assistente social da área de residência, etc.); visita domiciliária periódica, a cargo da enfermeira e/ou da psicóloga; consulta domiciliária do psiquiatra, sempre que considerado necessário pelos restantes elementos da equipa; elaboração de um processo do doente, regularmente atualizado, contemplando elementos clínico-psiquiátricos, incluindo documentação médica e de enfermagem, um relatório social, e outros elementos julgados convenientes (e.g., evolução do processo jurídico).

Foi efetuado um levantamento, junto da Clínica Psiquiátrica e de Saúde Mental de Santa Cruz do Bispo (CPSMSCB), dos indivíduos que, de 01 de janeiro de 2000 a 30 de setembro de 2010, foram colocados em liberdade, tendo sido selecionados 59 indivíduos, em função da área de residência e da área de referência do Projeto. A amostra foi sendo acrescentada paulatinamente ao longo do tempo, com mais 13 utentes, os quais foram sendo integrados por proposta de diferentes equipas da Direção Geral de Reinserção Social (DGRS). Eram indivíduos considerados inimputáveis mas em situação de “Medida de Segurança suspensa com injunção de tratamento” e que eram acompanhados por estas entidades.

Caracterização sócio-demográfica utilizando os dados do Processo Judicial e os contactos estabelecidos com o doente e respetiva família.

Caracterização clínica utilizando os dados do Processo Judicial, os conhecimentos proporcionados pelo doente e pela família, e os dados fornecidos pelo(s) médico(s) e, eventualmente, pela assistente social que acompanhava o sujeito.

Estudo das Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD) com o Índice de Lawton (Lawton & Brody, 1969; Sequeira, 2007). Trata-se de um índice com uma pontuação que varia entre 8 e 30 pontos. Coloca-se simultaneamente a pontuação total e o respetivo grau de dependência de acordo com a cotação: 8 pontos (independente); 9 a 20 pontos (moderadamente dependente) – necessita de uma certa ajuda; > 20 pontos (severamente dependente) – necessita de muita ajuda.

Acompanhamento psiquiátrico, em ambulatório, do doente – na eventualidade de este já ser regularmente acompanhado numa instituição psiquiátrica (e.g., Hospital de Magalhães Lemos – HML), a equipa limitava-se a monitorizar a evolução do doente, sem interferir na relação médico-doente, nomeadamente, na medicação instituída. Não deixava, todavia, de se constituir como um elemento de acompanhamento e de ajuda do doente (efetuando visitas ao domicílio, colhendo informação junto da família e no local de residência acerca da sua evolução, necessidades e comportamento, por exemplo). Os doentes que não eram objeto de acompanhamento psiquiátrico (porque abandonaram ou nunca compareciam às consultas), eram integrados na consulta da equipa, transitoriamente, até serem integrados no Serviço Local de Saúde Mental da área de residência. Para o que, sempre que necessário, era acionado o internamento compulsivo.

Os procedimentos passavam por: depois de os indivíduos serem identificados, foi feito contacto telefónico com a família do paciente para marcar uma entrevista com o paciente e com a sua família. Se o paciente se encontrasse compensado, a equipa contactava a família três meses depois. Se o paciente estivesse descompensado, a equipa tentava a sua integração no serviço local de assistência psiquiátrica. Quando o paciente não aceitava esta intervenção, a equipa fazia uma segunda visita à casa, agora com a presença do psiquiatra da equipa que, quando se justificava, desencadeava o internamento compulsivo do paciente. Excepcionalmente, e até o serviço psiquiátrico local consultar o paciente, o psiquiatra da equipa assistia o paciente no HML.

Estudo de caso

J., 49 anos de idade, sexo masculino, solteiro, 2º ciclo de escolaridade. Aos 17 anos de idade iniciou consumo de drogas. Todavia, apenas aos 24 anos viria a manifestar alterações comportamentais. Relativamente à sua história criminal, sabemos que cumpriu uma pena de prisão de dois anos, entre 1998 e 2000, ano em que foi libertado. Posteriormente, cumpriu nova pena de prisão entre 2003 e 2009 após furto no supermercado com agressão a um segurança.

Após a libertação, em 2009, abandonou a terapêutica para a psicose esquizofrénica, forma paranoide, de que padecia, descompensando com novo surto psicótico. Esteve internado numa casa de saúde durante 15 dias, no verão de 2010, mas fugiu. Consequentemente, e dada a experiência negativa verificada, os pais e os irmãos não voltaram a tentar submetê-lo a qualquer outro tratamento. Do que resultou que o doente ficou sem tratamento até a nossa equipa (uma psicóloga e uma enfermeira) contactar a família, em 18.01.2011, no âmbito do nosso projeto de tratamento compulsivo em ambulatório de inimputáveis. O doente vivia num quarto no rés do chão, na moradia dos pais, remodelado de modo a que o doente fosse o mais autónomo possível e incomodasse o menos possível os progenitores, residentes no piso superior da habitação. Temerosos, os pais evitavam o contacto com o doente, referiam ter medo dele e, nem o facto de o doente fazer muito barulho durante a noite (“colocava o rádio na maior das alturas, batia nas paredes, arrastava os móveis, ria-se às gargalhadas sozinho, proferia ameaças...”) os impedir de dormir, os levava a insurgirem-se contra o filho. Pelo contrário, faziam todos os possíveis para que esse contacto não ocorresse, dado que o filho já tinha sido fisicamente agressivo para com os progenitores, além de os continuar a ameaçar verbalmente. Inclusive, quando lhe forneciam os alimentos, faziam todos os possíveis para que o contacto com o filho não acontecesse. A evolução clínica ocorria num registo selvagem em que o doente se encontrava “entregue a si próprio”, encarcerado na sua alienação mental.

Quando a nossa equipa contactou a família, os pais informaram-nos que tinham decorrido episódios em que “anda sozinho, fala alto, anda avariado da cabeça... diz que os estrangeiros querem matar os portugueses todos e manda-nos trancar tudo”. O pai encontrou-o várias vezes desnudado, nomeadamente, a vaguear pela rua. Uma vizinha confirmou as alterações comportamentais do utente, informou-nos que o doente não andava bem e que as pessoas tinham medo dele “quando ele anda assim até trancamos as portas”. Contactado no mesmo dia o serviço de saúde mental da área de residência, fomos informados do não acompanhamento deste utente pelos serviços de saúde mental devido a “alta por abandono”.

Agendou-se novo contacto para avaliação a 09.02.2011, com a presença do psiquiatra da equipa, sensibilizando-se a família para a importância da presença do doente na sua residência.

Em 09.02.2011 o utente não se encontrava no domicílio quando toda a equipa aí se deslocou. Tinha saído. Foram entrevistados os pais e um irmão, cuja presença solicitamos. Referiram-nos que o doente estava cada vez mais desconfiado, afirmando a mãe que o pai lhe trazia a “comida e ele não quer comer porque diz que tem veneno”, confirmando, ainda, que “Ele tem alturas que não sabe o que está a fazer, anda pela rua sem roupinha nenhuma...fala alto, sozinho, de noite fala e só diz asneiras”. Relataram, também, um episódio agressivo ocorrido no dia 6 de fevereiro de 2011, em que arremessou pedras contra a casa dos pais descrevendo, ainda, outra situação em que ferá agredido o pai após este ter vindo em defesa da mãe, em situação de conflito provocada pelo filho.

Apesar da ausência do doente, o psiquiatra da equipa realizou um relatório de avaliação clínico-psiquiátrica dirigido à autoridade de saúde (Lei 36/98 de 24/7), com o objetivo de o doente ser internado compulsivamente. Além disso, o psiquiatra telefonou à autoridade de saúde, a descrever a situação e a informar da necessidade de urgentemente se intervir e encaminhar o doente a um serviço de urgência, para um muito provável internamento

compulsivo, o qual se veio a verificar em 12.02.2011. Treze dias depois, em 25.02.2011, a enfermeira e a psicóloga da equipa efetuaram uma visita ao doente, na casa de saúde onde se encontrava internado. O doente aceitou falar com a equipa. Continuava zangado porque "porque as coisas têm de ser corretas... quando está mal, zango-me!". Questionou-nos se frequentamos a Igreja, continuando: "Acha bem? Quando o padre levanta a hóstia ele sabe que ela é feita de esporrachim, merda seca e merda vermelha...porque é que ele dá às pessoas o esporrachim, merda seca e merda vermelha? Fazem as coisas sem ninguém saber, para sujar as pessoas", incluindo os padres nesta trama porque "o Padre de S. João tira em Moreirinha e o de St.ª Eulália vai a Izeda. Claro que eu nunca os vi tirar, fazem a coisa pela calada....os outros padres não sei, por que não vejo!".

Com uma convicção delirante inabalável, assegurava que "Eu mando na parte alimentar. Há o que manda na Terra, o que manda no Fogo e o que manda no Ferro e... são cinco!". A sua responsabilidade seria de avaliar o que os outros comem "se é sujo ou limpo", sob pena de muita gente morrer: "A última que vi (morrerem pessoas) foi veneno de cobra, vi-os morrer à minha frente, na cadeia, por causa da medicação...tiraram veneno à cobra para matar os portugueses...". A sua preocupação com o futuro da humanidade era enorme porque viu "o ozono a ser destruído, eu vi a humanidade a ser destruída... eu vi o concerto do mundo... andam a brincar com a gravidade e a gravidade faz parte do ozono e com esta não se brinca... o ozono é uma parte da mulher que mantém o que estava no lugar certo... onde é que já se viu andarem a meter os órgãos das mulheres nos homens para meter os homens grávidos?!... matam as mulheres no barco do aborto para dar os órgãos aos homens?!".

Como facilmente se pode verificar pelos excertos da entrevista do doente, este encontrava-se muito descompensado cerca de duas semanas após ter sido internado, apesar de estar a efetuar a terapêutica adequada. Viria a sair precocemente do internamento e, reinternado.

Foi sugerida possibilidade de integração em projeto comunitário da casa de saúde onde se encontrava internado dado que, no âmbito deste projeto, realizavam visitas domiciliárias para administração da terapêutica. No entanto, não foi possível integrar este doente nesse projeto de tratamento em ambulatório, dado que a residência do doente ficava fora da área geográfica do projeto da Casa de Saúde. Pelo que a nossa equipa assumiu a administração, por via intramuscular, do antipsicótico receitado. Consultado por nós no HML, no Porto, em 30.06.2011, estava bem compensado, com um excelente estado de asseio e higiene pessoal, bem vestido e com excelente aspeto, discurso inteiramente lógico e coerente, sem qualquer alteração da perceção, com consciência mórbida, perplexo com os comportamentos que tinha perpetrado.

RESULTADOS

A intervenção da equipa de investigação foi particularmente relevante em nove situações: quatro pacientes que sofriam de psicose esquizofrénica paranoide, dois dos quais com comorbilidade psiquiátrica, como resultado do abuso de substâncias, dois pacientes que sofriam de psicose paranoide, dois pacientes que sofriam de deficiência mental ligeira e de abuso de substâncias e um paciente que tinha uma síndrome pré-frontal e alcoolismo concomitante. Salientamos que os seis pacientes psicóticos descompensados não tiveram acompanhamento ou tratamento psiquiátrico durante um período prolongado de tempo. Esses doentes perpetraram várias alterações de comportamento, incluindo comportamento agressivo, e o potencial homicida de alguns deles era muito sério.

CONCLUSÕES

O doente tinha antecedentes prisionais, padecia de uma psicose esquizofrénica, e saíra da clínica psiquiátrica do estabelecimento prisional há cerca de dois anos relativamente à nossa primeira consulta domiciliária.

A família de J., por exaustão, sentimento de incapacidade e medo, não se constituía como um suporte eficaz para o tratamento do doente.

Inserido na comunidade, descompensado há mais de um ano, sem qualquer tratamento há cerca de seis meses, tudo indicava que a criminalidade crescente que vinha perpetrando iria culminar em crime grave.

A implementação do projeto de acompanhamento psiquiátrico, em ambulatório, de inimputáveis, permitiu uma rápida intervenção e compensação deste doente, e a interrupção deste percurso criminal.

A manutenção do doente sob os cuidados do serviço de saúde mental da área de residência possibilita uma supervisão mais próxima e menos onerosa para o doente.

A colocação de um doente como J. na comunidade não se pode reduzir à emissão de cartas de referenciação ao médico de família e, eventualmente, uma outra dirigida aos Serviços Locais de Saúde Mental (SLSM) mas, antes, um acompanhamento efetivo do doente (inimputável) à consulta, com transmissão da informação clínica e judicial relevante, e uma mais adequada monitorização do tratamento psiquiátrico do doente na comunidade. Trabalho este que deve ser preparado quando o sujeito se encontra, ainda, a cumprir a medida de segurança.

Promover a autonomia e o bem-estar dos utentes constituiu um objetivo primordial deste projeto contribuindo, também, para a manutenção da paz social, o que requer um acompanhamento e uma avaliação tempestiva do quadro clínico e funcionalidade do sujeito, através de um trabalho de articulação de e em rede que permita avaliar e fomentar as competências do indivíduo como ser social.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos o apoio proporcionado pelo Instituto Superior da Maia.

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

Fernando Almeida, ISMAI – Instituto Superior da Maia, Av. Carlos Oliveira Campos – Castelo da Maia, 4475-690 Avioso S. Pedro, afernandalmeida@sapo.pt

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Almeida, F. (1998). Homicídios. *Temas Penitenciários*, 2(1), 93-100.

Almeida, F. (1999). *Homicidas em Portugal*. Maia: Publismai.

Almeida, F. (2007). Psicose Esquizofrénica e Criminalidade. *Psiquiatria, Psicologia & Justiça*, 1, 5-33.

Almeida, F. & Costa, P.C. (1992). Homicídios e Psiquiatria Forense. *O Médico*, 127(2075), 97-100.

Coid, J. (1983). The epidemiology of abnormal homicide and murder followed by suicide. *Psychological Medicine*, 13, 855-860.

Diário da República, I SÉRIE-A N.º 169, 24/7/1998, p. 3544-3550

Decreto-Lei nº 400/82, de 23 de setembro, republicado pela Lei nº 59/2007, de 4 de setembro (Diário da República, 1.ª série – N.º 170 – 4 de setembro de 2007).

- Elbogen, E. B. & Johnson, S. C. (2009). The intricate link between violence and mental disorder: Results from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions. *Archives of General Psychiatry*, 66(2), 152-161.
- Eriksson, A., Romelsjö, A., Stenbacka, M., & Tengstrom, A. (2011). Early risk factors for criminal offending in schizophrenia: a 35-year longitudinal cohort study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 46(9), 925-932.
- Fazel, S. & Grann, M. (2006). The population impact of severe mental illness on violent crime. *American Journal of Psychiatry*, 163(8), 1397-1403.
- Fazel, S. & Yu, R. (2011). Psychotic Disorders and Repeat Offending: Systematic Review and Meta-analysis. *Schizophrenia Bulletin*, 37(4), 800-810.
- Frankle, W. G., Shera, D. S., Berger-Hershkowitz, H., Evins, A. E., Connolly, C., Goff, D. C. et al. (2001). Clozapine-Associated Reduction in Arrest Rates of Psychotic Patients with Criminal Histories. *American Journal of Psychiatry*, 158, 270-274.
- Hodgins, S., Mednick, S. A., Brennan, P. A., Schulsinger, F., & Engberg, M. (1996). Mental disorder and crime. *Archives of General Psychiatry*, 53(6), 489-496.
- Laajasalo, T. & Häkkänen, H. (2005). Offence and offender characteristics among two groups of Finnish homicide offenders with schizophrenia: Comparison of early – and late – start offenders. *Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 16(1), 41-59.
- Large, M. & Nielssen, O. (2008). Evidence for a relationship between the duration of untreated psychosis and the proportion of psychotic homicides prior to treatment. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43(1), 37-44.
- Lawton, M. P. & Brody, E. (1969). Assessment of older people: self-maintaining and instrumental activities of daily living. *The Gerontologist*, 9(3), 179-186.
- Meehan, J., Flynn, S., Hunt, I. M., Robinson, J., Bickley, H., Parsons, R., et al. (2006). Perpetrators of homicide with schizophrenia: a national clinical survey in England and Wales. *Psychiatric Services*, 57(11), 1648-1651.
- Millaud, F. & Dubreucq, J. L. (2005). Evaluation de la dangerosité du malade mental psychotique. Introduction. *Annales médico-psychologiques*, 163(10), 846-851.
- Nielssen, R. et al. (2007). Maximum Likelihood Estimation of Ancestral Codon Usage Bias Parameters in *Drosophila*. *Mol. Biol. Evol.*, 24, 228-35.
- Nielssen, O. & Large, M. (2010). Rates of homicide during the first episode of psychosis and after treatment: a systematic review and metaanalysis. *Schizophrenia Bulletin*, 36(4), 702-712.
- Ran, M. S., Chen, P. Y., Liao, Z. G., Chan, C. L., Chen, E. Y., Tang, C. P., et al. (2010). Criminal behavior among persons with schizophrenia in rural China. *Schizophrenia Research*, 122(1-3), 213-218.
- Sequeira, C. (2007). *Cuidar de idosos dependentes*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Shaw, P. et al. (2006). *The sublime*. Abingdon: Routledge.
- Swanson, J. W., Holzer, C. E., Ganju, V. K., & Jono, R. T. (1990). Violence and psychiatric disorder in the community: evidence from the Epidemiologic Catchment Area surveys. *Hospital & Community Psychiatry*, 41(7), 761-70.
- Swinson, N., Flynn, S. M., While, D., Roscoe, A., Kapur, N., Appleby, L., & Shaw, J. (2011). Trends in rates of mental illness in homicide perpetrators. *The British Journal of Psychiatry*, 198, 485-489.
- Tiihonen, J., Soininen, T., Männistö, T., & Sulonen, R. (1996). State-of-the-practice in product configuration – a survey of 10 cases in the Finnish industry. In T. Tomiyama, M. Mäntylä, & S. Finger (Eds.), *Knowledge Intense CAD. Vol. 1* (pp. 95-114). Chapman & Hall.
- Wallace, C., Mullen, P., & Burgess, P. (2004). Criminal offending in schizophrenia over a 25-year period marked by deinstitutionalization and increasing prevalence of comorbid substance use disorders. *American Journal Psychiatry*, 161(4), 716-727.
- Zitron, A., Hardesty, A., Burdock, E., & Drossman, A. (1976). Crime and violence among mental patients. *American Journal of Psychiatry*, 133, 142-159.

Auto-controlo no desporto: Estudo de adaptação e validação da "Brief Self-Control Scale"

José Fernando Cruz, Rui Sofia, Joana Osório, Joana Valente, & Juliana Silva
Escola de Psicologia, Departamento de Psicologia Aplicada, Universidade do Minho

Resumo: O auto-controlo constitui um processo auto-regulatório central em vários domínios de realização, sobretudo pela sua elevada capacidade preditiva do desempenho de comportamentos desejados (e inibição de comportamentos indesejados (e.g., de Ridder et al., 2012; Duckworth et al., 2011; Englert & Bertrams, 2012; Tangney et al., 2004; Vohs & Baumeister, 2010). Neste estudo inicial pretende-se explorar as características psicométricas da Escala Breve de Auto-controlo (Brief Self-Control Scale; Tangney et al., 2004) numa amostra de atletas portugueses. Para além desta medida, foram administradas medidas adicionais de outras variáveis cognitivas e emocionais relevantes no contexto desportivo. Os resultados serão discutidos tendo em consideração a potencialidade desta medida para a investigação futura e as suas implicações para a avaliação e intervenções destinadas a promover as competências auto-regulatórias, não só em contextos desportivos, mas também noutros domínios de realização e profissionais.

Palavras-chave: auto-controlo; avaliação psicológica; desporto; diferenças individuais; auto-regulação.

INTRODUÇÃO

No dia-a-dia, estamos constantemente a ser confrontados com situações em que temos que "resistir às tentações" do prazer imediato, ou de seguir o "caminho mais fácil", por tais cursos de acção implicarem consequências a longo prazo, ou por serem socialmente inadequadas (Baumeister, Vohs, & Tice, 2007). Por exemplo, resistir à tentação de comer um doce, continuar a dormir de manhã, ou reagir de forma violenta. De facto, não conseguir resistir às tentações pode gerar problemas como a gravidez na adolescência, alcoolismo, dependência de drogas, crime, doenças venéreas, ou baixo desempenho escolar, entre outros. (Baumeister & Heatherton, 1996).

Baumeister e Bauer (2011) definiram auto-controlo como "a capacidade alterar as nossas respostas, de ultrapassar tendências naturais e automáticas, desejos, ou comportamentos, de forma a atingir objectivos a longo-prazo, mesmo que seja a custo de "atracções" a curto-prazo; e seguir as normas e regras impostas pela sociedade" (Baumeister & Bauer, 2011, p. 65). Esta capacidade é considerada uma das mais importantes e valiosas estruturas da personalidade, pois permite a flexibilidade necessária na persecução dos objectivos desejados (Gailliot et al., 2007).

O conceito de auto-controlo, originalmente designado de "músculo moral" por reflectir o controlo dos impulsos mas também o comportamento social ajustado (Baumeister & Exline, 1999), é referido diversas vezes na sabedoria popular como "força de vontade", que pode ou não ter um limite. Seguindo este pressuposto, Baumeister, Heatherton, e Tice (1994), após uma extensa revisão da literatura, sugeriram que o auto-controlo depende de uma energia que é limitada. Para estes autores, acções anteriores de auto-controlo reduzem a energia para acções de auto-controlo subsequentes. Este pressuposto originou o chamado Modelo da Força do Auto-controlo, que sugere que indivíduos que realizam uma acção de auto-controlo, terão um pior desempenho nas tarefas de auto-controlo seguintes, devido à diminuição desta energia. Dois estudos laboratoriais (Baumeister, Bratslavsky, Muraven, & Tice, 1998; Muraven, Tice, & Baumeister, 1998) vieram comprovar esta teoria, ambos demonstrando que os participantes que se envolviam em tarefas anteriores de auto-controlo tinham um pior desempenho em tarefas posteriores, comparativamente com os

participantes do grupo de controlo, que apenas realizaram a última tarefa. Estes estudos sugerem que o exercício do auto-controlo esgota temporariamente os recursos dos participantes, diminuindo a sua capacidade de auto-controlo nas seguintes tarefas. O termo "esvaziamento do ego" (*ego depletion*) foi criado para referir este estado temporário de diminuição dos recursos de auto-controlo (Baumeister et al., 1998).

Este efeito de "esvaziamento" do ego tem sido consistentemente comprovado por diversos estudos, usando diferentes metodologias, e por diferentes equipas de investigação (e.g., Kemps, Tiggemann, & Grigg, 2008; Vohs & Heatherton, 2000). Além disso, várias respostas são susceptíveis a este efeito, nomeadamente a regulação emocional, supressão de pensamentos, inibição de estereótipos, e controlo dos impulsos e tentações (Bauer & Baumesiter, 2011).

No entanto, e sendo o auto-controlo essencial para a vida em sociedade, seria até perigoso que os recursos de auto-controlo se esgotassem completamente. Na verdade, diversos estudos demonstram que os indivíduos nunca ficam completamente sem recursos, e que existem diversas estratégias ou actividades que superam os efeitos do esvaziamento do ego. Por exemplo, a expectativa de realizar mais tarefas de auto-controlo (Muraven, Shmueli, & Burkley, 2006), teorias implícitas de que a energia de auto-controlo é ilimitada (Job, Dweck, & Walton (2010), o humor positivo (Tice, Baumeister, Shmueli, & Muraven, 2007) e o uso de auto-afirmações (Schmeichel & Vohs, 2009) parecem ajudar a superar este efeito de esvaziamento do ego.

Mais especificamente em contextos de realização (e.g., desporto), Dorris, Power e Kenefick (2011) verificaram que o efeito de esvaziamento do ego também acontecia em atletas de elite durante os exercícios de treino, onde o desempenho diminuía nos últimos exercícios. Um outro estudo recente (Bertrams, Englert, & Dickhäuser, 2010) também demonstrou que a capacidade de auto-controlo foi um preditor significativo de ansiedade estado apenas quando a energia do auto-controlo estava "esvaziada", sugerindo que os participantes que tinham a sua energia de auto-controlo intacta conseguiram controlar os sintomas de ansiedade na realização de testes. Num outro contexto de realização, Duckworth e Seligman (2005) demonstraram que a auto-disciplina é o preditor mais significativo do desempenho académico (notas finais) comparativamente ao quociente de inteligência (QI), em estudantes do ensino secundário. Mais recentemente, um estudo longitudinal de Duckworth, Tsukayama e May (2010) demonstrou que as alterações no auto-controlo previam significativamente a média final ao longo do tempo. Consistentemente em dois estudos longitudinais posteriores, Duckworth, Tsukayama e Quinn (2012) demonstraram que o auto-controlo foi melhor preditor das alterações que as notas dos alunos comparativamente com os níveis de QI.

Neste sentido, a evidência para o papel do auto-controlo enquanto processo auto-regulatório central, muito para além das situações de desempenho, parece ser clara, sobretudo pela capacidade preditiva do desempenho de comportamentos desejados (e inibição de comportamentos indesejados), nos domínios interpessoais e em diferentes situações de avaliação do rendimento académico (e.g., de Ridder, Boer, Lugtjga, Bakker, & van Hooft, 2011; Duckworth et al., 2012; Tangney, Baumeister, & Boone 2004; Vohs & Baumeister, 2010).

Deste modo, o desenvolvimento de uma escala de traço da capacidade de auto-controlo com elevada capacidade preditiva tornou-se imprescindível para a investigação neste domínio. Neste sentido, Tangney et al. (2004) desenvolveram a Escala de Auto-controlo ("*Self-Control Scale*"), que demonstrou boas características psicométricas e associações com diversas medidas adaptativas, nomeadamente, melhor desempenho académico, melhor ajustamento psicológico (menor psicopatologia e maior auto-estima), menos comportamento alimentares compulsivos, menor abuso do álcool, melhores relações interpessoais, vinculação segura e respostas emocionais óptimas.

No desenvolvimento da escala de auto-controlo, para além de uma versão completa de 36 itens, foi ainda construída e sugerida uma Escala Breve de Auto-controlo ("*Brief Self-Control Scale*") com apenas 13 itens (retirados da escala completa), ambas unidimensionais. Inicialmente, esta escala breve demonstrou características psicométricas e capacidade preditiva semelhantes à versão completa (Tangney et al., 2004). Atendendo a estas características e dada a sua brevidade, esta versão abreviada revela-se com um instrumento de elevada utilidade, ao qual diversos estudos, em diferentes domínios, já recorreram (e.g., Duckworth & Seligman, 2005; Ackerman, Goldstein, Shapiro, & Bargh, 2009; Geraghty, Wood, Hyland, 2010).

Uma meta-análise recente de de Ridder, Lensvelt-Mulders, Finkenauer, Stok e Baumeister (2012), sobre as relações entre o traço de auto-controlo e uma vasta gama de comportamentos em diferentes domínios e contextos, comprovam efeitos robustos do auto-controlo não só na inibição de comportamentos indesejáveis, mas também, e principalmente, na realização de comportamentos desejáveis. Os resultados desta meta-análise de 102 estudos (com um N total de 32.648 participantes) permitiram verificar que de entre os três instrumentos de avaliação utilizados para medir o auto-controlo disposicional, a Escala de Auto-controlo de Tangney e colaboradores (2004) foi a que permitiu uma análise mais "fina" e robusta das relações e onde foram encontrados os maiores efeitos, nomeadamente na sua versão mais longa. Esta meta-análise, entre outros resultados, permitiu ainda verificar e evidenciar que: a) as diferenças individuais no traço de auto-controlo, independentemente da medida utilizada, estão relacionadas (relação "pequena" a "média") com inúmeros benefícios e problemas em múltiplas áreas do funcionamento humano (e.g., felicidade, amor, desempenho escolar, consumo de álcool, compromisso nas relações interpessoais, delinquência); b) de entre os três instrumentos usados (Escala de Auto-controlo de Tangney e colaboradores, 2004; Escala de Baixo Auto-controlo, de Grasmick, Tittle, Bursik e Arneklev, 1993; e Escala de Impulsividade de Barratt, de Patton, Stanford e Barratt, 1995), os maiores e mais homogêneos efeitos foram encontrados para a Escala de Auto-controlo; c) os tamanhos dos efeitos médios encontrados foram similares tanto para comportamentos desejáveis, como para comportamentos indesejáveis (embora, neste caso, de forma mais heterogênea e menos consistente), sendo o auto-controlo "pelo menos aparentemente" mais eficaz na inibição de determinados comportamentos; d) contrariamente ao esperado, o auto-controlo revelou-se mais eficaz (e mais forte no efeito) em comportamentos automáticos (e.g., hábitos) que em comportamentos controlados, parecendo operar mais através da "formação e quebra de hábitos" e no "desenvolvimento e manutenção de padrões estáveis de comportamento (p. 16); e) existem "efeitos diferenciais dramáticos" do auto-controlo em diferentes domínios de vida, sendo os efeitos mais robustos no rendimento na escola e no trabalho, moderados no funcionamento e ajustamento interpessoal e mais pequenos na regulação alimentar e do peso; f) o tamanho dos efeitos foi maior quando os auto-relatos foram usados (comparativamente a medidas de comportamento e observação directa), e para comportamentos "imaginários ou hipotéticos" comparativamente a comportamentos reais; g) os efeitos do traço do auto-controlo são maiores em populações jovens que em adultos, sobretudo em impulsos considerados problemáticos e anti-sociais (e.g., agressão, sexo, abuso de substâncias), sendo tais efeitos igualmente mais robustos em amostras do sexo masculino do que do sexo feminino; i) as diferenças na força dos impulsos indesejáveis geram diferentes resultados comportamentais e são "preditores mais poderosos do comportamento" (p. 17) em determinados grupos (e.g., jovens do sexo masculino) do que noutros grupos sociodemográficos.

Paralelamente, motivados pela importância e potencialidades desta escala breve de auto-controlo, dois estudos recentes centraram-se na reanálise das suas características psicométricas e validade. A título ilustrativo, Maloney, Grawitch e Barber (2012) consideraram que não foi dada justificação apropriada para a unidimensionalidade da escala, pelo que sugerem que a delineação de factores poderá contribuir para clarificar as ambiguidades conceptuais desta medida. Através de uma análise factorial exploratória e posterior análise

confirmatória, estes autores encontraram dois factores nesta escala, nomeadamente: a) inibição (*restraint*), que remete para itens relacionados com a resistência às tentações e auto-disciplina; e b) impulsividade, cujos itens reflectem uma "tendência para agir em função de pensamentos ou sentimentos espontâneos em vez da capacidade de controlar os impulsos" (p. 114).

Similarmente, de Ridder e colaboradores (2011) procuraram aumentar a validade preditiva desta escala, partindo da perspectiva teórica de Myrseth e Fishbach (2008), que sugere que o auto-controlo tem duas componentes: a resistência a tentações e direcção de esforços para um objectivo. Neste sentido, estes autores propuseram a distinção entre auto-controlo inibitório (processos de inibição de impulsos imediatos) e iniciatório (comportamentos dirigidos para um objectivo). Com base nesta distinção, os autores do estudo categorizaram os itens, tendo excluído à priori três itens por não se enquadrarem a nenhuma das tipologias. Recorrendo a uma amostra de 361 estudantes, uma análise confirmatória demonstrou a adequação deste modelo dualista do auto-controlo.

Em suma, a evidência para o papel central e para o poder da associação dos processos auto-regulatórios com o desempenho de comportamentos desejados, com a perseverança e procura de objectivos, bem como para a inibição de comportamentos de risco ou indesejáveis, parece estar já bem documentada (e.g., de Ridder et al., 2011; Duckworth et al., 2011; Tangney et al., 2004; Vohs & Baumeister, 2010). A investigação em diferentes domínios interpessoais e de realização tem documentado o impacto do auto-controlo, bem como as associações das diferenças individuais no auto-controlo com outros constructos de natureza cognitiva, motivacional e emocional, nomeadamente em contextos (e.g., desporto) onde a investigação deste traço disposicional tem sido rara e/ou escassa (Cruz, Osório & Sofia, 2012).

Neste sentido, o presente estudo pretende contribuir para o esclarecimento desta aparente ambiguidade conceptual e alguma inconsistência no conceito e na medida de auto-controlo, comparando os resultados obtidos com os estudos anteriores (de Ridder et al., 2011; Maloney et al., 2012), bem como explorando eventuais novas distinções estruturais (em termos das suas dimensões) de auto-controlo. Pretende-se também adaptar e validar, ainda que de forma exploratória, esta medida para a língua Portuguesa, sobretudo, mas não exclusivamente, em contextos desportivos. De igual forma, serão analisados padrões de associação com outras medidas cognitivas (percepção de ameaça e desafio) e emocionais (ansiedade e raiva) relevantes no contexto desportivo, tendo em vista um contributo adicional para o estudo da validade desta medida.

METODOLOGIA

Participantes

Neste estudo participaram 226 atletas de diversas modalidades, incluindo ténis, futsal, basquetebol, *kickboxing*, judo, *taekwondo*, rãguebi, badmington, hóquei em patins, natação e voleibol. Destes, 153 são do sexo masculino e 68 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 39 anos de idade ($M = 21,75$; $DP = 6,48$). Estes atletas competem em vários escalões competitivos, nomeadamente juvenis ($N = 44$), juniores ($N = 45$) e seniores ($N = 128$).

Instrumentos

Escala Breve Auto-Controlo (EAC). Esta escala foi originalmente desenvolvida por Tangney e colaboradores (2004; versão preliminar para investigação traduzida e adaptada para Português por Cruz, 2008). Esta medida pretende avaliar as diferenças individuais no traço de auto-controlo e já foi testada e aplicada em diferentes contextos de realização (e.g., Duckworth et al., 2012; Finkenauer, Engels, & Baumeister, 2005). A EAC, na sua versão reduzida, é constituída por um total de 13 itens, respondidos numa escala tipo Likert de 1

(Nada) a 5 (Muito). A título de exemplo, esta inclui itens com: "Faço certas coisas que são más para mim, se forem divertidas" e "Eu sou bom a resistir a tentações". O "score" total desta escala é obtido através da soma dos seus itens, variando entre um mínimo de 13 e um máximo de 65. Uma pontuação mais elevada indica maior capacidade de auto-controlo.

Escala de Avaliação Cognitiva da Competição Desportiva- Percepção de Ameaça e Percepção de Desafio (EACCD-PA-PD). Este instrumento foi desenvolvido por Cruz (2009) tendo por base um instrumento destinado a avaliar a percepção de ameaça, a Escala de Avaliação Cognitiva da Competição Desportiva- Percepção de Ameaça (Cruz, 1994, 1996, Dias, Cruz, & Fonseca, 2009). Esta foi desenvolvida com base nos trabalhos de Lazarus e Colaboradores (Lazarus, 1991; Lazarus & Folkman, 1984) e tem por objectivo medir da avaliação cognitiva primário, que reflecte "uma avaliação do significado, para o bem-estar pessoal, daquilo que está a acontecer na relação pessoa-ambiente" (Lazarus, 1991, p. 87). Tendo em consideração que a competição desportiva também pode ser avaliada como um desafio (Jones et al., 2009; Lazarus, 1991, 2000) , foi acrescentada uma nova subescala de percepção de desafio. Deste modo, esta nova escala inclui um total de 16 itens, distribuídos por duas subescalas: Percepção de Ameaça (PA), com 11 itens (ex: "Penso que posso não ter o rendimento que quero ou que pretendo ter"), variando entre um mínimo de 11 e um máximo de 55; e a Percepção de desafio (PA) que engloba 5 itens (ex: "Fico motivado(a) para aumentar o meu esforço e dar o meu máximo"), variando entre 5 e 25. Todos os itens são respondidos numa escala tipo Likert de 5 pontos (1=Não se aplica; 5=Aplica-se muito)

Escala de Ansiedade no Desporto (EAD-2). Esta escala é uma versão traduzida e adaptada por Cruz e Gomes (2007) da Sport Anxiety Scale-2 (SAS-2) desenvolvida por Smith, Smoll, Cumming, e Grossbard (2006). A EAD-2 pretende avaliar o traço de ansiedade competitiva, bem como as suas três dimensões, nomeadamente, ansiedade somática e duas dimensões de ansiedade cognitiva, preocupação e perturbação de concentração. Esta escala inclui um total de 15 itens distribuídos pelas 3 subescalas (5 itens por escala), respondidas numa escala de Likert de 4 pontos (1 = "Nunca" a 4 = "Quase sempre"). Os scores de cada subescala são obtidos pela soma dos valores atribuídos, e a pontuação total de Ansiedade Competitiva corresponde à soma dos totais de cada subescala. Cada subescala varia entre um mínimo de 5 e um máximo de 20 pontos, e o total entre 15 e 60. O valor total da EAC-2 reflete "um índice geral da ansiedade do rendimento desportivo" (Smith et al., 2006, p. 487).

Escala de Raiva Traço – Expressão (ERT-E). Esta escala foi originalmente desenvolvido por Spielberger (1999), para avaliar os estado de raiva, definido como "um estado emocional que varia em intensidade, do aborrecimento até à fúria e raiva intensa" (Spielberger et al., 1993, p. 162), e o traço de raiva, que corresponde à tendência para experienciar estados de raiva. Esta escala foi traduzida e adaptada para a língua portuguesa por Marques, Mendes e De Sousa (2007). Neste estudo foi apenas utilizada a versão de traço de raiva (10 itens) desta escala (ex: Fico furioso(a) quando sou criticado(a) à frente dos outros). Todos os itens são respondidos numa escala Likert (1 = "Quase Nunca" a 4 = "Quase sempre").

Procedimentos

Os atletas responderam individualmente às medidas e instrumentos acima descritos, incluídos num questionário de auto-avaliação mais amplo. Após a explicação dos objectivos do estudo, procurou-se minimizar potenciais efeitos da desejabilidade social, bem como reforçar a honestidade e sinceridade nas respostas, através de indicações expressas de não haver respostas correctas ou incorrectas e da confidencialidade dos dados (Cruz & Viana, 1996). Posteriormente, foi entregue aos atletas um envelope com o questionário e um consentimento para o próprios, e para o pais, no caso de atletas menores de 18 anos, que eram posteriormente devolvidos a um dos investigadores responsáveis deste estudo.

RESULTADOS

Foi realizada uma análise factorial exploratória (AFE) com o objectivo de identificar uma estrutura ou modelo mais adequada para os dados em estudo (Henson & Roberts, 2006). Deste modo, tendo em consideração os estudos anteriores (De Ridder et al., 2011; Maloney et al., 2012), testou-se inicialmente um estrutura de 2 factores. Apesar da estrutura encontrada não coincidir com nenhum dos modelos anteriores, a análise dos itens que saturaram no factor 1 revelou que estes estavam relacionados com impulsividade, enquanto os itens do factor 2 reflectiam uma dimensão de controlo. Como critérios de inclusão dos itens numa determinado factor, considerou-se a saturação superior a .40 e a sua congruência conceptual (Tabachnick & Fidell, 2007). Com efeito, o item 1 foi excluído por ter uma saturação inferior a este valor, o mesmo sucedendo aos itens 6 e 7 por não se enquadrarem teoricamente no factor em que saturaram. Assim, neste modelo hipotético bidimensional, o factor 1, impulsividade, inclui os itens 2, 4, 5, 9, 12 e 13 que explicam 31% da variância e o factor 2, controlo, incluiu os itens 3, 8, 10 e 11 que explicam 12% da variância. De igual modo, foi também testado um modelo de 1 factor, seguindo os mesmos procedimentos para a inclusão de itens no factor, o que implicou a eliminação do item 6. As análises posteriores de fidelidade (*alphas* de Cronbach) revelaram valores de consistência interna de .70 para a impulsividade, .58 para o controlo e .77 a escala total, no modelo de 1 factor, o auto-controlo, .77 (ver Tabela 1, para análise comparativa com resultados dos estudos anteriores).

Tabela 1

Comparação da estrutura factorial e valores de *Alphas* de Cronbach do estudo actual e em estudos anteriores.

De Ridder et al. (2011)		Maloney et al. (2012)		Estudo Actual		Total -
Iniciatório	Inibitório	Impulsividade	Controlo	Factor Impulsividade	Factor Controlo	Auto-Controlo
Item 1	□		.48			.46
Item 2	□		-.46	.48		.50
Item 3	□				.66	.44
Item 4				.61		.56
Item 5		.50		.69		.65
Item 6	□					.19
Item 7			-.72			.55
Item 8			.60		.44	.46
Item 9	□	.54		.54		.45
Item 10	□	.45			.65	.58
Item 11	□				.86	.50
Item 12	□	.72		.73		.67
Item 13	□	.60		.74		.63
Variância		28%	11%	31%	12%	27%
Alpha de Cronbach	.65/.68	.76/.78	.73	.72	.70	.58

Nota: No estudo de De Ridder et al. (2012) os valores de *alpha* indicados referem-se à amostra 1 e 2, respectivamente; não são apresentados valores de saturação, pois este estudo realizou uma análise factorial confirmatória. No estudo actual, são apresentadas as estruturas preliminares de 2 factores (Impulsividade e Controlo) e a de 1 factor (Total - Auto-controlo).

Tabela 2

Medidas descritivas e Correlações de Pearson da EAC e das Medidas em Estudo

M	DP	Impulsividade	Controlo	Total - Auto-Controlo
---	----	---------------	----------	-----------------------

Impulsividade	22.07	4.20	–		
Controlo	14.20	2.73	-.43***	-	
Total - Auto-controlo	42.75	6.87	-.88***	.75***	-
Percepção de Ameaça	31.69	8.44	.17*	-.06	-.16*
Percepção de desafio	19.87	3.68	-.03	.21**	.12 [†]
Ansiedade	29.77	7.44	.20**	-.19**	-.28***
Raiva	20.94	5.43	.41***	-.20**	-.41***

Nota: * p < .05; ** p < .01; *** p < .001; [†]p < .10

De forma a analisar padrões de associação das estruturas encontradas com medidas relevantes no contexto desporto, foram realizadas correlações de Pearson entre estas (Tabela 2). Deste modo, a impulsividade revelou associações negativas com controlo ($r = -.43$, $p < .001$), e total de auto-controlo ($r = -.88$, $p < .001$), e positivas com percepção de ameaça ($r = .17$, $p < .05$), ansiedade ($r = .20$, $p < .01$) e raiva ($r = .41$, $p < .001$). A subescala de controlo demonstrou associações positivas com total de auto-controlo ($r = .75$, $p < .001$) e percepção de desafio ($r = .21$, $p < .01$), e negativas com ansiedade ($r = -.19$, $p < .01$) e raiva ($r = -.20$, $p < .01$). Por fim, o total de auto-controlo está positivamente associado com percepção de desafio, embora apenas marginalmente ($r = .12$, $p < .10$), e negativamente com percepção de ameaça ($r = -.16$, $p < .05$), ansiedade ($r = -.28$, $p < .001$) e raiva ($r = -.41$, $p < .001$).

CONCLUSÕES

O principal objectivo deste estudo foi analisar as características psicométricas iniciais da versão traduzida e adaptada para a língua portuguesa da Escala Breve de Auto-controlo (Tangney et al., 2004). Com efeito, foi testado um modelo de dois factores, sugerido por estudos anteriores (de Ridder et al., 2011; Maloney et al., 2012), bem como um modelo unifactorial da versão original (Tangney et al., 2004). Após esta análise (ver tabela 1), foi possível verificar que no conjunto dos indicadores psicométricos (e.g., fidelidade, “sacrifício” de itens da escala original, valores de *alpha* de itens eliminados) a estrutura que parece melhor se adequar a esta medida é a de um factor. Embora o modelo de dois factores explique maior variância, o modelo de 1 factor apresenta um *alpha* de Cronbach bastante mais aceitável (.77), incluindo igualmente a quase totalidade dos itens originais (com excepção do item 6, comparativamente com os dois factores (respectivamente de .70 para a impulsividade e .58 para o controlo) (Nunnally, 1978).

O facto de neste estudo não se encontrar resultados semelhantes às análises anteriores pode ter sido resultado da linguagem semântica dos itens e/ou das diferenças culturais na sua interpretação ou, ainda, nas faixas etárias das participantes envolvidos. De igual modo, os estudos anteriores foram realizados com estudantes do ensino superior, enquanto que este recorreu a uma amostra de atletas. Embora ambos os contextos, académico e desportivo, sejam de realização, esta distinção de factores poderá não ser tão clara no desporto.

Além disso, as análises das associações indicaram a presença de multicolinearidade entre os 2 factores encontrados (controlo e impulsividade), o que sugere, combinado com a consistência interna do total da escala, a eventual manutenção, neste momento, da utilidade e/ou vantagens do recurso à escala Total de Auto-Controlo. Adicionalmente, os resultados demonstraram, como esperado, que o total de auto-controlo apresenta relações negativas com percepção de ameaça e positivas com percepção de desafio (embora marginal). Este resultados sugerem que indivíduos com maior capacidade de auto-controlo

tendem a perceber as situações como menos ameaçadoras e mais desafiantes. Além disso, verificou-se uma associação negativa com ansiedade. De facto, Bertrams e colaboradores (2010) demonstraram igualmente que o auto-controlo ajuda a controlar os níveis de ansiedade (e.g., Bertrams, et al., 2010). Similarmente, o traço de raiva também estava negativamente associado com auto-controlo, consistentemente com o estudo de Dewart, Baumeister, Stillman, e Gailliot (2007), no qual as respostas de raiva e agressão eram menores em indivíduos com maior auto-controlo.

Estes resultados salientam igualmente a importância da utilização desta medida de auto-relato como preditora de diversas variáveis relevantes no desporto, ou noutros contextos de realização. Muito recentemente, Duckworth e Kern (2011, p. 259) concluíram que o "auto-controlo é um constructo coerente, mas multidimensional" que é medido mais rigorosamente recorrendo a "múltiplos" métodos (e.g., auto-relatos; relatos por "informadores"; tarefas laboratoriais). Com efeito, preocupadas com os problemas de operacionalização do constructo do auto-controlo e com a validade das suas medidas psicológicas, estas autoras efectuaram uma meta-análise para avaliarem a evidência da validade convergente de diferentes medidas. Apesar da sua heterogeneidade, os resultados obtidos em 282 estudos multi-método (com mais de 33.000 participantes) evidenciaram convergência "moderada", mas comprovaram a "superioridade" da validade dos questionários e medidas de "informadores" (e.g., hetero-relatos por pais) e igualmente dos questionários de auto-relatos (e.g., Escala de Auto-Controlo), comparativamente a tarefas de funcionamento executivo ou de adiamento da gratificação. Paralelamente, tendo por base os resultados desta meta-análise, as autoras sugerem a necessidade da investigação futura se centrar mais detalhadamente no estudo sistemático e multi-método de diferentes componentes do auto-controlo, como os processos "impulsivos" ou os processos para regular tais impulsos e "resistir às tentações".

Concluindo, este estudo constitui um primeiro passo no sentido da adaptação e validação desta medida de auto-controlo para a população portuguesa. No entanto, tendo em consideração a potencial utilidade desta medida, quer a prática, quer para investigação, seria importante que estudos futuros avaliem as propriedades psicométricas desta medida em diferentes contextos de realização (desportivo, académico, profissional), mas também alargando a amostra no sentido de considerar as diferenças de género e idade. Futuros estudos deverão igualmente procurar recorrer a métodos estatísticos que permitam testar a robustez do racional deste instrumento, nomeadamente através da análise factorial confirmatória (Henson & Roberts, 2006). Sugere-se ainda que estudos futuros procurem reformular a linguagem o item que foi excluído (item 6) do total de Auto-Controlo.

Espera-se que o esforço de adaptação e validação da Escala de Auto-Controlo na sua forma abreviada, mas igualmente na sua versão completa (actualmente em curso), contribua para ajudar a investigação futura, combinando de forma óptima outros métodos e medidas, visando a obtenção de uma "imagem" mais clara e exacta de "quando, porquê e como" é que as pessoas são bem sucedidas no exercício do auto-controlo (Schmeichel, Vohs, & Duke, 2011).

AGRADECIMENTOS

Este estudo foi parcialmente apoiado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (Ministério da Educação e Ciência) no âmbito das bolsas SFRH/BD/46206/2008 e SFRH/BD/64731/2009.

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

José Fernando A. Cruz, Escola de Psicologia (EPSI), Departamento de Psicologia Aplicada, jcpsium@gmail.com

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ackerman, J. M., Goldstein, N. J., Shapiro, J. R., & Bargh, J. A. (2009). You wear me out the vicarious depletion of self-control. *Psychological Science*, 20(3), 326-332.
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource?. *Journal of personality and Social Psychology*, 74, 1252-1265.
- Baumeister, R. F., & Exline, J. J. (1999). Virtue, Personality, and Social Relations: Self-Control as the Moral Muscle. *Journal of Personality*, 67(6), 1165-1194.
- Baumeister, R. F., & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological Inquiry*, 7(1), 1-15.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control*. San Diego, CA: Academic Press.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351-355.
- Bauer, I. M., & Baumeister, R. F. (2011). Self-regulatory strength. In k. D. Vohs, & R. F. Baumeister (Eds), *Handbook of Self-regulation Research, Theory, and Applications* (pp. 66-82). London: The Guilford Press.
- Bertrams, A., Englert, C., & Dickhäuser, O. (2010). Self-control strength in the relation between trait test anxiety and state anxiety. *Journal of Research in Personality*, 44(6), 738-741.
- Cruz, J. F. (1994). *Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva: A importância das competências e processos psicológicos*. Tese de doutoramento não publicada. Braga, Portugal: Universidade do Minho
- Cruz, J. F. (1996). *Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva*. Braga, Portugal: Centro de Estudos em Educação e Psicologia, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- Cruz, J. F. (2009). *Avaliação da ansiedade, motivação e regulação emocional em contextos desportivos*. Manuscrito não publicado. Braga: Universidade do Minho.
- Cruz, J. F., & Gomes, A. R. (2007). *Escala de Ansiedade no Desporto - 2*. Manuscrito não publicado. Braga, Portugal: Universidade do Minho.
- Cruz, J.F., Osório, J.M., & Sofia, R.M. (2012). Exploring cognitive and emotional correlates of self-control in sport contexts: A study with young Portuguese soccer athletes. Apresentação no "6th European Conference on Positive Psychology". Moscovo: Russia.
- Cruz, J. F., & Viana, M. F. (1996). *Manual de avaliação psicológica em contextos desportivos (relatório técnico)*. Braga-Lisboa, Portugal: Projeto de Investigação e Intervenção Psicológica na Alta Competição.
- de Ridder, D. T., de Boer, B. J., Lugtig, P., Bakker, A. B., & van Hooft, E. A. (2011). Not doing bad things is not equivalent to doing the right thing: Distinguishing between inhibitory and initiatory self-control. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 1006-1011.
- de Ridder, D. T., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-Control a meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76-99.
- DeWall, C. N., Baumeister, R. F., Stillman, T. F., & Gailliot, M. T. (2007). Violence restrained: Effects of self-regulation and its depletion on aggression. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43(1), 62-76.
- Dorris, D. C., Power, D. A., & Kenefick, E. (2012). Investigating the effects of ego depletion on physical exercise routines of athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(2), 118-125.
- Duckworth, A. L., Quinn, P. D., & Tsukayama, E. (2012). What No Child Left Behind leaves behind: The roles of IQ and self-control in predicting standardized achievement test scores and report card grades. *Journal of Educational Psychology*, 104, 439-451.

- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science*, 16(12), 939-944.
- Duckworth, A. L., Tsukayama, E., & May, H. (2010). Establishing causality using longitudinal hierarchical linear modeling: An illustration predicting achievement from self-control. *Social Psychological and Personality Science*, 1(4), 311-317.
- Finkenauer, C., Engels, R., & Baumeister, R. (2005). Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems: The role of self-control. *International Journal of Behavioral Development*, 29(1), 58-69.
- Gailliot, M. T., Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Maner, J. K., Plant, E. A., Tice, D. M., ... & Schmeichel, B. J. (2007). Self-control relies on glucose as a limited energy source: Willpower is more than a metaphor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(2), 325-336.
- Geraghty, A. W., Wood, A. M., & Hyland, M. E. (2010). Attrition from self-directed interventions: Investigating the relationship between psychological predictors, intervention content and dropout from a body dissatisfaction intervention. *Social Science & Medicine*, 71(1), 30-37.
- Grasmick, H. G., Tittle, C. R., Bursik, R. J. J., & Arneklev, B. J. (1993). Testing the core empirical implications of Gottfredson and Hirschi's general theory of crime. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 30, 5-29.
- Henson, R. K., & Roberts, J. K. (2006). Use of exploratory factor analysis in published research common errors and some comment on improved practice. *Educational and Psychological Measurement*, 66(3), 393-416.
- Job, V., Dweck, C. S., & Walton, G. M. (2010). Ego depletion—Is it all in your head? Implicit theories about willpower affect self-regulation. *Psychological Science*, 21(11), 1686-1693.
- Judge, T. A., Locke, E. A., Durham, C. C., & Kluger, A. N. (1998). Dispositional effects on job and life satisfaction: The role of core evaluations. *Journal of Applied Psychology*, 83(1), 17-34.
- Kemps, E., Tiggemann, M., & Grigg, M. (2008). Food cravings consume limited cognitive resources. *Journal of Experimental Psychology*, 14(3), 247-254.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Maloney, P. W., Grawitch, M. J., & Barber, L. K. (2012). The multi-factor structure of the Brief Self-Control Scale: Discriminant validity of restraint and impulsivity. *Journal of Research in Personality*, 46(1), 111-115.
- Marques, M.I.D., Mendes, A.C. & De Sousa, L. (2007). Adaptação para português do inventário da expressão da ira estado-traço (STAXI-2) de Spielberger (1999). *Psychologica*, 46, 85-104.
- Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1998). Self-control as limited resource: Regulatory depletion patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 774-789.
- Muraven, M., Shmueli, D., & Burkley, E. (2006). Conserving self-control strength. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(3), 524-537.
- Myrseth, K. O. R., & Fishbach, A. (2009). Self-control a function of knowing when and how to exercise restraint. *Current Directions in Psychological Science*, 18(4), 247-252.
- Nunnally, J. (1978). *Psychometric methods*. McGraw-Hill, New York, NY.
- Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt Impulsiveness Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51, 768-774.
- Schmeichel, B. J., & Vohs, K. (2009). Self-affirmation and self-control: Affirming core values counteracts ego depletion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(4), 770-782.
- Schmeichel, B. J., Vohs, K. D., & Duke, S. C. (2011). Self-control at high and low levels of mental construal. *Social Psychological and Personality Science*, 2(2), 182-189.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29, 39-59.

- Spielberger, C. D. (1999). *STAXI-2: State-trait anger expression inventory-2: Professional manual*. Psychological Assessment Resources.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2007), *Using Multivariate Statistics* (5th ed.). New York: Allyn and Bacon.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality, 72*(2), 271-324.
- Tice, D. M., Baumeister, R. F., Shmueli, D., & Muraven, M. (2007). Restoring the self: Positive affect helps improve self-regulation following ego depletion. *Journal of Experimental Social Psychology, 43*(3), 379-384.
- Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2010). Self-regulatory resource depletion makes people selfish. Manuscrito não publicado.

Adaptação e validação da "Escala de Auto-Avaliações Nucleares" em contextos desportivos

Joana Maria Osório, Rui Manuel Sofia, & José Fernando Cruz
Escola de Psicologia, Universidade do Minho

Resumo: O conceito de auto-avaliações nucleares agrega características disposicionais de personalidade que reflectem as avaliações mais "centrais" que os indivíduos fazem acerca de si próprios (Judge & Bono, 2001), nomeadamente as crenças de auto-eficácia generalizada, locus de controlo, auto-estima e estabilidade emocional. A EA-AN - Escala de Auto-Avaliações Nucleares (Core Self-Evaluations Scale; Judge, Erez, Bono & Thoresen, 2003) engloba a avaliação, de forma combinada, destes quatro traços. Num estudo de adaptação da escala para o contexto desportivo português, uma análise factorial exploratória revelou uma estrutura unidimensional congruente com a versão original e com boa consistência interna. No seguimento, este estudo pretende explorar com maior detalhe as propriedades psicométricas desta escala recorrendo a uma análise factorial exploratória e analisando a sua relação com avaliações cognitivas e estratégias de auto-regulação.

Palavras-chave: Auto-avalições nucleares, desporto, avaliação psicológica.

INTRODUÇÃO

O conceito de auto-avaliações nucleares foi originalmente desenvolvido por Judge, Locke e Durham (1997), pela necessidade de conjugar encontrar um preditor significativo de satisfação e desempenho no trabalho, bem como em outros contextos de realização. Em termos gerais, as auto-avaliações nucleares reflectem a avaliação mais fundamental que os indivíduos fazem acerca de si próprios. No desenvolvimento deste conceito, Judge e colaboradores (1997) procuraram na literatura traços disposicionais que fossem auto-avaliativos, fundamentais e gerais, tendo identificado a auto-estima, a auto-eficácia generalizada, a neuroticismo e o locus de controlo. Neste sentido, o conceito de auto-avaliação nuclear foi definido como:

"um traço geral, latente, de ordem elevada (higher-order) indicado por quatro traços consistentemente aceites na literatura da personalidade: (1) auto-estima, o valor geral que um individuo tem acerca de si próprio enquanto pessoa (Harter, 1990); (2) auto-eficácia generalizada, uma avaliação acerca da capacidade do indivíduo ter um bom desempenho em diversas situações (Locke, McClellan, & Knight, 1996); (3) neuroticismo, a tendência para ter um estilo cognitivo negativista e para se focar em aspectos negativos de si próprio (Watson, 2000); e (4) locus de controlo, crenças acerca das causas dos acontecimentos na vida do individuo – locus é interno quando os indivíduos vêem os acontecimentos como sendo causados pelo seu próprio comportamento (Rotter, 1966)" (Judge, Erez, Bono, & Thoresen, 2003, p. 303).

Os quatro traços constituintes das auto-avaliações nucleares são dos mais estudados na literatura sobre personalidade (Bono & Judge, 2003; Judge & Bono, 2001; Judge et al., 2003), embora Judge e Bono (2001) refiram que a maioria dos estudos não contempla mais do que uma ou duas destas variáveis, estudadas isoladamente. Contudo, estas variáveis não só partilham similaridades conceptuais, como se mostraram correlacionadas entre si quando estudadas simultaneamente. Estes estudos foram resumidos por Judge e Bono (2001) numa meta-análise em que exploraram a relação destas variáveis com a satisfação no trabalho. Posteriormente, Judge, Erez, Bono e Thoresen (2002) concluíram que a variância partilhada entre as quatro variáveis disposicionais poderia ser explicada por apenas um factor latente de ordem superior. Este estaria associado a uma auto-avaliação positiva mais geral, a auto-avaliação nuclear (Bono & Judge, 2003; Kammeyer-Mueller, Judge, & Scott, 2009).

Tendo em conta a evidência para este factor de ordem superior, Judge e colaboradores (2003) construíram uma escala que media directamente o constructo de auto-avaliações nucleares, a *Core Self-Evaluations Scale (CSES)* (Judge et al., 2003). A escala foi construída através da selecção de 12 itens que reflectiam os aspectos comuns entre os vários constructos associados. A escala obtida era constituída, conforme previsto, por um factor e apresentava uma boa consistência interna (*Alpha* de Cronbach médio de .84), estando correlacionada significativamente com escalas independentes dos constructos associados. A escala foi, subsequentemente, aplicada num número significativo de estudos sobre auto-avaliações nucleares, tendo também sido validada para alemão em dois estudos independentes: o de Heilmann e Jonas (2010), que revelou uma estrutura de um factor congruente com o estudo original e boa consistência interna (*Alpha* de Cronbach entre .75 e .79) e o de Stumpp, Muck, Hülshager, Judge, & Maier (2010), que também corroborou um bom ajustamento do modelo de um factor.

Indivíduos com auto-avaliações mais positivas tendem a comportar-se “de forma positiva nas várias situações; estes vêem-se como competentes, valorizados e em controlo das suas vidas” (Judge, Van Vianen, & De Pater, 2004, p. 326). Deste modo, este conceito está associado a diversos aspectos positivos em contextos de trabalho (Judge, Bono, & Locke, 2000; Judge, Locke, Durham, & Kluger, 1998). Evidência para esta relação surgiu primeiramente no estudo de Judge e colaboradores (1998), o qual recorreu a três amostras diferentes. Em todas as amostras encontrou-se uma relação positiva entre a satisfação no trabalho e as auto-avaliações nucleares. De igual modo, a meta-análise realizada por Judge e Bono (2001) encontrou um total de 169 associações entre os traços de auto-avaliações nucleares e a satisfação no trabalho. Quando os quatro factores foram considerados como um único traço, a correlação com satisfação no trabalho foi ainda superior.

Adicionalmente, outros estudos centraram-se na relação das auto-avaliações nucleares com outras variáveis relacionadas com a satisfação no trabalho e na vida. Judge e colaboradores (2002) verificaram que as auto-avaliações nucleares estavam relacionadas com a satisfação com a vida, felicidade, menor stress no trabalho e menos sintomas físicos de esforço. Além disso, Brunborg (2008) demonstrou que as auto-avaliações nucleares tinham uma associação negativa com stress no trabalho, e que eram o seu único e maior preditor.

Em estudos que procuraram estudar a relação entre as auto-avaliações nucleares e a satisfação e desempenho no trabalho, verificou-se que a complexidade e as características da tarefa eram mediadoras desta relação (Erez & Judge, 2001; Srivastava, Locke, Judge, & Adams, 2010). No estudo de Srivastava e colaboradores (2010), os indivíduos com auto-avaliações nucleares mais positivas procuravam resolver problemas ou cumprir tarefas mais complexas, e estas aumentavam a sua satisfação perante a tarefa ou o trabalho. Estes estudos corroboraram, assim, a ligação entre as auto-avaliações nucleares e a definição de objectivos, a acção orientada para os objectivos e o desempenho.

De igual forma, a motivação também parece ser um importante mediador de relação auto-avaliações nucleares e desempenho no trabalho. Judge, Erez, e Bono (1998) consideraram que indivíduos com auto-avaliações mais positivas tendem a estar mais motivados no seu trabalho. De facto, Erez e Judge (2001) realizaram dois estudos para avaliar esta relação. Num contexto laboratorial, verificaram que as auto-avaliações nucleares estavam relacionadas com a motivação, persistência, e desempenho num tarefa. De igual modo, num estudo de campo com agentes de seguro, observaram que as auto-avaliações nucleares estavam associadas positivamente com a comprometimento com objectivos, auto-estabelecimento de objectivos, nível de actividade, motivação e desempenho na realização de vendas. Em ambos os estudos a motivação mediou a relação entre auto-avaliações nucleares e desempenho no trabalho.

Partindo do pressuposto que as auto-avaliações nucleares modelam reacções a situações específicas, estando na origem das diferenças individuais na avaliação de situações potencialmente geradoras de stress, nas reacções emocionais e na selecção de estratégias para lidar com as mesmas, Kammeyer-Mueller e colaboradores (2009) procuraram estudar o impacto das auto-avaliações nucleares nos processos de coping.. Segundo Lazarus e Folkman (1984), uma situação de stress é gerada quando os indivíduos sentem que os seus recursos como insuficientes para lidar com as exigências de uma situação. Neste sentido, os indivíduos com auto-avaliações nucleares mais positivas, ao terem um sentimento de controlo mais elevado sobre os acontecimentos da sua vida, seriam menos susceptíveis à percepção de stressores no seu ambiente (Harris, Harvey, & Kacmar, 2009). Efectivamente, Kammeyer-Mueller e colaboradores (2009) mostraram que os indivíduos com auto-avaliações nucleares mais positivas percepcionavam menos stressores, tinham menos respostas de stress e utilizavam estratégias de coping menos orientadas para o evitamento e mais para a resolução de problemas. Harris e colaboradores (2009) sugerem ainda que as auto-avaliações nucleares podem atenuar o impacto negativo dos stressores na satisfação no trabalho, pelo facto de que os indivíduos com auto-avaliações nucleares mais positivas terem uma percepção mais positiva de si próprios, sentindo-se menos ameaçados pelos stressores sociais, bem como possuírem mais percepções de controlo sobre as situações que os despoletam.

Os estudos levados a cabo sobre o impacto auto-avaliações nucleares para a predição do desempenho e satisfação no trabalho sugerem a importância do seu estudo em outros contextos de rendimento. Nesse sentido, o objectivo do presente trabalho é proceder à adaptação da escala de auto-avaliações nucleares para português, com o intuito de a aplicar em vários contextos de rendimento, neste caso, o desporto. Tendo por base a relação destas auto-avaliações com variáveis fundamentalmente relacionadas com o desempenho, procurámos também explorar a sua relação com processos de avaliação cognitiva e processos de auto-regulação, como é o caso do auto-controlo e das estratégias de regulação emocional.

METODOLOGIA

Participantes

Neste estudo recorreu-se a duas amostras independentes. A amostra 1 inclui 226 atletas de diversas modalidades, nomeadamente, ténis, futsal, basquetebol, kickboxing, judo, taekwondo, rãguebi, badmington, hóquei em patins, natação e voleibol. Destes, 153 são do sexo masculino e 68 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 39 anos de idade ($M = 21,75$; $DP = 6,48$). A amostra 2 é constituída por 94 atletas (47,9% feminino), com idades entre os 15 e 34 anos ($M=20,97$; $DP=4,24$), representantes de várias modalidades colectivas e individuais, nomeadamente andebol, natação, esgrima, ténis de mesa, remo, futebol, basquetebol, patinagem artística, voleibol, canoagem e xadrez.

Instrumentos

Escala das Auto-Avaliações Nucleares (EA-AN) (Cruz, 2009). A EA-AN é uma versão adaptada para português da Core Self-Evaluations Scale, originalmente desenvolvida por Judge e colaboradores (2003), tendo por objectivo medir as auto-avaliações nucleares (auto-estima, crenças de auto-eficácia generalizada, locus de controlo, auto-estima e estabilidade emocional) numa única dimensão. Inclui 12 itens, respondidos numa escala Likert que varia entre 1 (Discordo Totalmente) e 4 (Concordo totalmente) na amostra 1, e entre entre 1 (Discordo Totalmente) e 5 (Concordo totalmente) na amostra 2. O score total é calculado pelo somatório dos valores atribuídos aos 12 itens da escala. Valores mais elevados indicam auto-avaliações nucleares mais positivas.

Escala de Avaliação Cognitiva da Competição Desportiva- Percepção de Ameaça e Percepção de Desafio (EACCD-PA-PD). Este instrumento foi desenvolvido por Cruz (2009),

tendo por base um instrumento destinado a avaliar a percepção de ameaça, a Escala de Avaliação Cognitiva da Competição Desportiva- Percepção de Ameaça (Cruz, 1994, 1996; Dias, Cruz, & Fonseca, 2009). Esta foi desenvolvida com base nos trabalhos de Lazarus e colaboradores (Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus, 1991) e tem por objectivo medir a avaliação cognitiva primária, que reflecte "uma avaliação do significado, para o bem-estar pessoal, daquilo que está a acontecer na relação pessoa-ambiente" (Lazarus, 1991, p. 87). Tendo em consideração que a competição desportiva também pode ser avaliada como um desafio (Jones, Meijen, McCarthy, & Sheffield, 2009; Lazarus, 1991, 2000), foi acrescentada uma nova subescala de percepção de desafio. Deste modo, esta nova escala inclui um total de 16 itens, distribuídos por duas subescalas: Percepção de Ameaça (PA), com 11 itens (ex: "Penso que posso não ter o rendimento que quero ou que pretendo ter"), variando entre um mínimo de 11 e um máximo de 55; e a Percepção de desafio (PA) que engloba 5 itens (ex: "Fico motivado(a) para aumentar o meu esforço e dar o meu máximo"), variando entre 5 e 25. Todos os itens são respondidos numa escala tipo Likert de 5 pontos (1=Não se aplica; 5=Aplica-se muito)

Escala Breve Auto-Controlo (EAC). Esta escala foi originalmente desenvolvida por Tangney, Baumeister e Boone (2004) e traduzida e adaptada para Português por Cruz (2008). Esta medida pretende avaliar as diferenças individuais no traço de auto-controlo e já foi testada e aplicada em diferentes contextos de realização (Duckworth, Kirby, Tsukayama, Berstein, & Ericsson, 2011; Finkenauer, Engels, & Baumeister, 2005). A EAC, na sua versão reduzida, é constituída por um total de 13 itens, respondidos numa escala tipo Likert de 1 (Nada) a 4 (Muito). A título de exemplo, esta inclui itens como: "Faço certas coisas que são más para mim, se forem divertidas" e "Eu sou bom a resistir a tentações". O "score" total desta escala é obtido através da soma dos seus itens, variando entre um mínimo de 13 e um máximo de 52. Uma pontuação mais elevada indica maior capacidade de auto-controlo.

Escala de Regulação Emocional Durante a Competição Desportiva (EREDCD). Esta escala foi traduzida e adaptada por Cruz (2009) e tem por objectivo avaliar as estratégias de regulação emocional utilizadas pelos atletas durante a competição desportiva. Esta medida consiste numa versão traduzida e adaptada para o contexto desportivo de uma versão da escala de regulação emocional durante os testes, originalmente desenvolvida por Schutz, Distefano, Benson e Davis (2004). Deste modo, esta escala inclui um total de 47 itens distribuídos por 4 factores que, por sua vez, englobam 8 subescalas. Mais especificamente, os processos de avaliação cognitiva (que inclui a congruência dos objectivos, acção/influência pessoal e a eficácia na resolução de problemas); processos de focalização na tarefa, processos de "reganhar" a focalização na tarefa (que engloba a redução da tensão e a reavaliação da importância da situação) e os processos focalizados nas emoções (incluindo os pensamentos "optimistas/desejosos" e a auto-culpabilização. Os itens são respondidos numa escala tipo Likert de 5 pontos (1="Quase Nunca"; 5="Quase Sempre") e o score total das subescalas corresponde ao somatório dos respectivos itens.

Procedimentos

Os atletas responderam individualmente às medidas e instrumentos acima descritos. Após a explicação dos objectivos do estudo, procurou-se minimizar potenciais efeitos da deseabilidade social, bem como reforçar a honestidade e sinceridade nas respostas, através de indicações expressas de não haver respostas correctas ou incorrectas e da confidencialidade dos dados (Cruz & Viana, 1996). Posteriormente, foi entregue aos atletas um envelope com o questionário e um consentimento para o próprios, e para o país, no caso de atletas menores de 18 anos.

RESULTADOS

Realizou-se uma análise factorial exploratória (AFE) com o objectivo de analisar a estrutura factorial da versão portuguesa da EA-AN. Neste estudo, recorreu-se ao método de rotação

varimax, tendo em consideração os procedimentos utilizados na versão original (Judge et al., 2003). Foram testadas diferentes estruturas para esta escala com base em estudos anteriores (2, 3 e 4, factores). Deste modo, e considerando o modelo teórico subjacente a esta escala, optou-se por manter a estrutura unidimensional da versão original, com um factor explicativo de 29,1% da variância, para a Amostra 1, e 30,0% da variância para a Amostra 2. Na Amostra 1, todos os itens apresentaram saturações superiores a .34, o que é considerado um valor aceitável (Tabachnick & Fidell, 2007), tendo a análise de fidelidade revelado um *alpha* de Cronbach de .78. Na Amostra 2, o item 10 revelou uma saturação inferior ao desejável. Contudo, a sua eliminação da escala não aumentava os índices de consistência interna o que, aliado aos resultados obtidos na Amostra 1 e ao facto de a Amostra 2 ser mais reduzida, justificou a sua retenção no factor único.

Tabela 8 - Estrutura factorial e consistência interna da Escala de Auto-Avaliações Nucleares para as Amostras 1 e 2

Item	Amostra 1	Amostra 2
Item 1	.52	.39
Item 2	.56	.60
Item 3	.56	.49
Item 4	.58	.68
Item 5	.46	.50
Item 6	.40	.66
Item 7	.64	.61
Item 8	.71	.66
Item 9	.34	.53
Item 10	.48	.25
Item 11	.64	.46
Item 12	.47	.58
Alpha de Cronbach	.78	.77

De seguida procedeu-se à análise das associações entre as variáveis psicológicas estudadas e a EA-AN através de correlações de Pearson (Tabela 2). Na Amostra 1, relativamente às estratégias de regulação emocional, verificaram-se associações positivas com os processos de avaliação cognitiva ($r = .17, p < .05$), bem como as subescalas de congruência dos objectivos, ($r = .13, p < .05$) e eficácia na resolução de problemas ($r = .27, p < .001$). Os processos de focalização na tarefa também revelaram uma associação positiva com a EA-AN ($r = .19, p < .01$), assim como os processos de “reganhar” focalização na tarefa ($r = .17, p < .05$). No entanto, foram encontradas associações negativas com os processos focalizados nas emoções ($r = -.32, p < .001$) e com as suas subescalas, pensamentos optimistas/desejosos ($r = -.22, p < .001$) e auto-culpabilização ($r = -.22, p < .01$). Por, verificou-se uma associação positiva com auto-controlo ($r = .38, p < .001$) e negativa com percepção de ameaça ($r = -.36, p < .001$).

Na Amostra 2, os resultados das correlações tiveram padrões idênticos aos apresentados na Amostra 1, com a excepção de algumas das estratégias de regulação emocional que, ao contrário da Amostra 1, não estavam correlacionadas com as auto-avaliações nucleares: processos de “reganhar” focalização na tarefa ($r = .06$, n.s.), e as suas subescalas redução da tensão ($r = .11$, n.s.) e reavaliação da importância ($r = -.01$, n.s.) (Tabela 2).

Tabela 9 - Correlações de Pearson entre a Escala de Auto-Avaliações Nucleares e as restantes variáveis em estudo para as Amostras 1 e 2

	Amostra 1 (N=226)		Amostra 2 (N=94)	
	M (DP)	Correlação EA-AN	M (DP)	Correlação EA-AN
Auto-avaliações Nucleares	2.84(.41)		3.42 (.50)	
Regulação Emocional Durante a Competição Desportiva				
<i>Processos de avaliação cognitiva</i>	55.94 (7.93)	.22**	55.16 (7.38)	.32**
Congruência dos objectivos	22.09 (4.50)	.13*	22.07 (3.99)	.26*
Acção/Influência pessoal	19.72 (2.84)	.02	19.36 (2.40)	-.02
Eficácia na resolução de problemas	14.16 (2.59)	.27***	13.72 (2.64)	.52***
<i>Processos de focalização na tarefa</i>	22.32 (3.35)	.19**	25.03 (4.54)	.07
<i>Processos de “reganhar” focalização na tarefa</i>	32.86 (5.57)	.17*	34.69 (4.97)	.06
Redução da tensão	18.47 (3.40)	.12	18.83 (3,11)	.11
Reavaliação da importância	14.38 (3.80)	.14*	15.86 (3.61)	-.01
<i>Processos focalizados nas emoções</i>	33.31 (7.27)	-.32***	36.14 (4.97)	-.57***
Pensamentos Optimistas/desejosos	13.07 (4.49)	-.27***	15.62 (5.25)	-.47***
Auto-culpabilização	20.15 (4.55)	-.22**	20.52 (4.07)	-.48***
Auto-controlo	46.52 (7.11)	.38***	43.64 (8,63)	.48***
Avaliação cognitiva da Competição Desportiva				
Percepção de Ameaça	31.69 (8.44)	-.36***	37.09 (7,16)	-.40***
Percepção de Desafio	19.87 (3.68)	-.04	20.07 (3.29)	.10

CONCLUSÕES

O objectivo deste estudo era traduzir e adaptar a Escala de Auto-Avaliações Nucleares (Judge et al., 2003) para a população portuguesa. Os resultados obtidos na avaliação da estrutura factorial da versão portuguesa desta escala permitem-nos considerar como aceitável a estrutura original de um factor, em detrimento das estruturas de dois e quatro factores testadas. Não sendo um instrumento especificamente dirigido ao desporto, tanto na versão original, como na versão portuguesa, a sua adaptação abre a possibilidade para a utilização da escala noutros contextos de rendimento na população portuguesa. Além disso, esta parece ser promissora na identificação de diferenças individuais ao nível das variáveis disposicionais que estão subjacentes aos processos de motivação, auto-regulação e avaliação cognitiva nos inúmeros contextos de rendimento.

Com efeito, neste estudo pudemos observar uma relação entre as avaliações cognitivas e as auto-avaliações nucleares, indicando que indivíduos que realizavam auto-avaliações mais positivas sobre si próprios tinham níveis inferiores de percepção de ameaça. Estes resultados são congruentes com aqueles encontrados por Harris e colaboradores (2009), sugerindo que as auto-avaliações nucleares mais positivas estarão na origem da percepção de menos stressores, ou de uma maior tolerância ao impacto negativo destes no rendimento. Será, por isso, interessante estudar futuramente o papel de mediação destes traços nucleares nos processos emocionais, nomeadamente nas avaliações cognitivas, geração de emoções e processos de regulação das mesmas.

No que respeita às estratégias de regulação emocional, os resultados apresentados corroboram em parte a investigação mencionada na revisão sistemática da literatura levada a cabo por Kammeyer-Mueller e colaboradores (2009), que indicava que as auto-avaliações nucleares estavam relacionadas com mais estratégias de resolução de problemas, menos coping de evitamento, e uma relação menos forte com o coping centrado nas emoções. Neste sentido, os indivíduos com auto-avaliações nucleares mais positivas utilizavam também mais processos de avaliação cognitiva (relacionados com a propensão para perspectivar a congruência dos objectivos e lidar activamente com os problemas encontrados), e menos processos focalizados nas emoções, cujas subescalas, no caso do instrumento utilizado, estão relacionadas com pensamentos desejosos e auto-culpabilização. O facto de os indivíduos se avaliarem como mais competentes e em controlo das suas vidas poderá estar na origem da sua capacidade para reavaliar a congruência dos seus objectivos, como também estarão menos vulneráveis à auto-culpabilização e à atribuição do seu rendimento a "milagres" que não estão sob o seu controlo. No que respeita aos processos de focalização na tarefa e "reganhar" focalização na tarefa, a relação encontrada na Amostra 1 era reduzida, apesar de significativa, e não significativa na Amostra 2, sugerindo que haverá uma relação marginal entre a auto-avaliação que os indivíduos fazem acerca de si mesmos e tentativas conscientes para manter o foco na tarefa ou reganhar o foco na mesma, reavaliando a importância da situação.

Por fim, os indivíduos que realizavam auto-avaliações nucleares mais positivas tinham também níveis maiores de auto-controlo. Estes resultados estão em linha com a dimensão de locus de controlo, em que os indivíduos vêem os acontecimentos como sendo causados pelo seu próprio comportamento (Judge et al., 2003). Este estudo vem também corroborar os resultados do estudo de Tangney e colaboradores (2004), que demonstraram que o auto-controlo estava associado positivamente com dois dos traços das auto-avaliações nucleares, a auto-estima e a estabilidade emocional. A forte associação encontrada em ambas as amostras deste estudo entre auto-controlo e auto-avaliações nucleares vem reforçar a necessidade de explorar a relação entre estes dois constructos e sua associação com medidas de ajustamento psicológico e de rendimento. Por exemplo, o auto-controlo está associado com a capacidade para definir e perseverar em objectivos a longo prazo (Duckworth, Quinn, & Tsukayama, 2011), pelo que seria importante explorar o seu papel na motivação e compromisso com objectivos intrínsecos ou extrínsecos (Erez & Judge, 2001). De igual modo, considerando o elevado valor previsto do auto-controlo no rendimento académico (e.g., Duckworth & Seligman, 2005) e das auto-avaliações nucleares no rendimento no trabalho (e.g., Judge et al., 2000), a conjugação desta duas variáveis poderá contribuir ainda mais para o aumento da capacidade preditiva de ambas nos diferentes contextos de realização.

Concluindo, este estudo surge como uma primeira etapa na validação e adaptação da EA-AN para o contexto português. O facto de a amostra ser relativamente reduzida poderá estar na origem do facto de o factor único explicar uma variância relativamente reduzida (Tabachnick & Fidell, 2007). Desta maneira, seria crucial a realização de mais estudos sistemáticos que avaliem as propriedades psicométricas desta medida numa amostra mais alargada, bem como em contextos desportivos diferentes, modalidades específicas e níveis competitivos. Adicionalmente, deverá explorar-se a relação do factor único com os outros constructos associados a este factor latente, comparando com os estudos anteriores. Tendo em conta as diferenças culturais, mas sobretudo contextuais do estudo original e do presente estudo (enquanto o primeiro foi realizado em contexto de trabalho, o segundo foi aplicado no desporto), uma revisão dos itens e da sua formulação também poderão vir a ser necessárias.

AGRADECIMENTOS

Este estudo foi realizado com o apoio da Fundação para a Ciência e a Tecnologia (Ministério da Educação e Ciência) no âmbito das bolsas SFRH/BD/46206/2008 e SFRH/BD/64731/2009.

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

Joana Osório
A/C José Fernando A. Cruz
Escola de Psicologia (EPSI)
Campus de Gualtar
4710-057 Braga
Email: joanamaria.osorio@gmail.com

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bono, J. E., & Judge, T. A. (2003). Core self-evaluations: a review of the trait and its role in job satisfaction and job performance. *European Journal of Personality, 17*, S5–S18. doi:10.1002/per.481
- Brunborg, G. S. (2008). Core Self-Evaluations: A predictor variable for job stress. *European Psychologist, 13*, 96–102. doi:10.1027/1016-9040.13.2.96
- Cruz, J. F. A. (1994). *Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva: A importância das competências e processos psicológicos*. Universidade do Minho.
- Cruz, J. F. A. (1996). *Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva*. Braga: Centro de Estudos em Educação e Psicologia da Universidade do Minho.
- Dias, C., Cruz, J. F. A., & Fonseca, A. M. (2009). Anxiety and coping strategies in sport contexts: a look at the psychometric properties of Portuguese instruments for their assessment. *The Spanish Journal of Psychology, 12*, 338–48.
- Duckworth, A. L., Kirby, T. A., Tsukayama, E., Berstein, H., & Ericsson, K. A. (2011). Deliberate practice spells success: Why grittier competitors triumph at the national spelling bee. *Social Psychology and Personality Science, 2*, 174–181. doi:10.1177/1948550610385872
- Duckworth, A. L., Quinn, P. D., & Tsukayama, E. (2011). What no child left behind leaves behind: The roles of IQ and self-control in predicting standardized achievement test scores and report card grades. *Journal of Educational Psychology, 103*. doi:10.1037/a0026280
- Erez, A., & Judge, T. A. (2001). Relationship of core self-evaluations to goal setting, motivation, and performance. *Journal of Applied Psychology, 86*, 1270–1279. doi:10.1037//0021-9010.86.6.1270
- Finkenauer, C., Engels, R., & Baumeister, R. (2005). Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems: The role of self-control. *International Journal of Behavioral Development, 29*, 58–69. doi:10.1080/01650250444000333
- Harris, K. J., Harvey, P., & Kacmar, K. M. (2009). Do social stressors impact everyone equally? An examination of the moderating impact of core self-evaluations. *Journal of Business and Psychology, 24*, 153–164. doi:10.1007/s10869-009-9096-2
- Heilmann, T., & Jonas, K. (2010). Validation of a German-language core self-evaluations scale. *Social Behavior and Personality: an international journal, 38*, 209–225. doi:10.2224/sbp.2010.38.2.209
- Jones, M., Meijen, C., McCarthy, P. J., & Sheffield, D. (2009). A theory of challenge and threat states in athletes. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 2*, 161–180.
- Judge, T. A., & Bono, J. E. (2001). Relationship of core self-evaluations traits--self-esteem, generalized self-efficacy, locus of control, and emotional stability--with job satisfaction and job performance: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology, 86*, 80–92. doi:10.1037//0021-9010.86.1.80
- Judge, T. A., Bono, J. E., & Locke, E. A. (2000). Personality and job satisfaction: The mediating role of job characteristics. *Journal of Applied Psychology, 85*, 237–249. doi:10.1037//0021-9010.85.2.237
- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (2002). Are measures of self-esteem, neuroticism, locus of control, and generalized self-efficacy indicators of a common core construct? *Journal of Personality and Social Psychology, 83*, 693–710. doi:10.1037//0022-3514.83.3.693

- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (2003). The Core Self-Evaluations Scale (CSES): Development of a measure. *Personnel Psychology, 56*, 303–331. doi:10.1111/j.1744-6570.2003.tb00152.x
- Judge, T. A., Locke, E. A., & Durham, C. C. (1997). The dispositional causes of job satisfaction: A core evaluations approach. In L. L. Cummings & B. M. Straw (Eds.), *Research in Organizational Behavior* (pp. 151–188). Greenwich, CT: JAI Press.
- Judge, T. A., Locke, E. A., Durham, C. C., & Kluger, A. N. (1998). Dispositional effects on job and life satisfaction: The role of core evaluations. *The Journal of Applied Psychology, 83*, 17–34.
- Judge, T. A., Van Vianen, A. E. M., & De Pater, I. E. (2004). Emotional stability, core self-evaluations, and job outcomes: A review of the evidence and an agenda for future research. *Human Performance, 17*, 325–346. doi:10.1207/s15327043hup1703_4
- Kammeyer-Mueller, J. D., Judge, T. A., & Scott, B. A. (2009). The role of core self-evaluations in the coping process. *Journal of Applied Psychology, 94*, 177–195.
- Lazarus, R. S. (1991). Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist, 46*, 819–834.
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist, 14*, 229–252.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Schutz, P. A., Distefano, C., Benson, J., & Davis, H. A. (2004). The emotional regulation during test-taking scale. *Anxiety, Stress & Coping, 17*, 253–269. doi:10.1080/10615800410001710861
- Srivastava, A., Locke, E. A., Judge, T. A., & Adams, J. W. (2010). Core self-evaluations as causes of satisfaction: The mediating role of seeking task complexity. *Journal of Vocational Behavior, 77*, 255–265. doi:10.1016/j.jvb.2010.04.008
- Stumpp, T., Muck, P. M., Hülshager, U. R., Judge, T. A., & Maier, G. W. (2010). Core Self-Evaluations in Germany: Validation of a German measure and its relationships with career success. *Applied Psychology, 59*, 674–700. doi:10.1111/j.1464-0597.2010.00422.x
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of personality, 72*(2), 271–324.

Adaptação de uma medida de perseverança no desporto: Dados psicométricos da versão portuguesa da “Short Grit Scale”

Joana Maria Osório^{1,2}, & José Fernando A. Cruz²

1. Escola de Psicologia, Universidade do Minho

2. Bolseira da Fundação para a Ciência e Tecnologia

Resumo: Em contextos de realização, o conceito de *grit* é conceptualizado como um “traço de perseverança e paixão por objectivos a longo prazo”, fruto da investigação sobre as diferenças individuais associadas a elevados desempenhos e sobre a persistência em actividades de prática deliberada cruciais para o sucesso. Neste sentido, realizámos um primeiro estudo de adaptação da *Short Grit Scale* (Duckworth & Quinn, 2009) para a língua portuguesa e aplicado ao contexto desportivo. Nesta comunicação, apresentamos os resultados preliminares, explorando a relação do conceito de *grit* e das suas subcomponentes (perseverança no esforço e consistência do interesse) com outras variáveis disposicionais e motivacionais associadas ao rendimento (motivação para a prática deliberada e perfeccionismo). Por fim, apresentaremos reflexões em torno da importância da *grit* para a prática e investigações futuras no domínio da excelência e sucesso em contextos de realização.

Palavras-chave: Excelência; Perseverança; Motivação para a Prática Deliberada; Desporto.

INTRODUÇÃO

A investigação em contextos de realização tem procurado identificar factores e processos psicológicos que estão subjacentes ao desenvolvimento da excelência. Por um lado, procuram-se determinar variáveis disposicionais que diferenciam os indivíduos excelentes, entre as quais estão factores de personalidade, motivacionais ou emocionais (Smith, 2006). Por outro lado, estudam-se as trajetórias de desenvolvimento destes indivíduos, no intuito de compreender os factores situacionais e contextuais que potenciam a obtenção de níveis elevados de rendimento (Côté, Ericsson, & Law, 2005; Ericsson, Krampe, & Tesch-Römer, 1993; Gould, Dieffenbach, & Moffett, 2002).

Um dos debates que continua a alimentar a literatura decorre entre as correntes teóricas que têm por base o talento e as aptidões inatas como determinantes da aprendizagem e desenvolvimento da excelência (Ackerman & Beier, 2006; Gagné, 2004; Howard, 2009) e as correntes que defendem que a excelência como resultado da experiência acumulada e treino intensivo (Ericsson & Charness, 1994; Ericsson et al., 1993). É, contudo, ponte de consenso entre alguns destes autores que, quer para o desenvolvimento dos talentos inatos, quer para a aquisição da *expertise*, o treino, o esforço concentrado e o investimento na tarefa são factores preponderantes para se atingirem elevados níveis de rendimento (Ericsson et al., 1993; Gagné, 2004; Gould et al., 2002; Howard, 2009; Ruiz, Sánchez, Durán, & Jiménez, 2006; Ward, Hodges, Williams, & Starkes, 2004).

O conceito de *Grit* surge, precisamente, como resposta a um conjunto de estudos que atribuíam mais importância a aptidões “não-cognitivas” como a perseverança, a capacidade para trabalhar arduamente e a persistência no motivo e no esforço para a obtenção de rendimentos mais elevados comparativamente, por exemplo, ao QI (Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007). Duckworth e colaboradores definem este constructo como um “traço de perseverança e paixão por objectivos a longo prazo” (2007, p. 1087).

Enquanto traço, a *Grit* coincide com alguns aspectos da Conscienciosidade, um dos cinco traços de personalidade contemplados no modelo Big Five (Goldberg, 1990),

nomeadamente no que diz respeito à orientação para o rendimento, que caracteriza os indivíduos como trabalhadores e que completam as tarefas que lhes competem. Contudo, o constructo de *Grit* difere da Conscienciosidade pelo seu ênfase na persistência e na consistência dos objectivos e dos interesses (Duckworth et al., 2007). Desta maneira, um indivíduo que tenha um elevado nível de auto-controlo, característico do traço de Conscienciosidade, poderá ser capaz de resistir a distrações que perturbam tarefas quotidianas, mas poderá ter menos *grit* e, por exemplo, mudar de desporto todos os anos.

Neste sentido, Duckworth e colaboradores desenvolveram um instrumento que medisse a *Grit*, nas suas dimensões de Consistência do Interesse e Perseverança no Esforço, em vários contextos de realização, sem correr o risco de atingir efeitos de tecto em populações com elevados níveis de rendimento. Esta medida foi, posteriormente, adaptada para uma versão abreviada, que revelou uma melhor estrutura psicométrica (*Grit-S*; Duckworth & Quinn, 2009). A consistência do interesse diz respeito ao compromisso para com um determinado domínio, sendo característico de indivíduos que persistem num determinado percurso ou carreira, durante longos períodos de tempo. A perseverança do esforço, por sua vez, está relacionada com o trabalho para atingir determinados objectivos, ultrapassando obstáculos e dificuldades na ausência de feedback imediato.

Os estudos de construção e validação da *Grit* e da *Grit-S* (Duckworth et al., 2007; Duckworth & Quinn, 2009) mostraram que os indivíduos com maiores níveis de *Grit* tinham níveis de escolaridade mais elevados e que a *Grit* aumentava com a idade. Além disso, a Perseverança do Esforço era preditora de médias mais elevadas em alunos, e de menos horas a ver televisão, enquanto que a Consistência do Interesse predizia menos mudanças de carreira. Numa amostra militar, a *Grit* predizia, melhor do que aptidão física e capacidade de liderança, o nível de retenção no programa, enquanto que numa amostra de concorrentes do *National Spelling Bee*, os indivíduos com maiores níveis de *Grit* atingiam lugares mais elevados no concurso (Duckworth, Kirby, Tsukayama, Berstein, & Ericsson, 2011; Duckworth & Quinn, 2009).

Na medida em que predispõe os indivíduos para a perseverança em actividades de prática que têm recompensa imediata, a *Grit* está intimamente ligada ao conceito de prática deliberada. Esta diz respeito a actividades de treino direccionadas para melhorar aspectos específicos do desempenho, sendo a aprendizagem um resultado directo e esperado, ao contrário de outras actividades, relacionadas com o domínio, em que a aprendizagem é implícita e um resultado indirecto da experiência (Ericsson et al., 1993). A prática deliberada distingue-se pelo grau de esforço e atenção que estão implicados na execução de tarefas que têm como único objectivo melhorar o desempenho, não sendo, por isso, inerentemente agradáveis (Ericsson et al., 1993; Krampe & Ericsson, 1996). É, também, factor de diferenciação entre indivíduos que persistem no desporto e os que acabam por desistir (De Bruin, Rikers, & Schmidt, 2007; de Bruin, Smits, Rikers, & Schmidt, 2008; Van Yperen, 2009), apontando para uma associação com a dimensão de Consistência do Interesse da *Grit*.

Com efeito, num estudo realizado no *National Spelling Bee*, nos E.U.A., os indivíduos com maiores níveis de *Grit* acumulavam mais investimento em actividades de prática deliberada, medida pelo número de horas que passavam a estudar e a memorizar palavras sozinhos, em detrimento do número de horas que passaram a ser testados por outras pessoas ou a ler por prazer (Duckworth et al., 2011). Adicionalmente, a prática deliberada revelou-se como variável mediadora da associação entre *Grit* e o desempenho no concurso.

O conceito de motivação para a prática deliberada surge no contexto da investigação sobre os objectivos de realização, traduzindo-se num instrumento específico do domínio do xadrez, que predizia melhor a persistência no domínio e a quantidade acumulada de horas de prática do que medidas gerais, não específicas do domínio (De Bruin et al., 2007; de Bruin et al., 2008). De acordo com as teorias dos objectivos de realização, existem dois tipos de objectivos que direccionam o rendimento dos indivíduos. Uma primeira orientação é para

objectivos mais centrados na mestria, que estão relacionados com o desenvolvimento de competência, com a aprendizagem e com o domínio de tarefas e técnicas mais desafiadoras. A outra orientação está relacionada com objectivos centrados no rendimento, ou centrados no "ego", nos quais o indivíduo procura demonstrar a sua competência, obter bons resultados e ser avaliado com um dos melhores face aos outros (Cruz, 1996; Dweck & Leggett, 1988; Elliot & Church, 1997; Elliot, Murayama, & Pekrun, 2011).

A relação entre as dimensões de personalidade e padrões de perfeccionismo tem sido também alvo de estudo (Hewitt & Flett, 2007; Rice, Ashby, & Slaney, 2007; Stoeber, Otto, & Dalbert, 2009). De maneira consistente, a Conscienciosidade tem revelado correlações positivas com o perfeccionismo orientado para o próprio, e o Neuroticismo com o perfeccionismo prescrito socialmente. Adicionalmente, Stoeber e colaboradores procuraram determinar se estes traços de personalidade prediziam alterações, ao longo do tempo, nas diferentes dimensões de perfeccionismo e concluíram que a Conscienciosidade predizia o aumento na dimensão de perfeccionismo orientado para o próprio (Stoeber et al., 2009). Neste estudo, indivíduos com graus de organização, persistência e motivação para os objectivos desenvolviam padrões de perfeccionismo adaptativo mais elevados, apontando para uma possível relação entre a *Grit*, na sua dimensão de perseverança no esforço, e o perfeccionismo.

De facto, o perfeccionismo tem, também, sido apontado como um dos factores subjacentes ao desenvolvimento da excelência (Gould et al., 2002), na sua dimensão considerada mais adaptativa. Esta concepção de perfeccionismo adaptativo ou não adaptativo surge da "redução" de várias perspectivas multidimensionais do perfeccionismo a dois factores: luta pela perfeição e reacções negativas à imperfeição (Stoeber, Otto, Pescheck, Becker, & Stoll, 2007; Stoeber & Otto, 2006). Neste sentido, a luta pela perfeição agrega padrões pessoais, perfeccionismo orientado para o próprio, luta pela excelência e tendências perfeccionistas, estando relacionado com padrões de comportamento e características adaptativas, tais como emoções positivas, padrões de coping activos e rendimento (Stoeber, Kempe, & Keogh, 2008; Stoeber & Otto, 2006). As reacções negativas à imperfeição, por sua vez, agregam as dimensões de preocupação com os erros, dúvidas sobre as acções, perfeccionismo prescrito socialmente e discrepância entre expectativas e resultados, estando associadas a emoções negativas, neuroticismo, coping de evitamento, níveis de stress elevados e menores níveis de bem-estar (para uma revisão, ver Stoeber & Otto, 2006). No que diz respeito à relação entre os objectivos de rendimento e o perfeccionismo, os objectivos orientados para a mestria mostraram-se relacionados com padrões adaptativos de perfeccionismo, enquanto os padrões não adaptativos de perfeccionismo têm uma relação positiva com objectivos de evitamento e negativa com objectivos de mestria (Stoeber, Stoll, Pescheck, Otto, & Luther, 2008).

Neste enquadramento, o conceito de *Grit* surge como uma variável disposicional que poderá determinar a orientação dos indivíduos para a persistência e perseverança em períodos extensivos e prolongados de prática deliberada, subjacentes ao desenvolvimento da excelência. Poderá, ainda, ser determinante do desenvolvimento de padrões de perfeccionismo adaptativos que estão associados ao alto rendimento (Gould et al., 2002). Assim, tendo em conta a relevância destes factores nos contextos de rendimento, este estudo centra-se na tradução e adaptação da escala *Grit-S* para uma amostra de atletas portugueses, procurando adicionalmente explorar a relação deste constructo com as dimensões da motivação para a prática deliberada e perfeccionismo.

METODOLOGIA

Participantes

Neste estudo participaram 94 atletas (47,9% feminino), com idades entre os 15 e 34 anos (M=20,97, DP=4,24), representantes de várias modalidades colectivas (N=44) e individuais

(N=50), nomeadamente andebol, natação, esgrima, ténis de mesa, remo, futebol, basquetebol, patinagem artística, voleibol, canoagem e xadrez.

Instrumentos

Short Grit Scale (Grit-S). A *Grit-S* foi desenvolvida por Duckworth e Quinn (2009) com o objectivo de medir a perseverança e a paixão por objectivos a longo prazo, constituindo uma versão com menos itens e com melhores propriedades psicométricas do que a escala original *Grit-O* (Duckworth et al., 2007), mantendo a estrutura original de dois factores. Desta maneira, a *Grit-S* é composta por duas subescalas: Perseverança no Esforço (4 itens; “Os contratemplos e obstáculos não me desencorajam”) e Consistência do Interesse (4 itens invertidos; “Muitas vezes formulo um objectivo, mas depois acabo por perseguir outro diferente”). Os itens são cotados através de uma escala de *Likert* de 1 (Discordo totalmente) a 5 (Concordo totalmente). As pontuações das subescalas são obtidas calculando a média aritmética dos itens.

Motivação para a Prática Deliberada. A escala de motivação para a prática deliberada (*Deliberate Practice Motivation Scale*; De Bruin et al., 2007) foi inicialmente desenvolvida para medir a motivação dos indivíduos para a realização actividades de prática dirigidas à melhoria do seu rendimento, num contexto de rendimento específico: xadrez. O questionário original é composto por duas escalas: *Will to Excel* (Vontade de ser excelente), com 18 itens, e *Competition* (Competição). Contudo, realizou-se um estudo de adaptação desta escala para o contexto desportivo português (Osório & Cruz, 2012), centrado numa medida dirigida para diferentes modalidades desportivas, e com 3 factores, mais susceptíveis de interpretação teórica no contexto desportivo. Assim, a Motivação para a Prática Deliberada representa uma dedicação incondicional à modalidade e à prática que lhe está subjacente (8 itens; “Se eu tivesse a certeza de que a minha vida podia ser só praticar a minha modalidade, ainda dedicava mais tempo a isso”), a Motivação para a Competição diz respeito à orientação para competir e para ser o melhor atleta, por comparação aos pares, na respectiva modalidade (5 itens; “Eu treino e esforço-me para ter o máximo de recursos, “armas” e opções possíveis (ex.: diferentes estilos e técnicas, tácticas, etc.) de forma a ter vantagens sobre os meus adversários”) e a Motivação para a Mestría refere-se à vontade de melhorar tecnicamente e de aperfeiçoar o desempenho em aspectos específicos da modalidade (4 itens; “Depois de uma prova, revejo o que fiz para analisar aquilo que podia ter feito melhor”). A resposta aos itens é realizada através de uma escala de *likert*, de 1 “Discordo totalmente” a 5 “Concordo totalmente” e a pontuação das subescalas realiza-se através da média aritmética dos itens respectivos.

Perfeccionismo. Para avaliar o perfeccionismo, nas suas diferentes dimensões, utilizaram-se as dimensões de luta pela perfeição, reacções negativas à imperfeição e pressão percebida do treinador, traduzidas e adaptadas de uma do *Multidimensional Inventory on Perfectionism in Sports* (Stoeber et al., 2007; Stoeber & Rennert, 2008; Stoeber, Stoll, et al., 2008). Os itens são cotados através de uma escala de *Likert* de 1 (Discordo totalmente) a 5 (Concordo totalmente), e não distinguem entre situações de treino ou de competição e pontuação das subescalas é obtida através da média aritmética dos itens respectivos.

Procedimento

Os dados foram recolhidos através de uma bateria de questionários que incluía uma carta de apresentação a explicar os objectivos e implicações do estudo, assegurando a natureza voluntária e confidencial da participação. Os questionários foram devolvidos em envelopes individuais, garantindo a confidencialidade e a anonimidade dos dados.

RESULTADOS

O estudo psicométrico inicial da escala consistiu na avaliação da sua sensibilidade, validade e fiabilidade. Para avaliar a sensibilidade da escala, procedeu-se a uma análise de

frequências para cada categoria de resposta, em cada item. Esta análise revelou que todas as categorias estavam representadas em todos os itens, salientando a sensibilidade dos mesmos para distinguir os participantes. Adicionalmente, os valores de assimetria e curtose da escala total, bem como das subescalas, situam-se entre os valores -1 e 1, atestando a normalidade das distribuições (Tabela 1).

Para se proceder à análise de validade da escala, procurou-se testar a replicabilidade da estrutura de dois factores da *Short Grit Scale* (*Grit-S*; Duckworth & Quinn, 2009). Para tal, procedeu-se a uma Análise de Componentes Principais, seguida de rotação promax. O teste de esfericidade de Bartlett ($p < .001$), bem como o índice de bem como o índice de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO = .69$), acima do valor aceitável de $.50$ (Kaiser, 1974), atestaram a factoriabilidade da matriz de correlações. Foram extraídos dois factores explicativos de 55,2% da variância. O número de factores, bem como os itens que neles saturam são congruentes com a versão original da *Grit-S*. Na Tabela 1 encontram-se os itens distribuídos pelos respectivos factores.

Tabela 10 - Estatísticas descritivas por subescala e escala total

Dimensão	n	M	DP	Min. Máx.	Assimetria	Curtose
Perseverança do esforço	94	3,91	,65	2 – 5	-,34	-,08
Consistência do interesse	94	3,13	,70	1 – 5	,15	-,28
Grit-S total	94	3,52	,63	2 – 5	,08	-,27

Tabela 11 - Estatísticas descritivas da escala e subescalas da *Grit-S* para diferentes grupos etários, com valores de referência do estudo original (Duckworth & Quinn, 2009)

Grupo etário (anos)	n	% Feminino	Presente estudo			Duckworth & Quinn, 2009		
			Grit-S	CI	PE	Grit-S	CI	PE
			M (DP)	M (DP)	M (DP)	M (DP)	M (DP)	M (DP)
14-17	15	53,3	3,26 (.66)	2,68 (.78)	3,83 (.21)	3,4 (0,8) ¹	-	-
18-24	63	49,2	3,60 (.61)	3,27 (.83)	3,93 (.08)	-	-	-
25-34	16	37,5	3,46 (.62)	3,00 (.72)	3,92 (.15)	3,2 (0,7) ²	2,9 (0,9) ²	3,6 (0,7) ²

¹ Baseado no estudo de estabilidade teste-reteste em alunos do 7.º ao 11.º ano de escolaridade (N=279, 59% feminino)

² Baseado nas estatísticas para grupos etários adultos, com grupo correspondente aos 25-34 anos (N=300, 79% feminino)

Tabela 12 – Distribuição factorial dos itens da *Short Grit Scale*, versão portuguesa

Item	Factor 1 Perseverança do Esforço	Factor 2 Consistência do Interesse
8	.87	-,23
4	.75	,21
2	.69	-,09
7	.54	,15
1	-,25	.85
3	-,04	.80
6	,19	.63

5	,32	.50
Variância explicada	37,7%	17,5%

O Factor 1, que diz respeito à subescala de Perseverança no Esforço, explica 37,7% da variância e contém os itens 8, 4, 2 e 7. O Factor 2, relativo à subescala de Consistência no Interesse, e cujos itens (1, 3, 6 e 5) foram invertidos, explica 17,5% da variância. A distribuição dos itens (Tabela 3) corresponde ao modelo factorial apresentado no estudo de validação da *Short Grit Scale* (Duckworth & Quinn, 2009), correspondendo também à distribuição na escala completa, *Grit-O* (Duckworth et al., 2007).

Para se aferir a consistência interna da versão portuguesa da *Grit-S*, calcularam-se os valores do *Alpha* de Cronbach para a escala total ($\alpha=.75$), bem como para os factores Persistência no Esforço ($\alpha=.70$) e Consistência do Interesse ($\alpha=.69$). Apesar de o valor mínimo de ,70 ser mais consensual para este coeficiente, o facto de a escala ter um número reduzido de itens torna mais difícil a obtenção de coeficientes muito elevados, pelo que valores a partir de ,60 são aceitáveis, sobretudo perante a “existência de boas razões teóricas e/ou práticas para a escala” (Freire & Almeida, 2001, p. 117). Na Tabela 4 pode constatar-se que todos os coeficientes se enquadram nos intervalos dos valores obtidos no estudo original, à excepção da subescala Consistência do Interesse que, apesar de ter um valor mais baixo, não constitui problema por estar bem acima do aceitável ,60.

Tabela 13 - Consistência interna para a *Grit-S* e os factores Persistência no Esforço e Consistência do Interesse

Amostra	Alpha de Cronbach		
	Grit-S	Perseverança do Esforço	Consistência do Interesse
Actual	,75	,70	,69
Duckworth & Quinn, 2009 ¹	,73 - ,83	,60 - ,78	,73 - ,79

¹Os valores apresentados dizem respeito a quatro amostras diferentes, representadas no artigo original, pelo que apresentamos os valores mais baixos e os mais elevados.

Tabela 14 - Correlações de Pearson entre subescalas da *Grit-S*, Questionário de Motivação para a Prática Deliberada e Perfeccionismo

Medida	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Grit: PE	-							
2. Grit: CI	,422**	-						
3. QMPD: Prática Deliberada	,372**	,249**	-					
4. QMPD: Competição	,193*	,073	,653**	-				
5. QMPD: Mestria	,312**	,276**	,608**	,362**	-			
6. Luta pela perfeição	,257**	,091	,475**	,461**	,466**	-		
7. Reacções negativas à imperfeição	-,178*	-,059	,364**	,276**	,309**	,466**	-	
8. Pressão percebida do	-,195*	-,293**	,090	,303**	,113	,184*	,202*	-

A relação entre a Perseverança no Esforço e a Consistência do Interesse e as dimensões da Motivação para a Prática Deliberada e Perfeccionismo foram analisadas com o intuito de avaliar a existência de uma relação entre estas duas dimensões do constructo de *Grit* e determinados perfis motivacionais e disposicionais face à prática desportiva. A Tabela 5 apresenta as relações obtidas entre as subescalas da *Grit-S*, o *Questionário de Motivação para a Prática Deliberada* e o *Inventário Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto*.

A escala de Perseverança no Esforço apresenta correlações positivas com as escalas de Consistência do Interesse, Motivação para a Prática Deliberada, Motivação para a Competição, Motivação para a Mestria e Luta pela Perfeição, e correlações negativas com as escalas de reacções negativas à imperfeição e pressão percebida do treinador.

Por seu lado, a escala de Consistência do Interesse apresenta correlações positivas com a Motivação para a Prática Deliberada e a Motivação para a Mestria, e correlações negativas com a pressão percebida do treinador. Não existe relação entre esta escala e a Motivação para a Competição, a Luta pela Perfeição e as Reacções Negativas à Imperfeição.

CONCLUSÕES

O objectivo deste estudo era traduzir e adaptar, para a língua portuguesa, a *Short Grit Scale* (Duckworth & Quinn, 2009). Os resultados obtidos na avaliação da estrutura factorial da versão portuguesa da *Grit-S* permitem-nos considerar como aceitável a estrutura de dois factores, Perseverança no Esforço e Consistência do Interesse, congruentes com o instrumento original (Duckworth & Quinn, 2009). Não sendo um instrumento especificamente dirigido ao desporto, tanto na versão original, como na versão portuguesa, a sua adaptação abre a possibilidade para a utilização da escala noutros contextos de rendimento e realização na população portuguesa.

A amostra utilizada (dos 15 aos 35 anos) correspondia apenas a dois subconjuntos etários dos estudos originais (Duckworth et al., 2007; Duckworth & Quinn, 2009), não havendo diferenças ao nível da *Grit* entre os grupos, ao contrário do que se verifica nos estudos de Duckworth e colaboradores. Nestes estudos, faixas etárias mais elevadas tinham níveis de *Grit* também mais elevados, sugerindo que, ao longo do desenvolvimento, os indivíduos valorizam de maneira diferente o papel da experimentação ou do investimento em domínios de rendimento (Duckworth & Quinn, 2009). Desta maneira, os indivíduos mais jovens valorizam mais a experiência em vários contextos, enquanto em idades mais avançadas pode ser mais vantajosa a especialização em contextos mais restritos. Este envolvimento diferencial é congruente com modelos de desenvolvimento da *expertise* que têm estudado o envolvimento de atletas de diferentes modalidades em várias fases do seu desenvolvimento, podendo alguns atletas chegar a experimentar várias modalidades antes de se especializarem numa só (Côté, Baker, & Abernethy, 2007; Ward, Hodges, Starkes, & Williams, 2007; Ward et al., 2004). Desta maneira, será pertinente estudar a *Grit* em diferentes fases do desenvolvimento da *expertise*, procurando estabelecer uma relação entre esta variável e o envolvimento e investimento em várias modalidades desportivas.

Ambas as dimensões da *Grit* se mostraram positivamente relacionadas com a motivação para a prática deliberada, o que é congruente com o facto de esta dimensão representar uma dedicação incondicional à modalidade e ao correspondente investimento na prática. O facto de apenas a perseverança do esforço ter uma relação positiva com a motivação para a competição sugere que o investimento necessário para se atingir níveis de desempenho elevados e ser melhor do que os outros poderá ser independente do facto de o indivíduo se manter fiel à modalidade. Desta maneira, indivíduos com maior orientação para a competição poderão ter níveis de perseverança no esforço elevados, mas “trocar”

de modalidade várias vezes. Por outro lado, a relação positiva da orientação para a mestria com a perseverança e a consistência do interesse sugere que os indivíduos com vontade de melhorarem o seu rendimento por comparação àquilo que já atingiram mantêm uma consistência para com os objectivos a que se propuseram. Assim, estudos futuros poderão explorar o papel mediador da *Grit* entre os objectivos de realização e a persistência ou desistência nas modalidades desportivas.

A relação entre a dimensão de perseverança no esforço e as dimensões "adaptativas" (luta pela perfeição) e "não adaptativas" (reações negativas à imperfeição e pressão percebida do treinador) é congruente com os estudos que estabelecem uma relação entre a Conscienciosidade e as dimensões de perfeccionismo (Rice et al., 2007; Stoeber et al., 2009). Por outro lado, a relação negativa entre a consistência do interesse e a pressão percebida do treinador parece sugerir que os indivíduos que percebem maior pressão por parte do treinador têm menos persistência nos objectivos, podendo este ser um factor de abandono em algumas modalidades, incluindo da alta competição. A relação entre a *Grit* e as dimensões do perfeccionismo, e a maneira como estas afectam o rendimento deve, por isso, ser estudada no futuro.

A adaptação desta escala foi realizada numa amostra relativamente restrita, pelo que em estudos posteriores, esta deve ser alargada a amostras com em maior número e diversidade de participantes, de faixas etárias diferentes e de diferentes contextos de realização. Desta maneira, será possível explorar com maior detalhe as relações que estabelecemos neste estudo inicial, incluindo também a análise da sua estabilidade temporal.

Apesar das suas limitações, a *Grit-S* surge assim como uma medida muito promissora para o estudo do papel das variáveis disposicionais no desenvolvimento da excelência e de elevados padrões de rendimento.

AGRADECIMENTOS

Este estudo foi realizado com o apoio da bolsa SFRH/BD/64731/2009 da Fundação para a Ciência e Tecnologia.

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

Joana Maria Osório; joanamarca.osorio@gmail.com

José Fernando A. Cruz. Escola de Psicologia (EPSI), Campus de Gualtar 4710-057 Braga

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ackerman, P. L., & Beier, M. E. (2006). Methods for studying the structure of expertise: Psychometric approaches. In K. A. Ericsson, N. Charness, P. J. Feltovich, & R. R. Hoffman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Expertise and Expert Performance* (pp. 147–165). New York: Cambridge University Press.
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. In R. C. Eklund & G. Tenenbaum (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (3rd ed., pp. 184–202). Hoboken, NJ: Wiley.
- Côté, J., Ericsson, K. A., & Law, M. P. (2005). Tracing the development of athletes using retrospective interview methods: A proposed interview and validation procedure for reported information. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(1), 1–19. doi:10.1080/10413200590907531
- Cruz, J. F. A. (1996). Motivação para a competição e prática desportiva. In J. F. A. Cruz (Ed.), *Manual de Psicologia do Desporto* (pp. 305–331). Braga: SHO - Sistemas Humanos e Organizacionais.

- De Bruin, A. B. H., Rikers, R. M. J. P., & Schmidt, H. G. (2007). The influence of achievement motivation and chess-specific motivation on deliberate practice. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29(5), 561–583. Retrieved from citeulike-article-id:3275966
- De Bruin, A. B. H., Smits, N., Rikers, R. M. J. P., & Schmidt, H. G. (2008). Deliberate practice predicts performance over time in adolescent chess players and drop-outs: a linear mixed models analysis. *British journal of psychology (London, England □: 1953)*, 99(Pt 4), 473–97. doi:10.1348/000712608X295631
- Duckworth, A. L., Kirby, T. A., Tsukayama, E., Berstein, H., & Ericsson, K. A. (2011). Deliberate practice spells success: Why grittier competitors triumph at the national spelling bee. *Social Psychology and Personality Science*, 2(2), 174–181. doi:10.1177/1948550610385872
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/science/article/B6X01-4P1J8RX-9/2/8df97a42c01a16716a02d94b6ca80413>
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the Short Grit Scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166–174. doi:10.1081/00223890802634290
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256–273. doi:10.1037/0033-295X.95.2.256
- Elliot, A. J., & Church, M. A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 218–232.
- Elliot, A. J., Murayama, K., & Pekrun, R. (2011). A 3 x 2 Achievement Goal Model. *Journal of Educational Psychology*, 103(3), 632–648. doi:10.1037/a0023952
- Ericsson, K. A., & Charness, N. (1994). Expert performance: Its structure and acquisition. *American Psychologist*, 49(8), 725–747.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100(3), 363–406. Retrieved from citeulike-article-id:2030648
- Freire, T., & Almeida, L. S. (2001). Escalas de avaliação: Construção e validação. In E. M. Fernandes & L. S. Almeida (Eds.), *Métodos e Técnicas de Avaliação: Contributos para a prática e investigação psicológicas* (pp. 109–128). Braga: Universidade do Minho - Centro de Estudos em Educação e Psicologia.
- Gagné, F. (2004). Transforming gifts into talents: the DMGT as a developmental theory. *High Ability Studies*, 15(2), 119–147. doi:10.1080/1359813042000314682
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative "description of personality": the big-five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216–29. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2283588>
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172–204.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2007). When does conscientiousness become perfectionism? *Current Psychiatry*, 6(7), 49–64.
- Howard, R. W. (2009). Individual differences in expertise development over decades in a complex intellectual domain. *Memory & Cognition*, 37(2), 194–209. doi:10.3758/MC.37.2.194
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, 39(1), 31–36.
- Krampe, R. T., & Ericsson, K. A. (1996). Maintaining excellence: Deliberate practice and elite performance in young and older pianists. *Journal of Experimental Psychology: General*, 125(4), 331–359.
- Osório, J. M., & Cruz, J. F. A. (2012). Motivação para a prática deliberada em contextos desportivos: Exploração das suas dimensões e avaliação psicométrica numa amostra de jovens atletas de elite. In L. S. Almeida, B. D. Silva, & A. Franco (Eds.), *Atas do II Seminário Internacional "Contributos da Psicologia em Contextos Educativos"* (pp. 1199–1209). Braga, Portugal: Centro de Investigação em Educação (CIE), Instituto de Educação, Universidade Minho.

- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (2007). Perfectionism and the five-factor model of personality. *Assessment, 14*(4), 385–98. doi:10.1177/1073191107303217
- Ruiz, L. M., Sánchez, M., Durán, J., & Jiménez, C. (2006). Los expertos en el deporte: su estudio y análisis desde una perspectiva psicológica. *Anales de Psicología, 22*(1), 132–142.
- Smith, R. E. (2006). Understanding sport behavior: A cognitive-affective processing systems approach. *Journal of Applied Sport Psychology, 18*(1), 1–27. doi:10.1080/10413200500471293
- Stoeber, J., Kempe, T., & Keogh, E. J. (2008). Facets of self-oriented and socially prescribed perfectionism and feelings of pride, shame, and guilt following success and failure. *Personality and Individual Differences, 44*(7), 1506–1516. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/science/article/B6V9F-4S0B2CX-3/2/4905a884905590d4bde056dd53c58acc>
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality & Social Psychology Review, 10*(4), 295–319. Retrieved from 10.1207/s15327957pspr1004_2
- Stoeber, J., Otto, K., & Dalbert, C. (2009). Perfectionism and the Big Five: Conscientiousness predicts longitudinal increases in self-oriented perfectionism. *Personality and Individual Differences, 47*(4), 363–368. doi:10.1016/j.paid.2009.04.004
- Stoeber, J., Otto, K., Pescheck, E., Becker, C., & Stoll, O. (2007). Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfection and negative reactions to imperfection. *Personality and Individual Differences, 42*(6), 959–969. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/science/article/B6V9F-4M644YD-2/2/4ca112e7734a5420aaa764ebc62f066a>
- Stoeber, J., & Rennert, D. (2008). Perfectionism in school teachers: Relations with stress appraisals, coping styles, and burnout. *Anxiety, Stress & Coping, 21*, 37–53.
- Stoeber, J., Stoll, O., Pescheck, E., Otto, K., & Luther, M. (2008). Perfectionism and achievement goals in athletes: Relations with approach and avoidance orientations in mastery and performance goals. *Psychology of Sport and Exercise, 9*(2), 102–121. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/science/article/B6W6K-4N43RTK-1/2/7be6c749807f756717230dca5dbb5ff1>
- Van Yperen, N. W. (2009). Why some make it and others do not: Identifying psychological factors that predict career success in professional adult soccer. *The Sport Psychologist, 23*, 317–329.
- Ward, P., Hodges, N. J., Starkes, J. L., & Williams, A. M. (2007). The road to excellence: Deliberate practice and the development of expertise. *High Ability Studies, 18*(2), 119–153. doi:10.1080/13598130701709715
- Ward, P., Hodges, N. J., Williams, A. M., & Starkes, J. L. (2004). Deliberate practice and expert performance: defining the path to excellence. In A. M. Williams & N. J. Hodges (Eds.), *Skill acquisition in sport: Research, theory and practice* (pp. 231–258). London: Routledge.

Natureza da percepção de ameaça e estratégias de regulação emocional na competição desportiva: Estudo exploratório com jovens atletas

Manuela Amaral & José Fernando Cruz

Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Portugal

Resumo: O objectivo deste estudo consistiu em explorar as associações entre a percepção de ameaça, regulação emocional e outros construtos psicológicos associados ao desempenho desportivo. Os participantes foram 103 jovens atletas de um clube de futebol profissional. Foi administrado um "Questionário de Avaliação Psicológica" que incluía medidas psicológicas de regulação emocional, auto-controlo, perfeccionismo, percepção de ameaça, objectivos de realização e ansiedade do desempenho. Além da identificação dos principais conteúdos das percepções de ameaça nos jovens atletas, os resultados demonstram que diferentes factores e processos cognitivos e motivacionais estão envolvidos diferencialmente na predição das estratégias de regulação emocional utilizadas pelos atletas. Os resultados são discutidos em termos da investigação e das suas implicações teóricas e práticas para o contexto desportivo.

Palavras-chave: avaliação cognitiva; percepção de ameaça; ansiedade de rendimento; estratégias de regulação emocional; futebol.

INTRODUÇÃO

O contexto desportivo, dada a sua singularidade, mostra-se um contexto único, a intensidade das emoções vividas não é, necessariamente, a mesma que é vivida em outros contextos de realização. A influência das emoções no rendimento dos atletas está bem patente não só no relato dos mesmos, como nas diversas investigações que têm vindo a ser desenvolvidas na área nas últimas décadas (ver Cleary & Zimmerman, 2001; Cruz, 1996a; Cruz & Barbosa, 1998; Lazarus, 2000; Skinner & Brewer, 2004). Neste sentido, por serem um factor crítico no rendimento individual e/ou colectivo, as emoções têm gerado um crescente interesse e reconhecimento da necessidade de uma visão mais equilibrada deste fenómeno (Dias, Cruz, & Fonseca, 2010; Holt & Dunn, 2004).

A resposta emocional emerge perante a percepção de que algo importante para o bem-estar pessoal está "em jogo" na situação. Por sua vez, a avaliação dos recursos pessoais para lidar com as exigências da situação conduz à atribuição de um significado a essa situação: ganho, perda, desafio ou ameaça (Lazarus, 1999, 2000). Cada resposta emocional relaciona-se, então, com o padrão de avaliação efectuado. As situações que satisfazem, ou parecem vir a satisfazer, as necessidades individuais tendem a gerar emoções positivas. Pelo contrário, as emoções negativas tendem a surgir perante situações que não satisfazem as necessidades individuais (Frijda, 1988). Desta forma, é "impensável" separar as emoções dos aspectos cognitivos e motivacionais, dado que na sua ausência não passariam de activações. De facto, na avaliação das exigências da situação e dos recursos pessoais para as enfrentar, entram em "em jogo" aspectos como a relevância da situação para os objectivos pessoais e os recursos para lidar com as exigências da situação (Lazarus, 1999, 2000). Assim, as emoções experienciadas e os comportamentos delas resultantes têm por base os significados atribuídos à situação. No mesmo sentido, são as avaliações cognitivas realizadas pelo sujeito, e não a situação em si, que influenciam tanto a qualidade como a intensidade da emoção experienciada. O seu estudo deve, portanto, incluir variáveis de nível cognitivo, motivacional e relacional, assim como os processos envolvidos na sua activação e manutenção (ver Cruz & Barbosa, 1998; Gross, 2008; Lazarus, 2000).

Mas o resultado emocional de uma situação também se deve à forma como é esperado lidar com as exigências dessa situação: as estratégias de coping utilizadas. Para Lazarus (2000) as estratégias de coping relacionam-se com a forma como as emoções são geradas e reguladas e surgem após a emergência de uma resposta emocional, resultante da atribuição de um significado à situação. Outros autores realçam a importância dos objectivos pessoais para a situação na emergência de estados emocionais (Pekrun, Elliot, & Maier, 2006; Schutz & Davis, 2000). As avaliações cognitivas relativas à situação, das quais resultam estados emocionais, também se centram na importância dos objectivos pretendidos, assim como na controlabilidade sobre eles, na congruência entre o que queremos e o que fazemos para o conseguir e nas percepções de auto-eficácia existentes. Pekrun e colaboradores (2006), por exemplo, em contextos académicos, encontraram evidência para relações diferenciais entre as orientações motivacionais dos indivíduos e os seus estados emocionais.

Outra dimensão que se tem revelado importante na emergência de respostas emocionais é o traço perfeccionista do indivíduo. O perfeccionismo, um traço multidimensional e multifacetado de personalidade (Stoeber, Otto, Pescheck, Becker & Stoll, 2007), é comumente expresso através de esforços pessoais para alcançar rendimentos excelentes e pela criação de padrões elevados de rendimento, podendo ser acompanhado por tendências excessivamente críticas de avaliação (Stoeber & Otto, 2006). A sua influência, directa ou indirecta, na emergência de respostas emocionais está bem manifesta em diversas investigações na área: relações com stress, avaliações cognitivas e burnout (Stoeber & Rennert, 2008), orientações motivacionais (Stoeber, Stoll, Pescheck & Otto, 2008) e com emoções como a ansiedade (Stoeber et al., 2007), orgulho, vergonha e culpa (Stoeber, Kempe, & Keogh, 2008).

Assim, as respostas emocionais do atleta durante a competição e a sua capacidade para as regular, de forma a experienciar as emoções mais adequadas para a competição, parece ser uma competência essencial para o sucesso desportivo. Saber gerir situações exigentes é uma característica fundamental para atletas excelentes (Sagar, Lavallee, & Spray, 2009), não só para competirem ao seu melhor nível, como para tornar gratificante a experiência desportiva (Nicholls & Polman, 2007). Torna-se, então, importante que o indivíduo aprenda a lidar com fortes e, por vezes, contraproducentes acções que fazem parte do seu "leque emocional", sendo a sua regulação uma componente crucial. A compreensão das emoções que são activadas antes, durante e depois da competição, a vulnerabilidade pessoal a essas emoções e a melhor forma de lidar com elas são assim aspectos essenciais para o sucesso desportivo (Lazarus, 2000). Os processos de regulação emocional referem-se, assim, a processos pelos quais os indivíduos influenciam as emoções que têm, quando as têm e como experienciam e expressam essas emoções. Pode ser um processo controlado ou automático, consciente ou inconsciente e que envolve tanto a iniciação como a manutenção de respostas emocionais (Gross, 2008; Ochsner & Gross, 2006). Mas a regulação emocional não se limita apenas à diminuição ou paragem de estados emocionais negativos. Pelo contrário, para Gross (1998), esta também envolve a intensificação ou geração de estado emocionais negativos, bem como a diminuição de estados emocionais positivos.

Schutz e Davis (2000) apresentam um modelo de regulação emocional, englobado no contexto da auto-regulação, segundo o qual os processos de regulação emocional que ocorrem durante a execução de uma tarefa podem ser distinguidos em processos de regulação centrados na tarefa, centrados nas emoções ou nas suas avaliações cognitivas, dependendo dos aspectos em que o indivíduo centra a sua atenção. Os processos centrados na tarefa englobam a iniciação, continuação ou recuperação da atenção para a execução da tarefa. Ou seja, a atenção do indivíduo é centrada na actividade. As estratégias mais frequentes agrupam-se em três categorias: estratégias e pensamentos centrados na tarefa, estratégias de redução da tensão e processos de reavaliação da importância da situação. Por sua vez, os processos centrados nas emoções envolvem a

focalização no próprio e nas suas emoções (agradáveis ou desagradáveis), relacionadas com a tarefa que está a executar. Estes processos podem envolver o afastamento da atenção da realização tarefa e a sua focalização nas suas emoções e pensamentos, agrupando-se em duas categorias principais: "pensamento desejoso" (desejar que o problema simplesmente desapareça) e auto-culpabilização. Por fim, os processos centrados nas avaliações cognitivas referem-se às estratégias utilizadas sobre as interpretações pessoais da situação. Estes processos centram-se na importância da situação, na congruência da situação para os objectivos pessoais, na controlabilidade pessoal sobre a situação e na potencialidade para lidar com as possíveis dificuldades (Schutz & Davis, 2000). Para estes autores, a regulação de emoções não é efectuada da mesma forma de indivíduo para indivíduo, nem o mesmo indivíduo utiliza a mesma estratégia nas diversas situações, tendo a literatura apresentado diversos processos de regulação emocional (Davis, DiStefano, & Schutz, 2008; Schutz, DiStefano, Benson & Davis, 2004).

O comportamento dirigido para objectivos (nomeadamente para elevados níveis de rendimento) e a luta pela excelência em contextos de realização parecem implicar um conjunto de processos e estratégias de auto-regulação, incluindo não só processos de focalização na tarefa mas, igualmente, processos de regulação cognitiva e emocional (ver Schutz, DiStefano, Benson, & Davis 2004). Assim, parece ser evidente a necessidade de estudos que procurem integrar as diferentes dimensões do perfeccionismo com objectivos e processos motivacionais associados, mas também com processos e competências de regulação emocional durante a competição desportiva. O estudo dos antecedentes e do desenvolvimento das diferentes dimensões de regulação emocional, e o modo como se relacionam com construtos motivacionais e emocionais parece ser particularmente pertinente junto de populações de atletas com elevados níveis de rendimento e sucesso desportivo. Procurando integrar alguns domínios de investigação que têm vindo a desenvolver-se de forma isolada (ex.: motivação e emoção), pretende-se, neste estudo, clarificar as relações e papéis de importantes processos motivacionais e emocionais, com alguma frequência associados à "luta pela excelência". Dada a importância, e necessidade real, dos atletas saberem regular as suas emoções durante a competição desportiva, o presente estudo, realizado no âmbito de um projecto mais vasto, pretende, para além da identificação das principais fontes de ameaça dos atletas, perceber quais os principais preditores cognitivos, motivacionais e afectivos de cada estratégia de regulação emocional utilizada pelos atletas durante a competição desportiva.

METODOLOGIA

Participantes

A amostra deste estudo é uma amostra de conveniência (Almeida & Freire, 2004) constituída por jovens atletas praticantes de futebol, referentes a vários escalões competitivos: iniciados (sub14, sub15), juvenis (sub16, sub17) e juniores (sub19), de um dos principais clubes de futebol, da 1ª Divisão Nacional Portuguesa. Participaram no estudo um total de 103 atletas do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 13 e os 19 anos de idade ($M = 15.77$, $DP = 1.48$).

Instrumentos e medidas

Em função dos objectivos definidos e variáveis em estudo, foram utilizados os seguintes instrumentos:

Escala de Avaliação Cognitiva da Competição – Percepção de Ameaça. Consiste numa escala destinada a avaliar o estilo geral de avaliação cognitiva primária. Ou seja, avalia "o que está em jogo" na competição desportiva, na perspectiva de cada atleta, e que os leva a experienciarem *stress* e ansiedade na competição desportiva (Cruz, 1996, 1997; Dias et al. 2010, 2011). Esta escala inclui 8 itens respondidos numa escala tipo *Likert* de 5 pontos (1=Não se aplica; 5=Aplica-se muito). No presente estudo foi acrescentado um novo item (relacionado com a percepção de ameaça à imagem pessoal gerada pela internet e

redes sociais). Assim, o score total da versão actual da EACC-PA (9 itens), resultante da soma dos valores atribuídos a cada item, pode variar entre um valor mínimo de 9 e um máximo de 45. Os scores mais elevados reflectem a tendência para perceber a competição desportiva como mais ameaçadora ou para perceber níveis mais elevados de ameaça ao ego, à auto-estima e ao bem-estar pessoal, gerados pela competição. Para esta escala, no presente estudo foi obtido um coeficiente de fidelidade de .80.

Escala de Ansiedade no Desporto. Trata-se de uma versão traduzida e adaptada por Cruz e Gomes (2007) da *Sport Anxiety Scale – 2 (SAS-2)*, desenvolvida por Smith, Smoll, Cumming & Grossbard (2006). Esta escala pretende avaliar, multidimensionalmente, o traço de ansiedade. Avalia as diferenças individuais no traço de Ansiedade Somática e nas duas dimensões da Ansiedade Cognitiva – Preocupação e Perturbação de Concentração. Constituída por um total de 15 itens que se distribuem pelas 3 sub-escalas (5 itens por escala). Os sujeitos respondem numa escala de *Likert* de 4 pontos e o score total da EAD-2 representa um “índice geral da ansiedade do rendimento desportivo” (Smith *et al.*, 2006, p.487). Os coeficientes de fidelidade encontrados neste estudo foram de .84, .59 e .69 para as sub-escalas de preocupação, ansiedade somática e perturbação da concentração, respectivamente. Para a escala total, o valor de “*alpha*” obtido foi de .78.

Escala de Objectivos de Realização no Desporto Juvenil. A versão utilizada, traduzida e adaptada por Cruz (2008) da “*Achievement Goal Scale for Youth Sports*”, foi desenvolvida por Cumming, Smith, Smoll, Standage & Grossbard (2008) com o objectivo de avaliar os objectivos de realização em jovens atletas. É constituída por 12 itens que se distribuem por duas sub-escalas, objectivos de mestria (6 itens) e objectivos orientados para o ego (6 itens). Os atletas respondem às questões numa escala tipo *Lickert* de 5 pontos (1 “Nada verdadeiro” a 5 “Muito verdadeiro”). O score de cada sub-escala é calculado através do somatório dos itens que a constituem. Neste estudo, foi obtido um coeficiente “*alpha*” de fidelidade de .84 para a escala total. A sub-escalas de objectivos orientados para a mestria e de objectivos orientados para o ego obtiveram, respectivamente, valores de de .70 e .88.

Escala de Perfeccionismo Durante o Treino e a Competição. Foi utilizada uma versão traduzida e adaptada para a língua portuguesa (Cruz, 2008) do “Inventário Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto” (Stoeber, Stoll, Pescheck, & Otto, 2008) constituída por 18 itens que avaliam três dimensões: a) a luta pela perfeição, b) reacções negativas à imperfeição, e c) pressão percebida para ser perfeito, pelo treinador. Os itens são respondidos numa escala de 6 pontos (de 1 “Nunca” a 6 “Sempre”). Adicionalmente, no presente estudo, recorreu-se à sub-escala de expectativas e pressões parentais da “*Multidimensional Perfectionism Scale*” (Dunn, Dunn, & Syrotuik, 2002), que avalia uma das seis dimensões distintas desta medida de perfeccionismo no desporto: preocupação com os erros, padrões pessoais, expectativas parentais, críticas parentais, expectativas do treinador e críticas do treinador. Este questionário é respondido numa escala tipo *Likert* de 5 pontos (de 1 “Discordo totalmente” a 5 “Concordo totalmente”). Valores mais elevados, em cada escala, correspondem a elevados níveis de perfeccionismo na dimensão correspondente. Para as sub-escalas de pressão parental percebida, luta pela perfeição, reacções negativas à imperfeição e pressão para ser perfeito pelo treinador foram obtidos, neste estudo, os seguintes coeficientes de fidelidade: .68, .79, .83 e .87, respectivamente.

Escala de Regulação Emocional Durante a Competição Desportiva. Em situações de testes e exames escolares, Schutz e colaboradores (2004) desenvolveram um instrumento para avaliar a regulação emocional durante a realização dos testes (“*Emotional Regulation during Test-Taking*” - ERT), que inclui 38 itens distribuídos por quatro dimensões (Processos de Avaliação Cognitiva, Processos de Focalização na Tarefa, Processos de Refocalização na Tarefa, e Processos Focalizados nas Emoções). Adicionalmente inclui 8 sub-escalas, correspondentes a outras tantas estratégias de regulação emocional (2 por cada processo). A versão “*Escala de Regulação Emocional Durante a Competição Desportiva – ERDCCD*” utilizada, é uma versão desenvolvida e adaptada para contextos desportivos por Cruz (2008) da ERT e inclui, igualmente, 38 itens, respondidos em escalas tipo *Likert* de 5 pontos

(de 1 "Quase Nunca" a 5 "A maior parte das vezes"). Neste estudo exploratório, os coeficientes de fidelidade ("*alphas*") encontrados foram de .83 para a sub-escala de congruência de objectivos, .69 para a eficácia na resolução de problemas, .70 para a reavaliação da importância, .72 para o pensamento desejoso, .65 para a sub-escala de processos de focalização na tarefa, .60 para a redução da tensão, .77 para a auto-culpa e, finalmente .59 para a sub-escala de acção/controlo pessoal.

RESULTADOS

Os procedimentos estatísticos utilizados para tratamento e análise dos dados recolhidos foram efectuados com recurso ao programa estatístico *Statistical Package for Social Sciences – SPSS* (versão 16.0).

Análise descritiva das variáveis psicológicas em estudo

O Quadro 1 apresenta as estatísticas descritivas de todas as variáveis utilizadas neste estudo. Relativamente às componentes da ansiedade de rendimento, a dimensão mais saliente é a "preocupação" (M = 11.45), comparativamente às dimensões de "ansiedade somática" (M = 7.20) e "perturbação da concentração" (M = 7.64). Em relação aos objectivos de realização no desporto, salienta-se a dimensão de "objectivos orientados para a mestria" (M = 27.69), com valores médios mais elevados do que os "objectivos orientados para o ego" (M = 23.94). É possível ainda verificar os maiores níveis médios das dimensões do perfeccionismo associados às pressões percebidas por parte de pais e treinadores, comparativamente às outras dimensões avaliadas: luta pela perfeição e reacções negativas à imperfeição. Nos processos de regulação emocional, refira-se o maior recurso, nesta amostra, às estratégias de "agência/acção pessoal" (M = 4.07), "redução da tensão" (M=3.98), "congruência dos objectivos" (M = 3.92) e "eficácia na resolução de problemas" (M=3.88), comparativamente às outras estratégias avaliadas.

Quadro 1 - Análise descritiva das variáveis psicológicas avaliadas no presente estudo

	Média	DP	Mínimo observado	Máximo observado
Percepção de Ameaça	24.87	6.90	9.0	45.0
Ansiedade de Rendimento	26.27	5.41	16.0	42.0
Preocupação	11.45	3.32	5.0	20.0
Ansiedade Somática	7.20	1.78	5.0	13.0
Perturbação da Concentração	7.64	2.03	5.0	16.0
Obj. Realização no Desporto				
Objectivos orient. Mestria	27.69	2.45	19.0	30.0
Objectivos orient. Ego	23.94	5.06	8.0	30.0
Perfeccionismo				
Pressão parental percebida	22.69	6.99	9.0	38.0
Luta pela perfeição	3.13	0.37	2.0	4.0
Reacções negativas à imperfeição	2.92	0.40	1.8	4.0
Pressão para ser perfeito (treinador)	3.50	1.02	1.3	6.0
Regulação Emocional				
Congruência de objectivos	3.92	0.57	2.0	5.0
Eficácia na resolução de problemas	3.88	0.54	2.2	5.0
Reavaliação da importância	2.99	0.70	1.0	5.0
Pensamento desejoso	2.40	0.75	1.0	4.2
Processos focalização na tarefa	3.85	0.48	2.6	4.8
Redução da tensão	3.98	0.57	2.2	5.0

Auto-culpabilização	3.40	0.79	1.4	5.0
Acção pessoal	4.07	0.48	2.4	5.0

Quantidade e qualidade da ameaça percebida na competição desportiva

Uma das análises deste estudo procurou explorar a quantidade e qualidade da ameaça percebida pelos atletas. Concretamente em relação à percepção de ameaça, o Quadro 2 indica quais as principais fontes de ameaça percebidas pelos atletas, não só na amostra total como nos diferentes escalões.

De um modo geral, os aspectos identificados como principais fontes de ameaça pelos atletas foram "Não atingir um objectivo importante na minha carreira" (M = 3.62), "Não corresponder ao que algumas pessoas esperam de mim (treinadores, colegas, amigos, familiares)" (M = 3.29), "Poder falhar ou cometer erros em momentos decisivos" (M = 3.06), "Não ter o rendimento que quero ou pretendo ter" (M = 2.90), e por fim, "Pôr em causa a imagem que tenho de mim próprio como um atleta capaz" (M = 2.69).

Quadro 2 - Ordenação das principais "fontes" de stress (itens da escala de percepção de ameaça) por escalão competitivo

Item	M	DP	Ranking
Amostra total			
5 Não atingir um objectivo importante na minha carreira	3.62	1.37	1
7 Não corresponder ao que algumas pessoas esperam de mim (treinadores, colegas, amigos, familiares)	3.29	1.13	2
6 Poder falhar ou cometer erros em momentos decisivos	3.06	1.29	3
1 Não ter o rendimento que quero ou pretendo ter	2.90	1.17	4
3 Pôr em causa a imagem que tenho de mim próprio como um atleta capaz	2.69	1.29	5
4 Perder a aprovação ou o respeito de alguém que é importante para mim	2.52	1.37	6
8 Poder sofrer lesões graves	2.49	1.41	7
9 Poder ver a minha imagem exposta na NET/redes sociais	2.10	1.14	8
2 Parecer incompetente face aos outros	1.99	0.99	9
Sub14 (N= 23)			
5 Não atingir um objectivo importante na minha carreira	3.22	1.48	1
6 Poder falhar ou cometer erros em momentos decisivos	2.91	1.54	2
1 Não ter o rendimento que quero ou pretendo ter	2.74	1.32	3
Sub15 (N= 23)			
5 Não atingir um objectivo importante na minha carreira	3.96	1.26	1
7 Não corresponder ao que algumas pessoas esperam de mim	3.65	1.23	2
1 Não ter o rendimento que quero ou pretendo ter	3.04	1.46	3
Sub16 (N=20)			
5 Não atingir um objectivo importante na minha carreira	3.25	1.52	1
6 Poder falhar ou cometer erros em momentos decisivos	3.20	1.06	2
7 Não corresponder ao que algumas pessoas esperam de mim	3.05	0.95	3
Sub17 (N= 18)			
5 Não atingir um objectivo importante na minha carreira	3.96	1.26	1
6 Poder falhar ou cometer erros em momentos decisivos	3.17	1.15	2
1 Não ter o rendimento que quero ou pretendo ter	3.06	1.09	3
Sub19 (N= 19)			
5 Não atingir um objectivo importante na minha carreira	3.84	1.07	1
7 Não corresponder ao que algumas pessoas esperam de mim	2.53	1.12	2
4 Perder a aprovação ou o respeito de alguém que é importante para mim	3.05	1.39	3

Predição das estratégias de regulação emocional

Para calcular, de entre as dimensões psicológicas avaliadas, aquelas que melhor predizem as estratégias de regulação emocional utilizadas pelos atletas, realizaram-se análises de regressão múltipla "stepwise" separadas para cada estratégia de regulação emocional (ver Quadro 3).

Para a predição da estratégia de focalização na tarefa, o modelo da regressão que melhor predizia o recurso a esta estratégia, incluía a luta pela perfeição como a única variável significativa, explicando 4% da variância dos níveis de focalização da tarefa. Relativamente à redução da tensão, a luta pela perfeição e o auto-controlo contribuíram significativamente para a explicação de 17% da sua variância. A ansiedade e a percepção de ameaça contribuíram e explicavam significativamente 13% da variância da utilização da reavaliação da importância como estratégia de regulação emocional. Por sua vez, para a predição do pensamento desejoso, a percepção de ameaça, a pressão do treinador para ser perfeito e o auto-controlo contribuíram e explicavam significativamente 18% da sua variância. A variância da utilização da auto-culpabilização é explicada pelo traço de ansiedade, num total de 4%. A luta pela perfeição e a pressão parental contribuíram e explicavam significativamente 12% da variância dos "scores" da estratégia de congruência dos objectivos. Na predição da estratégia de agência pessoal "entram" apenas os objectivos de orientação para o ego como variável preditora, explicando 6% da sua variância. Por fim, a eficácia na resolução de problemas é predita pela luta pela perfeição e pelos níveis de auto-controlo, que contribuíram e explicavam significativamente 20% da sua variância.

Quadro 3 - Análises de Regressão Múltipla "Stepwise": Preditores das estratégias de regulação emocional

Variável (por ordem de entrada)	R ²	R ² Adj	Coefficiente $\hat{\beta}$ estandardizado	F	P
Focalização na tarefa					
1. Luta pela perfeição	.05	.040	.222	5.25	.024
Redução da tensão					
1. Luta pela perfeição	.12	.112	.278	13.93	.000
2. Auto-controlo	.19	.174	.271	11.72	.000
Reavaliação da importância					
1. Ansiedade	.10	.093	.236	11.48	.001
2. Percepção de ameaça	.15	.133	.234	8.81	.000
Pensamento desejoso					
1. Percepção de ameaça	.12	.114	.272	14.16	.000
2. Pressão treinador para ser perfeito	.17	.156	.217	10.41	.000
3. Auto-controlo	.21	.183	-.194	8.63	.000
Auto-culpabilização					
1. Ansiedade	.05	.042	.226	5.43	.022
Congruência dos objectivos					
1. Luta pela perfeição	.09	.077	.260	9.57	.003
2. Pressão parental	.14	.123	-.235	8.18	.001
Agência pessoal					
1. Objectivos orientados para o ego	.07	.058	-.259	7.27	.008
Eficácia na resolução de problemas					
1. Luta pela perfeição	.15	.142	.322	17.94	.000
2. Auto-controlo	.21	.198	.259	13.59	.000

CONCLUSÕES

Partindo de modelos conceptuais e teóricos no domínio das emoções, motivações e cognições, desenvolvidos em diversos contextos de realização (e.g., desporto, educação), o presente estudo procurou descrever e perceber, a par de quais as principais fontes de ameaça na competição desportiva, quais as variáveis disposicionais (tipo traço) predictoras das estratégias de regulação emocional utilizadas durante a competição desportiva, em jovens atletas.

Relativamente ao papel da avaliação da ameaça na competição desportiva, os dados confirmam estudos anteriores (e.g., Barbosa & Cruz, 1997; Cruz, 1996b; Dias et al., 2010; Dias et al., 2012) no que se refere às principais fontes de stress e percepção de ameaça na competição desportiva: "Não atingir um objectivo importante na minha carreira", "Não corresponder ao que algumas pessoas esperam de mim (treinadores, colegas, amigos, familiares)", "Poder falhar ou cometer erros em momentos decisivos", "Não ter o rendimento que quero ou pretendo ter", e por fim, "Pôr em causa a imagem que tenho de mim próprio como um atleta capaz". O presente estudo facultou, assim, informação importante relativa à qualidade e à quantidade da percepção de ameaça de jovens atletas talentosos ("o que está em jogo numa competição desportiva"). Os conteúdos reconhecidos como sendo os mais importantes na percepção de ameaça (as preocupações com o rendimento, com o alcance dos objectivos e com o self – preocupações de auto-apresentação) foram identificados, o que sugere a vantagem da combinação de diferentes abordagens teóricas.

Este estudo evidencia, também, que diferentes processos e factores de natureza cognitiva, motivacional e emocional estão envolvidos de forma diferencial nas estratégias de regulação emocional utilizadas pelos jovens atletas. De facto, enquanto a luta pela perfeição parece ser um bom preditor (positivo) do uso de estratégias de focalização na tarefa, redução da tensão, congruência dos objectivos, e eficácia na resolução de problemas, a percepção de ameaça parece estar mais associada (positivamente) ao recurso à reavaliação da importância e ao pensamento desejoso. Por sua vez, o auto-controlo parece ser um preditor positivo do recurso a estratégias de redução da tensão e um preditor negativo da utilização de estratégias de pensamento desejoso. A emoção de ansiedade mostrou ser um preditor (positivo) da auto-culpabilização e da reavaliação da importância da situação. Estes dados, embora não possuam estudos equivalentes no domínio desportivo, parecem ter algum apoio da investigação realizada no domínio académico (e.g., Schutz et al., 2000; Pekrun et al., 2006; Stoeber et al., 2008).

Uma implicação deste estudo prende-se com a necessidade crescente de estudar junto dos "melhores sob pressão" (Cruz, 1996) os processos de regulação emocional durante a competição desportiva em contextos ecologicamente validados, um aspecto que tem vindo a ser negligenciado no estudo das emoções no desporto (e.g., Stanley, Lane, Beedie, Friesen, & Devonport, 2012; Woodman, Davis, Hardy, Callow, Glasscock, & Yuill-Proctor, 2009). No entanto, refiram-se aqui algumas limitações da presente investigação. Em primeiro lugar a sua natureza transversal (e exploratória), bem como o recurso exclusivo a medidas de auto-relato. De facto, o estudo de emoções, como a raiva e a ansiedade, podem proporcionar o uso de medidas mais objectivas de comportamento (e.g., observação de comportamentos, "marcadores" e índices fisiológicos ou bioquímicos). Associada a esta limitação surge uma outra, relacionada com o facto de se ter recorrido exclusivamente a medidas do tipo traço e análises inter-individuais. Com efeito, o estudo das experiências emocionais envolve processos necessariamente contínuos e dinâmicos, e muito frequentemente não-lineares (Schutz et al., 2004). Apesar disso, este estudo e estes dados, ainda que exploratórios, fornecem alguma evidência para apoiar algumas hipóteses das mais recentes abordagens ao estudo das emoções e da regulação emocional em contextos desportivos, mas também para a importância dos processos de avaliação cognitiva da competição, nomeadamente, da percepção de ameaça e desafio na competição desportiva (Dias, Cruz, & Fonseca, 2011; Jones, Meijen, McCarthy, & Sheffield, 2009; Skinner & Brewer, 2004; Tatcher & Day, 2008).

Neste sentido, tal como sugerido por Cruz (1996, p.221), o que este estudo parece encorajar fortemente é a necessidade e as vantagens de investigar, futuramente, o comportamento desportivo e os processos de avaliação cognitiva e regulação emocional "ao longo de um ciclo de realização" que envolve várias e diferentes etapas e, mais concretamente, "nos diferentes momentos de antecipação da competição, da preparação para a competição, durante a competição e uma fase de reacção posterior".

AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi apoiado, em parte, pela Fundação Nacional para a Ciência e Tecnologia (Ministério da Educação e Ciência) no âmbito da bolsa SFRH/BD/82596/2011.

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

Manuela Amaral, manuela.sd.amaral@gmail.com;

José Fernando Cruz, Universidade do Minho, Escola de Psicologia (EPSI), jcpsium@gmail.com.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, L., & Freire, T. (2004). *Metodologia da investigação em psicologia e educação*. Braga: Psiquilíbrios.
- Barbosa, L. G., & Cruz, J. F. (1997). Estudo do stress, da ansiedade e das estratégias de confronto psicológico no andebol de alta competição. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 3, 523-548.
- Cleary, T., & Zimmerman, B. (2001). Self-regulation differences during athletic practice by experts, non-experts and novices. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 185-206.
- Cruz, J. (1996a). Stress, ansiedade e competências psicológicas nos atletas de elite e de alta competição: Um estudo da sua relação e impacto no rendimento e no sucesso desportivo. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 1, 161-192.
- Cruz, J. (1996b). *Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva*. Braga: Centro de Estudos em Educação e Psicologia, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- Cruz, J. (2008). *Avaliação da ansiedade, motivação e regulação emocional em contextos desportivos*. Manuscrito não publicado. Braga: Universidade do Minho.
- Cruz, J., & Barbosa, L. (1998). Stress, ansiedade e confronto psicológico na competição desportivas: Uma nova abordagem de natureza cognitiva, motivacional e relacional. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 3, 21-70.
- Cruz, J., & Gomes, R. (2007). *Escala de Ansiedade no Desporto -2*. Manuscrito não publicado. Braga: Universidade do Minho.
- Cumming, S., Smith, R., Smoll, F., Standbage, M. & Grossbard, J. (2008). Development and validation of the achievement goal scale for youth sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 686-703.
- Davis, H.A., DiStefano, C., & Schutz, P.A. (2008). Identifying patterns of appraising tests in first-year college students: Implications for anxiety and emotion regulation during test taking. *Journal of Educational Psychology*, 100, 942-960.
- Dias, C., Cruz, J.F., & Fonseca, A.M. (2010). Coping strategies, multidimensional competitive anxiety and cognitive threat appraisal: Differences across sex, age and type of sport. *Serbian Journal of Sports Sciences*, 4, 23-31.
- Dias, C., Cruz, J.F., & Fonseca, A.M. (2011). Ansiedad, percepción de amenaza y estrategias de afrontamiento en el deporte: diferencias individuales en el rasgo de ansiedad. *Ansiedad y Estrés*, 17, 1-13.
- Dias, C., Cruz, J.F., & Fonseca, A.M. (2012). The relationship between multidimensional competitive anxiety, cognitive threat appraisal, and coping strategies: A multi-sport study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, doi:10.1080/1612197x.2012.64513.

- Dunn, J., Dunn, J., & Syrotuik, D. (2002). Relationship between multidimensional perfectionism and goal orientations in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 376-395.
- Frijda, N. (1988). The laws of emotions. *American Psychologist*, 43(5), 394-358.
- Gross, J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Gross, J. (2008). Emotion and emotion regulation. Personality processes and individual differences. In John, O., Robins, R., & Pervin, L. (Eds) *Handbook of Personality: Theory and Research*. New York: Guilford Press.
- Holt, N.L., & Dunn, J.G. (2004). Toward a grounded theory of the psychosocial competencies and environmental conditions associated with soccer success. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16, 199-219.
- Jones, M.V., Meijen, C., McCarthy, P.J., & Sheffield, D. (2009). A theory of challenge and treath states in athletes. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2, 161-180.
- Lazarus, R. (1999). Hope: An emotion and vital coping resource against despair. *Social Research*, 66, 653-678.
- Lazarus, R. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229- 252.
- Nicholls, A. R. and Polman, R. C. J. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 25, 11-31.
- Oschner, K., & Gross, J. (2006). The neural architecture of emotion regulation. In Gross, J. (Eds). *The Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guildford Press.
- Pekrun, R., Elliot, A., & Maier, M. (2006). Achievement goals and discrete achievement emotions: A theoretical model and prospective test. *Journal of Educational Psychology*, 98, 583-597.
- Sagar, S., Lavalle, D., & Spary, C. (2009). Coping with the effects of fear of failure: A preliminary investigation of young elite athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 3, 73-98.
- Schutz, P., & Davis, H. (2000). Emotions and self-regulation during test-taking. *Educational Psychologist*, 35, 243-256.
- Schutz, P., DiStefano, C., Benson, J., Davis, H. (2004). The emotional regulation during task-taking scale. *Anxiety, Stress and Coping*, 17, 253-269.
- Skinner, N., & Brewer, N. (2004). Adaptive approaches to competition: Challenge appraisals and positive emotions. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 283-305.
- Smith, R., Smoll, F., Cumming, S. & Grossbard, J. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The sport anxiety scale – 2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 479-501.
- Stanley, D.M., Lane, A.M., Beedie, C.J., Friesen, A.P., & Devemport, T.J. (2012). Emotion regulation strategies used in the hour before running. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 159-171.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295-319.
- Stoeber, J., & Rennert, D. (2008). Perfectionism in school teachers: Relations with stress, appraisals, coping styles, and burnout. *Anxiety, stress & Coping*, 21, 37-53.
- Stoeber, J., Kempe, K., & Keogh, K (2008). Facets of self-oriented and socially prescribed perfectionism and feeling of pride, shame, and guilt following success and failure. *Personality and Individual Differences*, 44, 1506-1516.
- Stoeber, J., Otto, K., Pescheck, E., Becker, C., & Stoll, O. (2007). Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfection and negative reactions to imperfection. *Personality and Individual Differences*, 42, 959-969.

- Stoeber, J., Stoll, O., Pescheck, E., & Otto, K. (2008). Perfectionism and achievement goals in athletes: Relations with approach and avoidance orientations in mastery and performance goals. *Psychology of Sport and Exercise, 9*, 102-121.
- Thatcher, J., & Day, M. (2008). Re-appraising stress appraisals: The underlying properties of stress in sport. *Psychology of Sport & Exercise, 9*, 318-335.
- Woodman, T., Davis, P. A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I., & Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and sport performance: An exploration of happiness, hope and anger. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 31*, 169-188.

Emoções, avaliações cognitivas e coping: Estudo de caso no futebol de formação

Rui Ribeiro¹, Cláudia Dias¹, José Fernando Cruz², Nuno Corte-Real¹ & António Fonseca¹

1. Centro de Investigação, Formação, Inovação e Intervenção em Desporto, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto

2. Centro de Investigação em Psicologia, Escola de Psicologia, Universidade do Minho

Resumo: O presente trabalho teve como objectivo analisar a frequência de relatos e intensidade das emoções de jogadores de futebol, e a relação dessas emoções com as suas avaliações cognitivas de ameaça e desafio e estratégias de *coping*. Participaram neste estudo 14 atletas com idades entre 17 e 19 anos. Os participantes preencheram a Escala de Avaliação Cognitiva da Competição – Percepção Ameaça e Desafio, o Inventário de Emoções no Desporto V-2 e o *Brief COPE*. Os resultados mostraram que a emoção relatada com mais frequência, a esperança, foi também aquela sentida com mais intensidade, enquanto a menos relatada, a vergonha, foi sentida com menos intensidade. Verificou-se que as emoções com conotação negativa tendiam a associar-se negativamente com a percepção de desafio e com as estratégias de *coping* de reavaliação positiva e *coping* activo, por outro lado, as emoções com conotação positiva apareciam positivamente associadas às estratégias de *coping* de autodistração e autoculpabilização.

Palavras-chave: Emoções; Avaliações Cognitivas; Coping; Futebol.

INTRODUÇÃO

O desporto tem sido, desde sempre, considerado um contexto de realização significativo para crianças e adolescentes, influenciando o seu desenvolvimento em termos sociais e cognitivos, mas também gerando pressões acrescidas de realização e performances desportivas, que potenciam igualmente o aumento dos níveis de *stress* e ansiedade (Sagar, Lavalle, & Spray, 2007). Além disso, a natureza competitiva do desporto pode criar situações cada vez mais exigentes para os atletas a nível físico e psicológico (Cerin, Szabo, Hunt, & Williams, 2000; Crocker & Graham, 1995).

Na continuidade da Teoria das Emoções de Lazarus, em Portugal, Cruz (1996) sugeriu uma nova abordagem cognitiva, motivacional e relacional ao estudo do *stress* e da ansiedade em contextos desportivos, que tem por base precisamente este modelo de Lazarus (1991a,b), e que pretendeu contribuir para uma melhor compreensão de fenómenos emocionais como o *stress* e a ansiedade experienciados por atletas envolvidos em actividades e competições desportivas. Esta nova abordagem apresenta variáveis antecedentes do processo de avaliação cognitiva que interagem de forma a produzir significados da transacção entre o indivíduo e o contexto (Lazarus, 1991c; Cruz & Barbosa, 1998). As variáveis ambientais representam as situações inesperadas do ambiente que o atleta tem que enfrentar e, por sua vez, as variáveis individuais são características da personalidade que permitem ao atleta perceber, pensar e responder de forma emocional e comportamental, bem como os valores e as crenças sobre o mundo e o próprio, que foram adquiridas ao longo do desenvolvimento, representam as principais características individuais (Lazarus, 1991c). A novidade, proximidade e incerteza de uma situação ocorrer são, igualmente, factores antecedentes que podem condicionar o processamento de informação (Cruz & Barbosa, 1998). Os processos de avaliação cognitiva e as estratégias de *coping* representam os processos mediadores deste modelo (Lazarus, 1991c).

A avaliação cognitiva concentra-se no significado pessoal da situação, na forma como afecta as avaliações posteriores e desempenha um papel necessário e suficiente no

desenvolvimento das experiências emocionais. A avaliação cognitiva representa, assim, um passo fundamental no processo de *coping*, uma vez que é necessário que o atleta interprete um acontecimento como importante para si e para o seu bem-estar (Cruz & Barbosa, 1998; Gan & Anshel, 2006). No que diz respeito à nomenclatura da avaliação cognitiva, esta caracteriza-se por dois tipos de avaliação, a primária e a secundária (Nicholls, Jones, Polman, & Borkoles, 2009). A avaliação primária refere-se à avaliação da importância que um evento, especificamente o jogo de futebol, tem para a própria pessoa. Se uma situação é percebida como *stressante*, há quatro possíveis avaliações. A ameaça, que se refere a danos ocorridos no passado, o dano que se relaciona ao estrago que já ocorreu, o desafio que ocorre quando um indivíduo percebe a situação como exigente, mas possível de superar. Finalmente, o benefício diz respeito a um indivíduo que percebe que há um potencial ganho em relação a uma situação. Normalmente, as avaliações primárias tidas como dano ou ameaça são indicativas de estados emocionais negativos percebidos como prejudiciais à performance e as avaliações tidas como benefício ou desafio estão associadas a estados emocionais positivos percebidos como benéficos à performance (Bolgar, Janelle, & Giacobbi, 2008; Jones, Meijen, McCharty, & Sheffield, 2009; Skinner & Brewer, 2004). A avaliação secundária representa uma avaliação das estratégias de *coping* que os indivíduos têm ao seu dispor, tendo em conta a situação *stressante* que enfrentaram. Assim, o que define o sucesso na competição está relacionado, em parte, com a forma como os atletas lidam psicologicamente com a exigência da competição (Barbosa & Cruz, 1997; Jones, Meijen, McCharty, & Sheffield, 2009). Contudo, ainda pouco é conhecido acerca da forma como os jovens atletas lidam com o *stress* associado ao seu envolvimento na competição desportiva (Crocker & Isaak, 1997).

Para Lazarus e Folkman (1984, pp. 141) o *coping* é definido “por esforços cognitivos e comportamentais em constante mudança para gerir exigências internas e/ou externas específicas que são avaliadas como ou excedendo os recursos da pessoa”. Dias (2005, p. 276) afirma que “estas estratégias podem atenuar ou agravar o impacto do *stress*, dependendo de serem adaptativas e funcionais ou, pelo contrário, desadaptativas e disfuncionais”. No entanto, as estratégias de *coping* que são eficazes para um atleta podem não ser eficazes para outro atleta na mesma situação (Ntoumanis, Edmunds, & Duda, 2009). No que se refere à nomenclatura do *coping* este pode ser focado: (a) nas emoções, quando se refere ao controlo da experiência emocional associada ao sucesso e ao fracasso. Este estilo de *coping* envolve o controlo emocional, a procura de apoio noutros significados e a manutenção da confiança, em que o sentimento de sucesso promove sentimentos positivos e aumenta a motivação após o fracasso (Lazarus, 1991b); (b) no problema e na sua resolução, quando envolve planos e acções para modificar a relação actual entre o atleta e o contexto, ao agir directamente sobre o ambiente (Lazarus, 1991b); e (c), adicionalmente, no “evitamento”, ou acto de evitar, quando o atleta tenta libertar-se mentalmente e fisicamente de situações *stressantes* (Krohne, 1993).

No domínio psicológico, a investigação das emoções no desporto tem recebido mais atenção nos últimos anos, quer no que concerne à investigação, quer à prática, com uma forte ênfase na performance e bem-estar (Adie, Duda, & Ntoumanis, 2008; Hanin, 2000). Apesar das emoções negativas serem as mais abrangidas pela investigação na psicologia em geral, bem como na psicologia do desporto (Lundqvist & Kenttä, 2010), fundamentado, em parte, pelo domínio das medidas desenvolvidas para aceder às emoções negativas experienciadas pelos atletas (Jones, Lane, Bray, & Uphill, 2005), defendemos plenamente o alargamento do espectro de emoções. É cada vez mais evidente o papel das emoções positivas, nomeadamente pelo facto de ajudarem a restaurar as fontes de *coping* (Folkman, 2008). Daí o amplo leque de emoções que considerámos neste estudo, pois acreditámos que uma análise mais vasta desta temática poderá promover uma compreensão mais aprofundada da influência de diferentes emoções no rendimento e comportamento desportivo dos atletas (Cerin, 2003; Cruz, Matos, & Ferreira, 2006; Dias, 2005; Dias, Cruz, & Fonseca, 2009; Martinent & Ferrand, 2009; Woodman et al., 2009).

Sendo o desporto e o futebol, em particular, um contexto propício à activação de um conjunto diverso de emoções distintas, ou seja, com uma complexidade emocional (Cruz, 1996; Hanin, 2000; Lazarus, 2000), pretendemos analisar a frequência de relatos e intensidade das emoções de jogadores de futebol, e a relação dessas emoções com as suas avaliações cognitivas de ameaça e desafio e estratégias de coping.

METODOLOGIA

Participantes

Os sujeitos deste estudo foram 14 atletas de futebol, do sexo masculino, participantes no Campeonato Nacional de Juniores A, com idades entre os 17 e os 19 anos ($M = 18.35 \pm 0.71$) e com uma prática competitiva entre os 6 e os 13 anos ($M = 9.71 \pm 2.05$).

Instrumentos

Brief COPE

Este instrumento foi traduzido e adaptada para a língua portuguesa por Cruz (2003b), tendo por base o *Brief COPE* (Carver, 1997), uma versão abreviada do COPE Inventory (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989). A versão abreviada compreende apenas 28 itens, respondidos numa escala numa escala *Likert* de 4 pontos (1=*Nunca utilizo esta estratégia*; 4=*Utilizo muitas vezes esta estratégia*), divididos por 14 sub-escalas (dois itens por escala): autodistração; coping activo; negação; uso de substâncias; apoio emocional; apoio instrumental; desinvestimento comportamental; ventilação; reavaliação; planeamento; humor; aceitação; religião; e auto-culpabilização.

Escala de Avaliação Cognitiva da Competição – Percepção de Ameaça/Percepção de Desafio (EACC-PA/PD)

Trata-se de uma escala desenvolvida por Cruz (1996), destinada a avaliar o estilo geral de avaliação cognitiva primária ou, por outras palavras, a analisar “o que está em jogo” na competição desportiva, na perspectiva de cada atleta, e que os leva a interpretar uma situação como uma ameaça ou como um desafio (Cruz, Matos & Ferreira, 2006). A EACC-PA/PD é uma adaptação de instrumentos similares desenvolvidos e aplicados por Lazarus e colaboradores noutros contextos (Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus, 1991b) e pode ser aplicada na versão traço ou estado. No presente estudo recorremos unicamente à versão estado. Na versão original, a escala “percepção-ameaça” inclui oito itens, tendo sido adicionados, para efeitos do presente estudo, dois itens nesta dimensão e tendo sido desenvolvida uma nova subescala de oito itens, designada “percepção-desafio”, com o objectivo de observar até que ponto os atletas percebem a competição desportiva como positiva e desafiadora, representando uma oportunidade para pôr à prova suas capacidades desportivas. Assim, a versão final da escala foi representada por dezoito itens, respondidos num formato tipo *Likert* de cinco pontos, entre 1 (=não se aplica) e 5 (=aplica-se muito), sendo possível extrair dois scores (percepção de ameaça e percepção de desafio) que resultam da soma dos itens de cada uma das dimensões. Nesse sentido, valores mais elevados reflectem a tendência dos atletas de perceber a competição desportiva como mais ameaçadora e desafiante.

Inventário de Emoções no Desporto – V2 (IED)

Uma primeira versão deste instrumento procura avaliar as emoções pré-competitivas dos atletas e foi desenvolvido por Cruz (2003a), com base na teoria cognitivo-motivacional-relacional de Lazarus e colaboradores (Lazarus, 1991a; Lazarus & Folkman, 1984) e, mais concretamente, com a aplicação desta teoria ao contexto desportivo (Lazarus, 2000). Assim, neste instrumento é pedido aos atletas para classificarem, numa escala tipo *Likert* de 7 pontos (de 1=*Nada* a 7=*Muito*) até que ponto estão a experienciar, no momento do preenchimento, as oito emoções que Lazarus (2000) considerou relevantes no contexto desportivo: irritação/raiva, ansiedade, vergonha, culpa, esperança, alívio, felicidade/alegria e orgulho (ver Dias, 2005). No presente estudo foi usada uma segunda versão deste

instrumento que incluía a avaliação de mais duas emoções relevantes em contextos de realização: o desânimo e o desespero.

Outros Instrumentos

Aos questionários pré-competitivos foram acrescentados dois itens, operacionalizados numa escala de 1 (=muito fácil) a 7 (=muito difícil) que pretendiam avaliar (para controlo), a dificuldade e importância percebidas pelo atleta acerca do jogo que se aproximava. Os jogos foram percebidos pelos atletas com níveis altos de dificuldade e importância ($M = 6.59 \pm 0.46$).

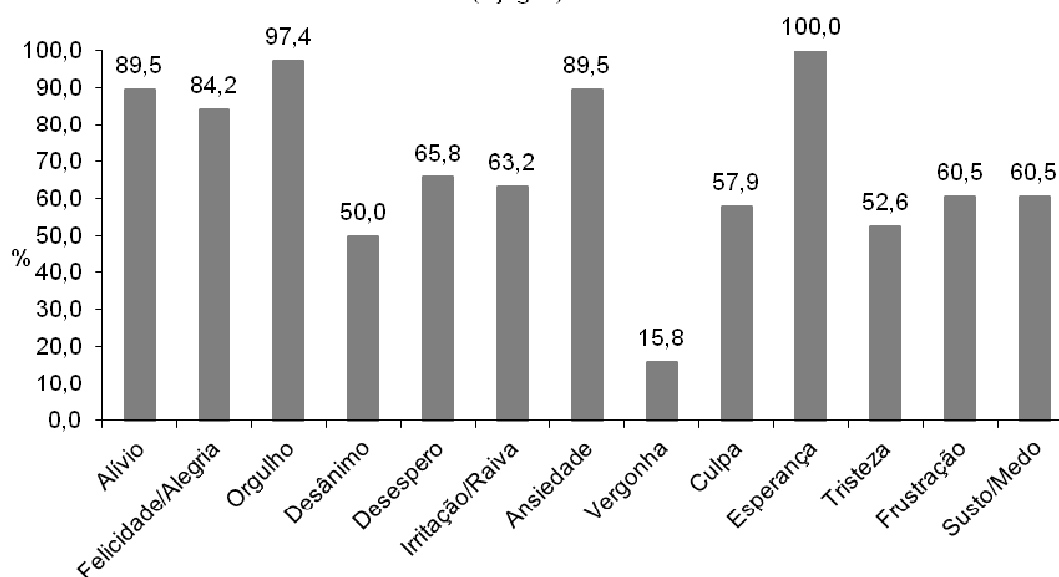
Procedimentos de recolha e análise de dados

A aplicação dos instrumentos psicológicos foi sempre realizada pelo autor do trabalho, simultaneamente coordenador do clube. Os dados foram recolhidos em vários momentos, nos dias dos jogos (medidas tipo estado), pré-competição (EACC-PA/PD), pós-competição (IED), e dois meses antes dos jogos (medidas tipo traço – Brief COPE). Foram seleccionados três jogos, dois foram realizados “em casa” e um no campo adversário, com o resultado de duas vitórias (“casa” e campo adversário) e uma derrota (“casa”). Foi assegurado a total confidencialidade dos dados recolhidos e o seu uso apenas para efeitos de investigação. Para além de estatísticas descritivas, recorreu-se a análises de correlação, utilizando-se para o efeito os procedimentos disponíveis no programa SPSS (versão 18). Para as estatísticas descritivas recorreremos à média e à frequência. Para a análise de correlações recorreremos aos coeficientes de correlação de Spearman.

RESULTADOS

Uma das principais questões neste estudo pretendia analisar a frequência com que as diferentes emoções (positivas e negativas) eram experienciadas na competição juvenil. Para o efeito calculou-se o número de emoções relatadas com valor superior a 1 (=Nunca, na escala de intensidade). Como se ilustra no Gráfico 1, alívio, orgulho, felicidade/alegria, esperança, e a ansiedade, foram as emoções mais frequentemente relatadas pelos atletas (mais de 75% das ocorrências). De realçar a emoção esperança, com um relato de 100% nas ocorrências nos 3 jogos. Pelo contrário, a tristeza, o desânimo e a vergonha foram sentidas menos vezes. Apenas esta última, a vergonha, foi relatada em menos de metade das ocorrências (15,8%).

Gráfico 1 - Frequência de relatos/experiências de emoções positivas e negativas (3 jogos) *



*Nº de vezes que a emoção foi experienciada (relatada)

No Gráfico 2 pode ver-se ainda melhor a frequência das emoções sentidas em cada um dos três jogos disputados. Dois aspectos desta análise referem-se à maior frequência das emoções de orgulho, a esperança, o alívio e a ansiedade, independentemente do resultado do jogo (V=Vitória; D=Derrota); e também o facto de, entre estas, a esperança ser a mais frequentemente relatada por todos os atletas em todos os jogos. Um outro aspecto a referir tem a ver com o facto de com a excepção das emoções de ansiedade, desespero, culpa, susto/medo e vergonha, de um modo geral na derrota as emoções negativas eram as mais frequentemente relatadas, enquanto as emoções positivas pareciam ocorrer frequentemente mesmo no jogo em que a equipa foi derrotada, ainda que na emoção felicidade/alegria a sua ocorrência estivesse na ordem dos 53,8%. Já no que se refere à intensidade, para além da já citada maior intensidade das emoções de orgulho e esperança, irritação/raiva e ansiedade (em termos médios para o total dos registos), é de notar que as menos intensamente relatadas foram as de vergonha, tristeza e susto/medo (Gráfico 3).

O Gráfico 4 também permite ver melhor os níveis de intensidade das emoções sentidas em cada um dos três jogos. De salientar o "perfil" distinto nos jogos ganhos (com as quatro emoções positivas a atingirem a sua intensidade máxima), comparativamente ao jogo perdido no qual algumas emoções negativas, com excepção da ansiedade, do susto/medo, da culpa, e da vergonha foram sempre mais intensamente sentidas. Um dado relevante parece ser também o facto de os níveis de ansiedade e de vergonha serem muito próximos no decurso dos três jogos.

Gráfico 2 - Frequência de relatos/experiência de emoções positivas e negativas para cada jogo

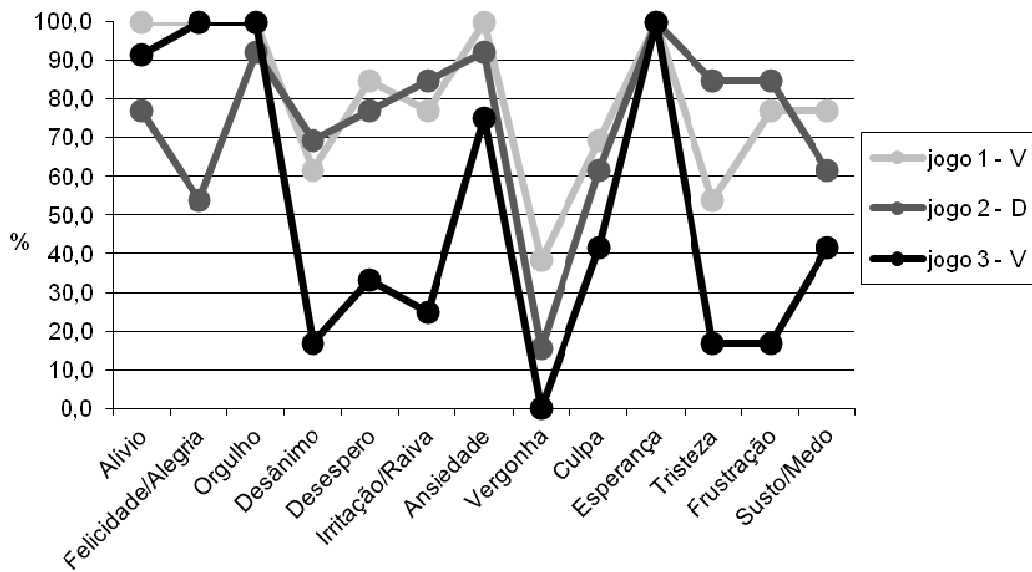


Gráfico 3 - Intensidade Emocional (3 jogos)

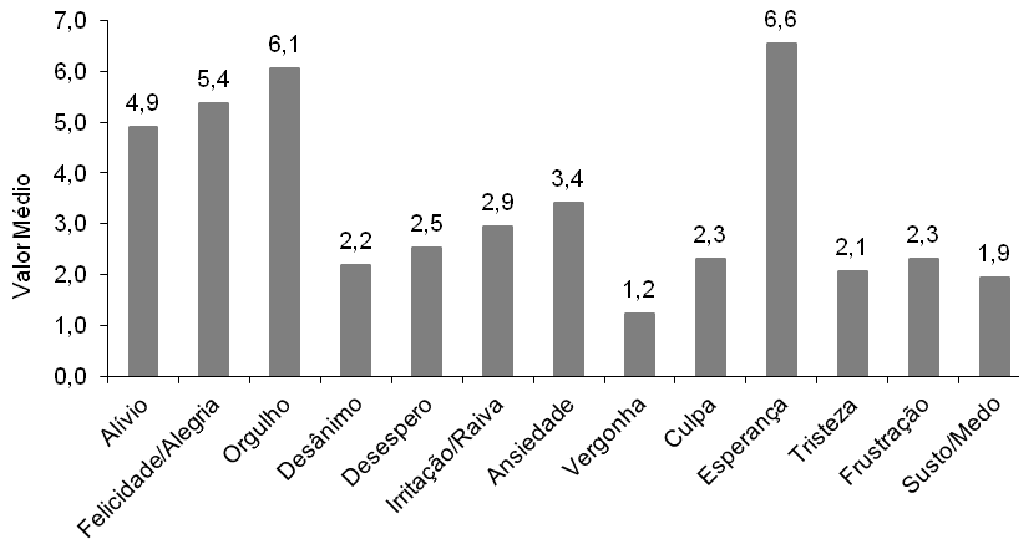
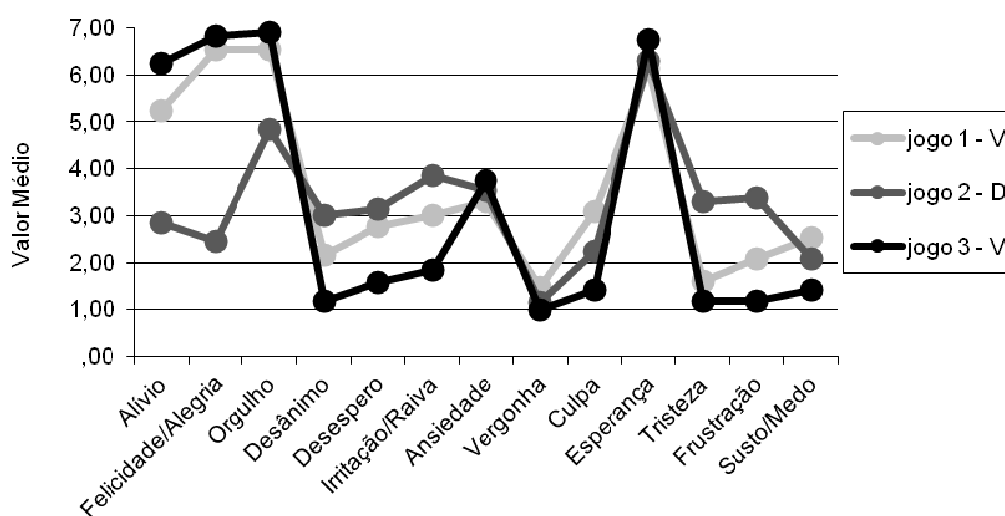


Gráfico 4- Intensidade Emocional para cada jogo



O Quadro 1 permite analisar as correlações do coping, dos estados de percepção de ameaça e desafio com as emoções. Deste quadro, podem também reter-se os dados mais importantes: (a) as correlações positivas e significativas da percepção de desafio (tipo estado) com algumas estratégias de coping, concretamente o coping activo, apoio emocional, reavaliação positiva e humor, e a emoção de orgulho; (b) as correlações negativas e significativas entre a percepção de desafio (tipo estado) e algumas emoções, nomeadamente o desespero, o desânimo e a frustração; (c) a correlação positiva e significativa entre a percepção de ameaça (tipo estado) com o uso de substâncias; (d) as correlações negativas entre a estratégia coping activo e as emoções de desânimo e frustração; (e) a correlação positiva e significativa entre o coping activo e a emoção de orgulho; (f) as correlações negativas entre a reavaliação positiva e as emoções o desânimo, a vergonha e a frustração; (g) a correlação positiva e significativa entre o coping activo e a emoção de orgulho; (h) as correlações positivas e significativas entre a autculpabilização e as emoções susto/medo e orgulho; (i) a correlação positiva e significativa entre a ventilação e a emoção de ansiedade; e (j) as correlações positivas entre a autodistracção e as emoções de felicidade/alegria e orgulho.

Quadro 1 - Correlações do Coping, dos Estados de Percepção de Ameaça e de Desafio com as Emoções

Medidas	Emoções												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<i>Brief Cope</i>													
Autodistração	-.57	-.30	.14	-.55	-.03	-.33	-.58	-.50	.50	.02	.76**	.63*	-.13
Coping activo	-.62*	-.31	.12	.39	-.46	.23	-.54	-.76**	-.01	-.14	-.03	.73*	.34
Negação	.16	-.06	.14	.12	-.27	-.12	-.32	-.14	.13	-.28	.54	-.04	.12
Uso de substâncias	.02	-.04	.25	-.07	-.02	-.13	.02	-.23	.30	.01	.44	.23	-.06
Apoio emocional	-.40	-.23	.09	.59	-.33	.18	-.46	-.59	-.09	-.16	-.28	.58	.47
Apoio instrumental	-.24	.05	.20	.43	-.41	.35	-.37	-.52	-.08	-.29	-.12	.45	.16
Desinvestimento comportamental	.14	.04	.27	.22	-.19	-.24	-.51	-.29	.32	-.46	.53	.07	-.02
Ventiflação	.03	-.05	.54	.75**	-.43	-.06	-.29	-.12	-.01	-.65*	.16	.27	.41
Reavaliação positiva	-.62*	-.56	-.09	.01	-.85**	.02	-.56	-.81**	.01	-.03	.28	.73*	.50
Planeamento	-.57	-.29	-.10	.00	.06	.28	-.23	-.32	.39	.08	-.18	.51	-.11
Humor	-.56	-.26	-.07	-.15	.09	-.08	-.01	-.39	.44	.39	.07	.59	-.12
Aceitação	-.44	.01	.29	.38	-.24	.14	-.46	-.48	.07	-.38	-.07	.48	-.05
Religião	-.16	.14	.08	-.35	.11	.11	-.26	-.32	.16	-.16	.13	.10	-.50
Autoculpabilização	-.38	-.21	.17	-.05	-.12	.29	.20	-.25	.74**	.31	.43	.65*	-.17
Percepção Ameaça Estado	.28	.21	-.06	-.10	.02	.15	.04	-.06	.23	.10	.12	-.10	-.17
Percepção Desafio Estado	-.71*	-.61*	-.32	.06	-.49	.20	-.29	-.68*	.17	.42	-.05	.79**	.49

1 – Desânimo; 2 – Desespero; 3 – Irritação/Raiva; 4 – Ansiedade; 5 – Vergonha; 6 – Culpa; 7 – Tristeza; 8 – Frustração; 9 – Susfo/Medo; 10 – Alívio; 11 – Felicidade/Alegria;

12 – Orgulho; 13- Esperança

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

CONCLUSÕES

O presente estudo teve como objectivo analisar a frequência de relatos e intensidade das emoções de jogadores de futebol, e a relação dessas emoções com as suas avaliações cognitivas de ameaça e desafio e estratégias de *coping*. Os resultados obtidos, embora não suficientemente robustos por se tratar de uma amostra pequena, sugerem um impacto mais forte da percepção de ameaça e da percepção de desafio na competição (Cruz, Matos & Ferreira, 2006; Dias, 2005; Williams, Cumming, & Balanos, 2010).

Na exploração das diferentes emoções durante a competição desportiva emergiram alguns dos dados mais interessantes. Em primeiro lugar, a confirmação da complexidade emocional em contextos desportivos (Cerin, 2003; Cruz, 1996; Dias, 2005; Dias, Cruz, & Fonseca, 2009; Hanin, 2000; Lazarus, 2000; Martinent & Ferrand, 2009; Nicholls, Hemmings, & Clough, 2010; Sève, Ria, Poizat, & Durand, 2007; Woodman et al., 2009) pelas múltiplas variáveis psicológicas que interferem no atleta e o caracterizam. Um outro dado relevante refere-se à importância de um número bem maior de emoções com potencial impacto na prestação competitiva. Adicionalmente, outro dado relevante parece ser também o facto de os níveis de ansiedade e de vergonha não parecerem ser afectados pelo resultado dos jogos: os seus valores são muito próximos independentemente do resultado, o que não acontece com as outras emoções, sugerindo que a sua intensidade não depende do resultado obtido no jogo. Para além de emoções negativas (como a irritação/raiva ou desespero), este estudo comprovou que emoções como o orgulho, alívio e esperança ocupam um local central na investigação futura. A riqueza e profundidade da variedade emocional em contextos de desporto juvenil ficaram patentes.

No que diz respeito às associações entre as estratégias de *coping* e as emoções salienta-se uma maior tendência em associar de forma negativa e significativa as emoções com conotação negativa com as estratégias de *coping*, na qual a única excepção encontrada consiste na associação positiva e significativa da ansiedade com a ventilação. Por outro lado, as emoções com conotação positiva apareciam mais significativamente associadas a algumas estratégias de *coping*, o que já tinha sido verificado em estudos anteriores (Nicholls, Hemmings, & Clough, 2010), o que nos permite reforçar a importância das estratégias de *coping* na obtenção de emoções positivas durante o processo de lidar com um elemento *stressor*.

Visto que o estudo sugere que os atletas recorrem a um vasto leque de estratégias, quer centradas nas emoções quer centradas no processo, torna-se fundamental que os atletas sejam também treinados neste âmbito, como forma de promover a excelência no processo de *coping*, e adquiram melhores aptidões psicológicas para melhor lidarem com as situações stressantes das competições desportivas.

Outra das implicações é a necessidade de estudar mais aprofundadamente como é que uma emoção pode, simultaneamente e em conjugação (ou não) com outras, alterar de forma significativa o "rumo dos acontecimentos". Na sequência de estudos preliminares já referidos, o estudo das emoções terá também um lugar reservado na investigação futura. Sobretudo, e é um dado fascinante deste estudo, a riqueza emocional das emoções e uma melhor compreensão da sua natureza podem ajudar investigadores e treinadores a promoverem climas mais positivos e experiências emocionais mais enriquecedoras nos escalões de formação desportiva (Dias, 2005).

Que a emoção de ansiedade, isoladamente ou em combinação com outras, continua a ser uma emoção-chave para perceber os efeitos dos factores psicológicos no desempenho dos atletas, parecem não restar dúvidas. Torna-se necessário é explicar como encontrar formas e processos de regular e controlar não só esta emoção, mas também todas as outras que têm vindo a emergir na investigação mais recente (Bolgar, Janelle, & Giacobbi, 2008; Dias, 2005).

Algumas dúvidas e inconsistências nas análises realizadas poderiam ser resolvidas com estudos de metodologia qualitativa (Dias, Cruz, & Fonseca, 2009), de natureza longitudinal, mas sobretudo com o recurso a análises intra-individuais (Cerin, Szabo, Hunt, & Williams, 2000).

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

Rui Ribeiro, Centro de Investigação Formação Inovação e Intervenção em Desporto, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Rua Dr. Plácido Costa, 91, 4200-450 Porto, ruir85@gmail.com.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adie, J. W., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2008). Achievement goals, competition appraisals, and the psychological and emotional welfare of sport participants. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 302-322.
- Barbosa, L. G., & Cruz, J. F. (1997). Estudo do stress, da ansiedade e das estratégias de confronto psicológico no andebol de alta competição. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 2, 523-548.
- Bolgar, M. R., Janelle, C., & Giacobbi, P. R. (2008). Trait Anger, Appraisal, and Coping Differences Among Adolescent Tennis Players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20, 73-87.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief Cope. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Cerin, E. (2003). Anxiety versus Fundamental Emotions as Predictors of Perceived Functionality of Pre-Competitive Emotional States, Threat, and Challenge in Individual sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 223-238.
- Cerin, E., Szabo, A., Hunt, N., & Williams, C. (2000). Temporal patterning of competitive emotions: A critical review. *Journal of Sports Sciences*, 18, 605-626.
- Crocker, P. R. E., & Graham, T. R. (1995). Coping by Competitive Athletes With Performance Stress: Gender Differences and Relationships With Affect. *The Sport Psychologist*, 9, 325-388.
- Crocker, P. R. E., & Isaak, K. (1997). Coping during competitions and training sessions: Are youth swimmers consistent? *International Journal of Sport Psychology*, 28, 355-369.
- Cruz, J. F. (1996). *Stress, ansiedade e Rendimento da competição desportiva*. Braga: Centro de Estudo em Educação e Psicologia, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- Cruz, J. F. (2003a). *Inventário de Emoções no Desporto*, Braga: Universidade do Minho.
- Cruz, J. F. (2003b). *Brief Copeñ*, Braga: Universidade do Minho.
- Cruz, J. F., & Barbosa, L. (1998). Stress, ansiedade e confronto psicológico na competição desportiva: Uma nova abordagem de natureza cognitiva, motivacional e relacional. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 3, 21-70.
- Cruz, J. F., Matos, D. S., & Ferreira, M. (2006). *Escala de avaliação cognitiva da competição desportiva: Da percepção de ameaça à percepção de desafio no desporto*. Comunicação apresentada em XI Conferência Internacional - Avaliação Psicológica: Formas e Contextos, Braga: Universidade do Minho.
- Dias, C. (2005). *Do stress e ansiedade às emoções no Desporto: Da importância da sua compreensão à necessidade da sua gestão*. Braga: Cláudia Dias. Dissertação de apresentada à Universidade do Minho, Instituto de Educação e Psicologia.
- Dias, C., Cruz, J. F., & Fonseca, A. (2009). Emoções, stress, ansiedade e coping: estudo qualitativo com atletas de elite. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 9(1), 9-23.

- Folkman, S. (2008). The case for positive emotions in the stress process. *Anxiety, Stress, & Coping*, 21(1), 3-14.
- Gan, Q., & Anshel, M. H. (2006). Differences between elite and non-elite, male and female Chinese athletes on cognitive appraisal of stressful events in competitive sport. *Journal of Sport Behaviour*, 29(3), 213-228.
- Hanin, Y. L. (2000). *Emotions in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jones, M., Lane, A., Bray, S., & Uphill, M. C., J. (2005). Development and Validation of the Sport Emotion Questionnaire. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27, 407-431.
- Jones, M., Meijen, C., McCharty, P., & Sheffield, D. (2009). A Theory of Challenge and Threat States in Athletes. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2(2), 161-180.
- Krohne, H. W. (1993). Vigilance and cognitive avoidance as concepts in coping research. In H. M. Krohne (Ed.), *Attention and avoidance: Strategies for coping with aversives* (pp. 19-50). Seattle WA: Hogrefe & Huber.
- Lazarus, R. (1991a). Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, 46(4), 352-367.
- Lazarus, R. (1991b). Progress on cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist*, 46(8), 819-834.
- Lazarus, R. (1991c). *Emotion and Adaptation*. Oxford University Press.
- Lazarus, R. (2000). How Emotions Influence Performance in Competitive Sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229-252.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York.
- Lundqvist, C., & Kenttä, G. (2010). Positive Emotions Are Not Simply the Absence of the Negative Ones: Development and Validation of the Emotional Recovery Questionnaire (EmRecQ). *The Sport Psychologist*, 24, 468-488.
- Martinent, G., & Ferrand, C. (2009). A Naturalistic Study of the Directional Interpretation Process of Discrete Emotions During High-Stakes Table Tennis Matches. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 318-336.
- Nicholls, A. R., Jones, C. R., Polman, R. C. J., & Borkoles, E. (2009). Acute sport-related stressors, coping, and emotion among professional rugby union players during training and matches. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 19, 113-120.
- Nicholls, A. R., Hemmings, B., & Clough, P. J. (2010). Stress appraisals, emotions, and coping among international adolescent golfers. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20, 346-355.
- Ntoumanis, N., Edmunds, J., & Duda, J. L. (2009). Understanding the coping process from a self-determination perspective. *British Journal of Health Psychology*, 14, 249-260.
- Sagar, S., Lavalle, D., & Spray, C. (2007). Why young athletes fear failure: Consequences of failure. *Journal of Sports Sciences*, 25(11), 1171-1184.
- Sève, C., Ria, L., Poizat, G., & Durand, M. (2007). Performance-induced emotions experienced during high-stakes table tennis matches. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 25-46.
- Skinner, N., & Brewer, N. (2004). Adaptative approaches to competition: Challenge appraisals and positive emotion. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26, 283-305.
- Williams, J., Cumming, J., & Balanos, G. (2010). The Use of Imagery to Manipulate Challenge and Threat Appraisal States in Athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32, 339-358.
- Woodman, P., Davis, P. A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I., & Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and Sport Performance: An exploration of Happiness, Hope and Anger. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, 169-188.

Relação de estados emocionais pré-competitivos e competitivos com o rendimento objectivo e subjectivo de jovens futebolistas

Rui Ribeiro¹, José Fernando Cruz², Júlio Garganta¹, Cláudia Dias¹, Nuno Corte-Real¹ & António Fonseca¹

1. Centro de Investigação, Formação, Inovação e Intervenção em Desporto, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto

2. Centro de Investigação em Psicologia, Escola de Psicologia, Universidade do Minho

Resumo: O objectivo do estudo consistiu em explorar os estados emocionais pré-competitivos e competitivos e a sua relação com o rendimento no futebol, em jogadores com idades entre os 15 e 17 anos. Foram estudados 15 atletas antes e depois da participação em 4 jogos. Avaliou-se os estados de ansiedade e ameaça percebida pré-competitivas, as emoções experienciadas durante a competição e três medidas de rendimento dos atletas: duas subjectivas (atletas e treinador) e uma objectiva (observação). Os resultados sugerem que alguns estados emocionais pré-competitivos estão associados a diferentes níveis de rendimento: níveis de rendimento mais baixos associados significativamente a níveis mais elevados de ansiedade pré-competitiva (sobretudo ansiedade cognitiva) e à experiência e níveis mais intensos de emoções negativas, denotando um padrão emocional inverso associado a níveis elevados de rendimento: maior intensidade de emoções positivas e menor relato de emoções negativas durante a competição.

Palavras-chave: Ansiedade Competitiva; Percepção de Ameaça; Emoções; Rendimento Objectivo e Subjectivo; Futebol.

INTRODUÇÃO

É já um lugar comum considerar o rendimento desportivo como um fenómeno multidimensional ou multifactorial (Garganta, Maia & Marques 1996; Garganta, 1997). A multiplicidade de factores em jogo alicerça-se em quatro grandes categorias: física, técnica, táctica e psíquica ou psicológica. Estas quatro categorias formam, por sua vez, um sistema altamente complexo que se traduz nas acções de jogo, quer a nível individual, quer a nível colectivo. Como exemplo, uma acção, por parte de um jogador, é condicionada por uma interpretação que envolve uma decisão (dimensão táctica; Memmert, 2010) passível de ser influenciada pelas emoções sentidas no momento (Angie et al., 2011), uma acção ou habilidade motora (dimensão técnica; Ali, 2011) que exigiu determinado movimento (dimensão fisiológica; Stolen et al., 2005) e que foi condicionada e direccionada por estados volitivos e emocionais (dimensão psicológica; Van Yperen, 2009).

No domínio psicológico, a investigação do *stress* e da relação ansiedade-rendimento pode ser considerada uma das áreas que mais investigação tem originado (Hanin, 2000; Smith, Cumming & Grossbard, 2006).

Contudo, quando procuramos precisar a qualidade da sua relação deparamos com incertezas e limitações dos diversos estudos. Uma das principais razões diz respeito ao facto de a maioria dos estudos realizados ter-se centrado fundamentalmente numa emoção (a ansiedade), quando o “desporto constitui um domínio da actividade humana excepcionalmente apto para elicitar e gerar uma vasta gama de emoções” (Cruz, 1996, pp. 23). Sabendo-se que o fenómeno emocional como um todo pode constituir um factor fulcral na promoção ou prejuízo do rendimento individual ou colectivo – que pode não ser explicado unicamente, ou substancialmente, pela emoção da ansiedade – existe um certo consenso, na Psicologia do Desporto, acerca da necessidade de uma visão mais equilibrada da diversidade de emoções positivas e negativas experienciadas pelos atletas (Cruz, Matos & Ferreira, 2006a; Dias, 2005; Dias, Fonseca & Cruz, 2009). Tal é defendido, por

exemplo, pela teoria cognitiva-motivacional-relacional de Lazarus (1991a) quando analisada e aplicada para o âmbito desportivo (ver Cruz & Barbosa, 1998; Lazarus, 2000).

A investigação internacional sobre o papel das emoções positivas e negativas no rendimento desportivo, surgem cada vez mais frequentemente (Hanin & Syrja, 1995a, b). No entanto, os investigadores, de uma forma geral, têm devotado mais atenção ao estudo de emoções negativas, como a irritação/raiva, ou ansiedade ou tristeza, em detrimento do estudo das emoções positivas (Fredrickson, 2003). Esta autora compilou e enumerou uma série de razões que, na sua opinião, têm levado à escassa atenção dada às emoções positivas. Em primeiro lugar, crê que existe uma tendência natural para estudar algo que aflige o bem-estar humano. Além disso, as emoções positivas podem ser mais difíceis de estudar, pois são efectivamente em menor número que as negativas. Para esta investigadora, as taxonomias científicas das emoções básicas geralmente identificam uma emoção positiva para cada três ou quatro emoções negativas.

Assim, o alargamento do espectro de emoções na investigação psicológica no desporto tem sido defendido por vários autores: “é pouco provável que os atletas percepcionem as situações desportivas exclusivamente em termos de ameaças que geram uma resposta de ansiedade...” (Dias, 2005, pp. 5). Daí o vasto leque de emoções que considerámos neste estudo, pois uma análise mais aprofundada desta temática poderá promover uma compreensão mais aprofundada da influência de diferentes emoções no rendimento e comportamento desportivo dos atletas (Cruz et al., 2006a; Dias, 2005; Dias et al., 2009).

Neste sentido, o objectivo do estudo consistiu em explorar os estados emocionais pré-competitivos e competitivos e a sua relação com o rendimento no futebol.

METODOLOGIA

Participantes

Os sujeitos deste estudo foram 15 atletas de futebol, do sexo masculino, participantes no Campeonato Nacional de Juniores B, com idades entre os 15 e os 17 anos ($M = 15.7 \pm 0.65$).

Instrumentos

Escala de Avaliação Cognitiva da Competição – Percepção de Ameaça (EACC-PA)

É uma escala desenvolvida por Cruz (1996), que se destina a avaliar o estilo geral de avaliação cognitiva primária, ou seja, avaliar “o que está em jogo” na competição desportiva na perspectiva de cada atleta e que os leva a interpretar uma situação como uma ameaça (Cruz, Matos & Ferreira, 2006a). A EACC-PA é uma adaptação de instrumentos similares desenvolvidos e aplicados por Lazarus e colaboradores noutros contextos aplicados (Lazarus, 1991b; Lazarus & Folkman, 1984) e pode ser aplicada na versão traço ou estado. No presente estudo recorreremos à versão estado. Esta escala inclui oito itens respondidos, cada um deles, numa escala de 1 (=não se aplica) a 5 (=aplica-se muito). Assim, o score total da EACC-PA, resultante da soma dos valores atribuídos a cada item, pode variar entre um valor mínimo de 8 e um máximo de 40. Os scores mais elevados reflectem a tendência para percepcionar a competição desportiva como mais ameaçadora ou para percepcionar níveis mais elevados de ameaça ao ego, à auto-estima e ao bem-estar pessoal, gerados pela competição.

Inventário do Estado de Ansiedade Competitiva – 2 (IEAC-2)

É a tradução portuguesa do “Competitive State Anxiety Inventory-2” (CSAI-2) de Martens, Vealey e Burton (1990), traduzido e adaptada à língua portuguesa por Cruz & Viana (1993; Cruz et al., 2006b). O IEAC-2 é uma medida multidimensional dos estados de ansiedade competitiva. Este instrumento, baseado na distinção conceptual entre ansiedade cognitiva e ansiedade somática, engloba ainda a avaliação de uma terceira componente relacionada com estas duas dimensões da ansiedade: auto-confiança. É constituído por 27

itens, distribuídos por três sub-escalas: (1) ansiedade somática (9 itens; exemplo: "o meu coração está a bater depressa"); (2) ansiedade cognitiva (9 itens; exemplo: "estou preocupado com este jogo"; e (3) auto-confiança (9 itens; exemplo: "sinto-me confortável") (Martens et al., 1990). O questionário pede aos atletas para assinalarem numa escala de 1 (=nada) a 4 (=muito), como se sentem no momento em que respondem. Tal instrumento permite extrair um score distinto para cada uma das sub-escalas, que pode variar entre um mínimo de 9 e um máximo de 36. Quanto maior o score, maior a ansiedade estado (cognitiva ou somática) ou maior a auto-confiança. Os scores são obtidos pela soma das cotações obtidas nos itens de cada sub-escala, devendo inverter-se a cotação do item 14 (Martens et al., 1990).

Inventário de Emoções no Desporto – V2 (IED)

Uma primeira versão deste instrumento procura avaliar as emoções pré-competitivas dos atletas e foi desenvolvido por Cruz (2003), com base na teoria cognitivo-motivacional-relacional de Lazarus e colaboradores (Lazarus, 1991b; Lazarus & Folkman, 1984) e, mais concretamente, com a aplicação desta teoria ao contexto desportivo (Lazarus, 2000). Assim, neste instrumento é pedido aos atletas para classificarem, numa escala tipo *Likert* de 7 pontos (de 1=Nada a 7=Muito) até que ponto estão a experienciar, no momento do preenchimento, as oito emoções que Lazarus (2000) considerou relevantes no contexto desportivo: irritação/raiva, ansiedade, vergonha, culpa, esperança, alívio, felicidade/alegria e orgulho (ver Dias, 2005). No presente estudo foi usada uma segunda versão deste instrumento que incluía a avaliação de mais duas emoções relevantes em contextos de realização: o desânimo e o desespero.

Rendimento Subjectivo (auto e hetero-avaliação por atletas e treinadores)

Foram utilizadas duas medidas subjectivas do rendimento: a) percepção dos atletas relativamente ao seu rendimento em cada jogo (auto-avaliação do rendimento pelo atleta); e b) percepção da equipa técnica relativamente ao rendimento de cada atleta em cada jogo (avaliação do rendimento pelo treinador principal). Utilizaram-se instrumentos adaptados para a investigação por Cruz (1991), desenvolvidos a partir dum questionário similar utilizado por Ebbeck e Weiss (1988, cit. por Cruz, 1991). A medida de auto-avaliação do rendimento (pelos atletas), incluía itens com respostas operacionalizadas em escalas de 1 (=péssimo) a 7 (=ótimo) pontos, destinadas a avaliar a percepção em diferentes dimensões do processo e resultado do rendimento dos atletas (técnico-táctico, físico, psicológico e mental, etc.). Era pedido aos atletas que assinalassem a sua opinião relativamente a cada um dos aspectos do seu rendimento. As respostas atribuídas a cada item foram adicionadas. Assim, os scores deste instrumento podiam variar entre um mínimo de 8 e um máximo de 56, reflectindo os valores mais elevados, percepções mais elevadas de rendimento. Relativamente à avaliação do rendimento na perspectiva do treinador, o instrumento utilizado foi idêntico ao aplicado aos atletas, mas solicitava a informação sob a perspectiva da equipa técnica.

Rendimento Objectivo (gravação e análise dos jogos)

Ao longo de todos os jogos recorrendo à análise da gravação dos jogos pelo próprio autor do trabalho, também responsável pela gravação do jogo (foram recolhidas 8 medidas ou indicadores de rendimento de cada atleta): a) passes concretizados e falhados (PC, PF), consoante o atleta passava a bola a um companheiro de equipa ou esta era perdida para o adversário ou para fora; b) interceptação com ou sem recuperação da posse de bola (ICR, ISR), consoante o jogador tirava a bola ao adversário ficando ou não a sua equipa na posse desta; c) remates à baliza ou falhados (RB, RF), consoante a bola batia na trave e no poste, era desviada ou agarrada pelo guarda-redes adversário, ou, pelo contrário, se perdia pelos lados ou para cima da trave da baliza; d) faltas cometidas (FC); e e) golos marcados (GO). Idênticos indicadores e marcadores de rendimento objectivo foram já utilizados em estudos anteriores no Futebol (ver Almeida & Cruz, 1993; e Almeida, 1996). Com estas medidas foram calculados índices mais gerais de rendimento (percentagens): a) Rendimento Global (RG=

$((PC+RB+ICR+GO)/(PF+PC+RF+RB+ISR+ICR+FC+GO)) \times 100\%$; b) Percentagem de Falhas Técnicas (PFT= $((PF+RF+ISR)/(PF+PC+RF+RB+ISR+ICR)) \times 100\%$); e c) Percentagem de Sucesso de Passe (PSP= $(PC/(PC+PF)) \times 100\%$). A construção destes índices resultou da pretensão de avaliar o rendimento em termos de processo e não de resultados (vitória/derrota) que, no caso do futebol concretamente, nos parece não expressar, pelo menos integralmente, o rendimento dos atletas. O primeiro índice (RG) dá-nos a percentagem de rendimento global de cada atleta em cada jogo realizado, relacionando todas as medidas positivas do processo de rendimento, incluindo golos, com todas as medidas positivas e negativas, incluindo as faltas cometidas. O critério de medida positiva ou negativa está relacionado com o facto de ter a posse de bola, tentar um remate conseguido ou um golo, ou, por outro lado, não ter a posse de bola. O segundo índice (PFT) trata falhas cometidas e nesse sentido pode ser visto como um índice de insucesso (i.é perda de bola ou má execução), ao contrário do anterior. Portanto, tal índice relaciona os erros do processo cometidos pelo atleta, passes e remates falhados e intercepções de bola mal sucedidas, na medida em que a equipa adversária mantém a posse de bola. Em relação ao terceiro índice (PSP), traduz a percentagem de passes correctos, ou seja, o sucesso no gesto táctico-técnico passe. A consideração deste gesto deve-se ao facto de ser um dos aspectos mais importantes no jogo, pois possibilita a comunicação entre os elementos da equipa.

Outros Instrumentos

Aos questionários pré-competitivos foram acrescentados dois itens, operacionalizados numa escala de 1 (=muito fácil) a 7 (=muito difícil) que pretendiam avaliar (para controlo), a dificuldade e importância percebidas pelo atleta acerca do jogo que se aproximava. Os jogos foram percebidos pelos atletas com níveis altos de dificuldade e importância ($M = 5.74 \pm 0.99$).

Procedimentos de recolha e análise de dados

A aplicação dos instrumentos psicológicos foi sempre realizada pelo autor do trabalho, simultaneamente coordenador do clube. Os dados foram recolhidos em vários momentos, nos dias dos jogos (medidas tipo estado), pré-competição (EACC-PA e IEAC-2), pós-competição (IED e Rendimento Subjectivo e Objectivo). Foram seleccionados quatro jogos, dois foram realizados "em casa" e dois no campo adversário, com o resultado de uma vitória e três derrotas (nos jogos 1, 2 e 4 o resultado foi derrota e no jogo 3 vitória). Foi assegurado a total confidencialidade dos dados recolhidos e o seu uso apenas para efeitos de investigação. Para além de estatísticas descritivas, recorreu-se a análises de variância, utilizando-se para o efeito os procedimentos disponíveis no programa SPSS (versão 18). Para as estatísticas descritivas recorremos à média e desvio-padrão. Para comparação das médias em função de cada jogo foi usado o teste não paramétrico de Kruskal-Wallis. De seguida, recorremos ao teste de Mann-Whitney para compararmos cada par de amostras separadamente relativamente às subescalas onde foram encontradas diferenças significativas. Os valores de significância foram ajustados recorrendo a correcções de Bonferroni. A correcção de Bonferroni é um procedimento estatístico utilizado quando se realizam comparações múltiplas para diferentes grupos, as quais aumentam a probabilidade de ocorrerem erros do tipo I, ou seja, associações não significativas dentro do intervalo de confiança previamente estipulado. Ao dividir o nível de confiança de cada teste pelo número de testes simultâneos efectuados, a correcção de Bonferroni altera o nível de significância (p), a fim de evitar erros derivados da múltipla comparação. No presente estudo, o nível de significância foi estabelecido em 5% (Pestana & Gageiro, 2003), pelo que teríamos $.05 / 3 = .017$. De seguida, visando analisar as diferentes medidas psicológicas (percepção de ameaça, ansiedade pré-competitiva e emoções) associadas a diferentes níveis de rendimento subjectivo, tomou-se como critério de rendimento, à semelhança do que sugerem vários autores, o item 8 da escala de auto-avaliação do rendimento pelos atletas: "Grau de concretização dos objectivos e expectativas que tinha para este jogo" (1= Muito Pior que o Esperado; 7= Muito Melhor que o esperado). Assim, foram constituídos três níveis de rendimento: Fraco (Baixo), Moderado (Médio) e Alto

(Ótimo), correspondentes, respectivamente, a avaliações de 1-3, 4 e 5, e 6-7 nesta auto-avaliação).

RESULTADOS

Por simplicidade, no Quadro 1 apresentam-se (sem detalhes de diferenças mais específicas) as diferenças significativas nas variáveis estudadas (pré-competitivas e competitivas) em função dos diferentes jogos e resultados. As variáveis em causa foram as seguintes: ansiedade cognitiva e percepção de ameaça, todas as emoções positivas com exceção da esperança, e um grande número de emoções negativas. Refira-se, uma vez mais, que não existiam diferenças significativas entre os níveis de importância/dificuldade dos jogos.

Variáveis / Momentos	JOGO 1		JOGO 2		JOGO 3		JOGO 4		F	Sig.
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP		
<u>ANTES</u>										
<u>Grau dificuldade /</u> <u>Importância</u>	6.0	0.90	5.6	1.04	5.5	0.91	5.9	1.07	1.33	0.272
<u>Ansiedade Pré – Competitiva</u> (CSAI-2)										
Ansiedade Cognitiva	21.3	4.48	21.1	4.99	18.2	4.12	17.7	3.80	3.45	0.021
Ansiedade Somática	15.1	4.01	17.7	5.42	15.8	4.48	15.4	4.96	1.12	0.346
Autoconfiança	28.7	4.13	26.3	3.28	26.2	4.48	26.5	2.86	1.80	0.155
Total CSAI-2	64.6	7.48	65.2	9.17	60.5	8.91	59.6	8.07	2.09	0.110
<u>Percepção de Ameaça</u>	19.4	4.34	19.7	4.94	18.5	4.09	15.7	4.82	2.92	0.040
<u>DURANTE / DEPOIS</u> (Retrospectivo)										
<u>Emoções Positivas</u>										
Alívio	2.4	1.65	2.4	1.29	5.2	1.66	1.5	0.86	23.75	0.000
Felicidade	3.2	1.93	3.4	2.06	6.6	0.92	1.9	1.32	26.56	0.000
Orgulho	3.8	1.58	6.2	1.54	6.8	0.51	4.4	2.62	6.08	0.001
Esperança	5.7	1.41	6.0	1.08	5.1	2.32	4.9	1.95	1.45	0.236
Total positivas	4.3	0.99	4.5	1.09	5.9	0.83	3.2	0.97	23.95	0.000
<u>Emoções Negativas</u>										

Quadro 1 - Diferenças nas variáveis psicológicas entre diferentes jogos

Curiosamente, como se poderá ver no Quadro 2 para além do sucesso no passe, apenas um outro indicador de rendimento objectivo registou diferenças significativas entre o jogo vitorioso e os restantes jogos com derrotas. No único jogo com vitória, o nº de Faltas Cometidas foi significativamente superior. Pelo contrário, enquanto nas avaliações de rendimento pelos treinadores verificaram-se diferenças significativas entre os jogos, em todos os itens da escala de avaliação do rendimento dos atletas, nas auto-avaliações destes apenas em 4 dos 8 itens não ocorreram diferenças significativas: rendimento do ponto de vista físico, psicológico/mental, disciplinar e quantidade de esforço dispendido.

Desânimo	3.9	1.75	3.6	1.50	1.3	0.70	4.1	2.19	10.65	0.000
Desespero	3.3	1.64	3.9	1.76	1.8	1.10	4.2	2.48	5.90	0.001
Irritação/Raiva	5.5	1.76	5.5	1.76	2.7	1.74	4.7	2.40	8.25	0.000
Ansiedade	4.4	1.98	4.3	2.00	4.2	1.86	3.9	2.18	0.21	NS
Vergonha	1.2	0.38	1.2	0.43	1.1	0.32	2.6	1.98	8.03	0.000
Culpa	2.8	1.56	2.5	1.29	1.6	1.46	2.2	1.81	1.87	0.142
Tristeza	4.4	2.06	3.4	2.00	1.8	1.44	4.7	1.86	9.08	0.000
Frustração	3.7	2.22	3.4	1.61	2.4	1.85	3.8	2.00	2.00	0.122
Susto/Medo	1.9	1.64	2.8	1.80	2.5	1.69	2.6	1.76	0.88	0.457
Total negativas	3.5	0.96	3.4	0.98	2.2	0.72	3.6	1.26	7.69	0.000

Quadro 2 - Diferenças entre jogos nas medidas de rendimento (subjectivas e objectivas)

Medidas	JOGO 1		JOGO 2		JOGO 3		JOGO 4		F	Sig.
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP		
<u>Auto – Avaliação Rendimento (atletas)</u>										
Qualidade geral rendimento	3.9	0.86	4.4	1.34	5.1	1.29	3.4	1.34	5.42	0.003
Sucesso na execução de tarefas	3.9	0.92	4.1	1.03	5.4	1.09	3.6	1.22	7.64	0.000
Ponto de vista físico	5.0	1.41	5.1	0.92	5.4	1.40	4.8	1.31	0.61	NS
Ponto de vista técnico – táctico	4.4	1.02	4.4	0.84	5.1	1.14	3.6	0.94	5.39	0.003
Ponto de vista psicológico e mental	4.4	1.15	4.3	0.99	5.0	1.24	4.1	1.14	1.74	0.171
Ponto de vista disciplinar	4.6	1.78	5.1	1.49	5.8	1.37	5.5	1.91	1.28	0.290
Quantidade de esforço dispendido	5.9	1.35	5.9	1.23	6.1	1.27	5.0	1.52	1.74	0.170
Concretização dos objectivos e expectativas	3.2	1.93	4.0	1.47	5.9	1.10	2.9	2.03	8.94	0.000
Total	35.3	6.79	37.1	6.63	43.8	7.69	32.8	8.16	5.75	0.002
<u>Hetero – Avaliação Rendimento (treinador)</u>										
Qualidade geral rendimento	4.9	1.23	5.4	0.76	6.0	0.78	4.3	0.83	9.00	0.000
Sucesso na execução de tarefas	5.0	1.30	5.4	0.76	6.1	0.83	4.1	0.95	9.51	0.000
Ponto de vista físico	5.2	1.19	5.6	0.76	6.1	0.86	4.5	0.85	7.65	0.000
Ponto de vista técnico – táctico	4.9	1.44	5.4	0.84	6.4	1.02	3.9	1.10	12.63	0.000
Ponto de vista psicológico e mental	5.1	1.27	5.5	0.85	6.4	1.50	3.8	1.12	10.71	0.000
Ponto de vista disciplinar	6.6	1.16	6.9	0.27	6.6	1.34	5.4	0.65	6.77	0.001
Quantidade de esforço dispendido	5.1	0.77	5.6	0.50	5.5	0.76	2.8	0.80	4.01	0.012
Concretização dos objectivos e expectativas	5.1	0.92	5.5	0.76	5.9	0.66	3.9	1.21	11.87	0.000
Total	41.9	7.96	45.4	4.85	49.0	6.66	34.7	6.92	11.60	0.000
<u>Rendimento Objectivo</u>										
Passé concretizado (PC)	14.5	8.60	13.2	8.44	16.0	9.92	16.9	7.64	0.50	NS
Passé Falhado (PF)	8.2	4.08	5.3	3.05	6.4	4.43	8.6	5.87	1.69	0.180
Intercepção com recuperação posse de bola (ICR)	7.2	4.95	5.4	4.43	6.5	5.54	8.4	5.93	0.77	NS
Intercepção sem recuperação posse de bola (ISR)	6.3	5.89	6.2	5.69	6.2	5.98	6.8	6.68	0.03	NS
Remate à baliza (RB)	0.2	0.43	0.9	1.44	0.5	0.65	0.5	0.65	1.57	0.208
Remate falhado (RF)	0.3	0.47	0.6	0.85	0.7	0.99	0.2	0.43	1.47	0.232
Falta cometida (FC)	0.5	0.76	0.8	0.98	1.2	1.37	0.2	0.43	2.85	0.04

Golo (GO)	0.0	0.00	0.1	0.36	0.2	0.43	0.0	0.00	2.05	0.118	7
Total de acções	37.4	21.00	37.7	17.31	37.0	22.2	42.2	20.50	0.19	NS	
Rendimento Global	58.5	11.22	60.1	10.71	62.5	10.5	65.2	13.02	0.91	0.443	
Falhas Técnicas	40.8	11.00	38.9	10.61	35.3	10.6	34.5	12.85	0.95	0.423	
Sucesso Passe	61.8	14.26	71.1	10.29	74.1	12.1	70.0	12.92	2.48	0.071	

Na análise dos diferentes estados pré-competitivos associados a diferentes níveis de rendimento, como se poderá ver nos Gráficos 1 e 2, os níveis mais elevados de rendimento estão significativamente "associados" a diferentes níveis de estados de ansiedade e percepção de ameaça pré-competitivas, assim como a estados emocionais competitivos bem diferentes. Ou seja, os rendimentos mais baixos ou fracos (muito piores que o esperado), apareciam associados a níveis mais elevados de ansiedade pré-competitiva, sobretudo de ansiedade cognitiva e muito claramente à experiência e níveis mais elevados de emoções negativas, acontecendo um padrão emocional inverso associado a níveis altos ou óptimos de rendimento: maior intensidade de emoções positivas e menor relato de emoções negativas durante a competição desportiva.

Gráfico 1 - Grau de dificuldade / importância e Estados de Ansiedade e Percepção de Ameaça em diferentes níveis de Rendimento (4 jogos)

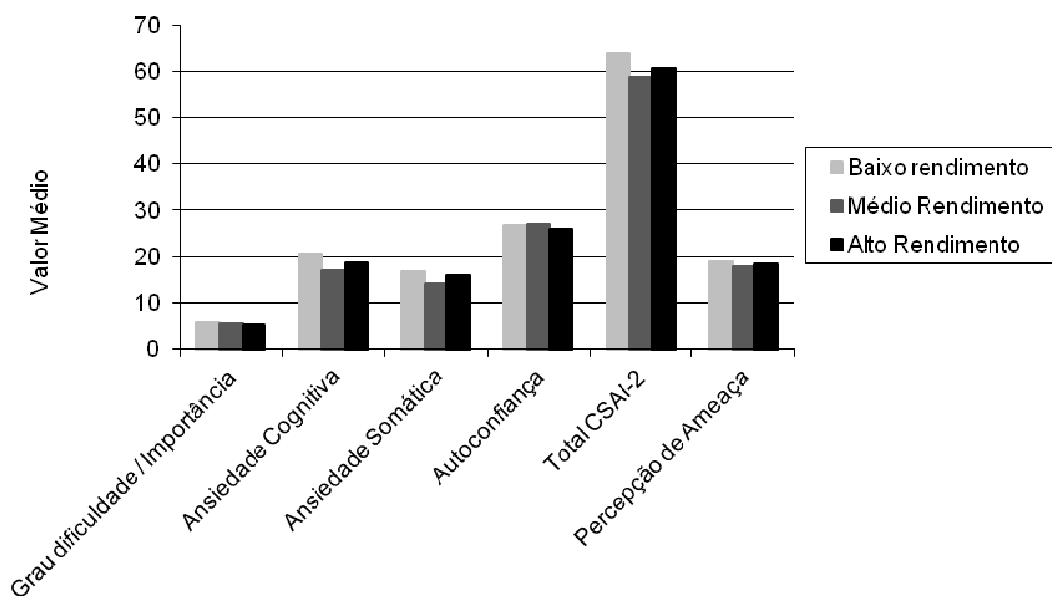
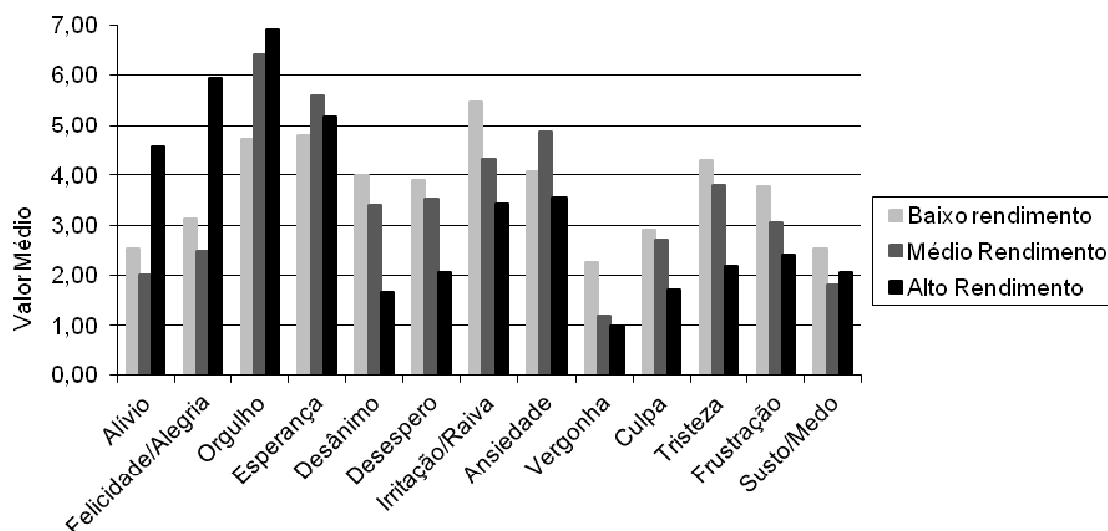


Gráfico 2- Intensidade Emocional em diferentes níveis de Rendimento (medida subjectiva de auto-avaliação dos atletas- 4 jogos)



CONCLUSÕES

Apesar de ser evidente a relação entre as duas medidas subjectivas de avaliação pelos atletas e pelos treinadores (exceptuando o caso pontual da percepção de esforço), o mesmo não se verificou quanto às medidas comportamentais e objectivas do rendimento. Este aspecto faz salientar a importância das medidas de rendimento usadas e mostra uma dificuldade já patente em estudos anteriores nesta área (ver Cruz, 1996; Almeida, 1996; Dias, 2005), que evidenciou dificuldades e inconsistências entre medidas de auto-relato e medidas e marcadores mais objectivos do rendimento. No entanto, pela primeira vez, verificamos alguma coerência entre as avaliações do rendimento feitas pelos atletas e as avaliações feitas pelos treinadores. Estudos futuros deverão também, usar procedimentos mais validados de medidas do rendimento (Ali et al., 2007), como é o caso, por exemplo, medidas mais fiáveis de competências táticas e do "processo" de desempenho (ver Gréhaigne et al., 1997). Os resultados obtidos, embora não suficientemente robustos, sugerem um impacto mais forte das componentes e dimensões cognitivas da ansiedade, incluindo a própria percepção de ameaça na competição (ver Cruz et al., 2006b, 2008; Dias, 2005).

No entanto, foi ao nível da exploração das diferentes emoções durante a competição desportiva que emergiram alguns dos dados mais interessantes. Em primeiro lugar, a confirmação da complexidade emocional em contextos desportivos (Cruz, 1996; Hanin, 2000; Lazarus, 2000). Um outro dado relevante refere-se à importância de um número bem maior de emoções com potencial impacto na prestação competitiva. Para além da tradicional emoção de ansiedade, que continua apesar disso, a constituir uma emoção crítica, apareceram diversas outras emoções a assumirem-se como relevantes. E para além de emoções negativas (como a raiva ou o desespero), este estudo comprovou que emoções como o orgulho, alívio e esperança ocupam um local central na investigação futura. A riqueza e profundidade da variedade emocional em contextos de desporto juvenil ficaram patentes. Uma das implicações é assim a necessidade de estudar mais aprofundadamente como é que uma emoção pode, simultaneamente e em conjugação (ou não) com outras, alterar de forma significativa o "rumo dos acontecimentos". Na sequência de estudos preliminares já referidos, o estudo das emoções terá também um lugar reservado na investigação futura. Sobretudo, e é um dado fascinante deste estudo, a

riqueza emocional das emoções e uma melhor compreensão da sua natureza podem ajudar investigadores e treinadores a promoverem climas mais positivos e experiências emocionais mais enriquecedoras nos escalões de formação desportiva (ver Cruz et al., 2008; Dias, 2005). Também por uma outra razão raramente referida na literatura: a grande maioria dos estudos efectuados até ao momento tem-se preocupado muito mais com atletas de elite e adultos envolvidos na alta competição, do que com crianças e jovens.

Que a emoção de ansiedade, isoladamente ou em combinação com outras, continua a ser uma emoção-chave para perceber os efeitos dos factores psicológicos no desempenho dos atletas, parecem não restar dúvidas. Torna-se necessário é explicar (ou encontrar um modelo explicativo alternativo) quando interfere, como interfere e em que dimensões ou índices de rendimento é que o seu efeito é mais desajustado, assim como encontrar formas e processos de regular e controlar não só esta emoção, mas também todas as outras que têm vindo a emergir na investigação mais recente (ver Dias, 2005).

Algumas dúvidas e inconsistências nas análises realizadas poderiam ser resolvidas, não só com estudos de natureza longitudinal, mas sobretudo com o recurso a análises intra-individuais (Cerin et al., 2000). Uma das limitações do presente estudo, para além da sua natureza transversal, descritiva e correlacional, poderá facilmente ser resolvida com o recurso a tais métodos e análises intra-sujeito. Por exemplo, teria valido a pena explorar mais detalhadamente a relação ansiedade-percepção de ameaça-emoções-rendimento, caso a caso e atleta a atleta. Sem dúvida que as implicações para a prática seriam mais claras.

Uma limitação adicional, e que deverá ser contemplada futuramente, refere-se à necessidade de incluir medidas e métodos de análise das estratégias e mecanismos que os atletas mais jovens usam, para lidarem com a pressão, o rigor e as exigências da competição (Friesen et al., 2012). Com efeito, muitos dos esclarecimentos do papel das emoções no desporto e no desempenho no futebol, em particular, passarão pela maior investigação da natureza desenvolvimental e da sua relação com variáveis motivacionais associadas ao rendimento, entre as quais o nível de exigência e de compromisso e envolvimento das crianças e jovens com a competição desportiva (Cumming, et al., 2008). Esperemos que o presente estudo gere muito mais questões e desafios futuros que as respostas que encontrou.

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

Rui Ribeiro, Centro de Investigação Formação Inovação e Intervenção em Desporto, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Rua Dr. Plácido Costa, 91, 4200-450 Porto, ruir85@gmail.com.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Angie, A., Connelly, S., Waples, E. & Kligyte, V. (2011). The influence of discrete emotions on judgement and decision-making: A meta-analytic review. *Cognition and Emotion*, 25 (8), 1393-1422.
- Ali, A. (2011). Measuring soccer skill performance: A review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 21, 170-183.
- Ali, A., Williams, C., Hulse, M., Strudwick, A., Reddin, J., Howarth, L., Eldred, J., Hirst, M. & McGregor, S. (2007). Reliability and validity of two tests of soccer skill. *Journal of Sports Sciences*, 25(13): 1461 – 1470.
- Almeida, P. (1996). Análise da relação entre ansiedade e rendimento no futebol júnior: um estudo de caso e longitudinal. Dissertação de Mestrado (não publicado). UM-Braga.
- Almeida, P., & Cruz, J. F. (1993). Relação ansiedade-rendimento no futebol de alta competição: um estudo longitudinal. *Relatório de investigação nº8*. UM-Braga: Projecto de Investigação e Intervenção Psicológica na Alta Competição.

- Cerin, E., Szabo, A., Hunt, N., & Williams, C. (2000). Temporal patterning of competitive emotions: A critical review. *Journal of Sports Sciences*, 18, 605–626.
- Cruz, J. F. (1991). *Projecto de investigação e intervenção psicológica na alta competição* (Financiado pela JNIT, DGD e COP). Braga-Lisboa: Universidade do Minho-Centro de Medicina Desportiva do Sul.
- Cruz, J. F. (1996). *Stress, ansiedade e rendimento da competição desportiva*. Braga (Portugal): Centro de Estudo em Educação e Psicologia, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- Cruz, J. F. (2003). *Inventário de Emoções no Desporto*. Braga: Universidade do Minho.
- Cruz, J. & Barbosa, L. (1998). Stress, ansiedade e confronto psicológico na competição desportiva: Uma nova abordagem de natureza cognitiva, motivacional e relacional. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 3, 21-70.
- Cruz, J. F., & Viana, M. F. (1993). *Manual de avaliação psicológica em contextos desportivos* (Relatório técnico). Braga-Lisboa: Projecto de Investigação e Intervenção Psicológica na Alta Competição.
- Cruz, J. F., Matos, D. & Ferreira, M. (2006a). Escala de avaliação cognitiva da competição desportiva: Da percepção de ameaça à percepção de desafio no desporto. *XI Conferência Internacional – Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Braga: Universidade do Minho.
- Cruz, J.F., Viveiros, M.I., Alves, L.A., Gomes, A.R., Matos, D., Ferreira, M.J., & Dias, C. (2006a). *Características psicométricas de uma versão portuguesa do “Competitive State Anxiety Inventory-2” (CSAI-2): Dados preliminares relativos à sua validade e estrutura factorial*. In N. Santos, M. Lima, M. Melo, A. Candeias, M. Grácio & A. Calado (Eds.), *Actas do VI Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia* (Vol. 3, pp. 104-125). Évora: Departamento de Psicologia, Universidade de Évora.
- Cruz, J.F., Matos, D.S., Osório, J., & Vieira, J. (2008). Cognitive appraisals, emotions and ways of being in sport competition: a case study with the portuguese junior top team handball. Comunicação apresentada na *4th European Conference on Positive Psychology*. Rijeca, Opatija: Croácia.
- Cumming, S., Smith, R., Smoll, F., Standage, M. & Grossbard, J. (2008). Development and validation of the Achievement Goal Scale for Youth Sports. *Psychology of Sport & Exercise*, 9 (5), 686-704.
- Dias, C. (2005). *Do stress e ansiedade às emoções no desporto: Da importância da sua compreensão à necessidade da sua gestão*. Dissertação de Doutoramento (não publicada). Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- Dias, C., Cruz, J. F. & Fonseca, A. (2009). Emoções, stress, ansiedade e coping: estudo qualitativo com atletas de elite. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 9 (1), 9-23.
- Fredrickson, B. L. (2003). The value of positive emotions: The emerging of positive psychology is coming to understand why it's good to feel good. *American Scientist*, 91, 330-335.
- Friesen, A., Lane, A., Devonport, T., Sellars, C., Stanley D. & Beedie, C. (2012). Emotion in sport: considering interpersonal regulation strategies. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-16.
- Garganta, J. (1997). *Modelação táctica do jogo de Futebol*. Dissertação de Doutoramento (não publicada). FCDEF-UP.
- Garganta, J., Maia, J., & Marques, A. (1996). Acerca da investigação dos fatores de rendimento em futebol. *Revista Paulista de Educação Física*, 10 (2): 146-158.
- Gréhaigne, J., Godbout, P. & Bouthier, D. (1997). Performance Assessment in Team Sports. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16 (4), 500-516.
- Hanin, Y. L. (2000). Introduction: An individualized approach to emotion in sport. In Y. L. Hanin (Ed.), *Emotions in sport* (pp. ix-xii). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hanin, Y. L. & Syrja, P. (1995a). Performance affect in junior ice hockey players: An application of the individual zones of optimal functioning model. *The Sport Psychologist*, 9, 169-187.
- Hanin, Y. L. & Syrja, P. (1995b). Performance affect in soccer players: An application of the IZOF model. *International Journal of Sports Medicine*, 16, 260-265.

- Lazarus, R. (1991a). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. (1991b). Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, 46 (4), 352-367.
- Lazarus, R. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229-252.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, NY: Springer Publishing Company.
- Martens, R., Vealey, R. & Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, Inc.
- Memmert, D. (2010). Testing of tactical performance in youth elite soccer. *Journal of Sports Science & Medicine*, 9, 199-205.
- Pestana, M., & Gageiro, J. (2003). *Análise de dados para ciência sociais: a complementaridade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Smith, R., Smoll, F., Cumming, S. & Grossbard, J. (2006). Measurement of Multidimensional Sport Performance Anxiety in Children and Adults: The Sport Anxiety Scale – 2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 479-501.
- Stolen, T., Chamari, K., Castagna, C., & Wisloff, U. (2005). Physiology of soccer: An u-pdate. *Sports Medicine*, 35, 501-536.
- Van Yperen, N.W. (2009). Why some make it and others do not: Identifying psychological factors that predict career success in professional adult soccer. *Sport Psychologist*, 23, 317-329.

Estudo psicométrico inicial de adaptação e validação da “BIS/BAS” numa amostra de atletas portugueses

Rui Sofia & José Fernando Cruz

Escola de Psicologia, Universidade do Minho

Resumo: As tendências motivacionais de aproximação e evitamento podem ser vistas como a base da complexidade do comportamento humano (Carver, 2006). Enquanto o sistema motivacional de aproximação reflecte comportamentos dirigidos a incentivos, o sistema de evitamento descreve comportamentos de fuga à ameaça. Carver e White (1994) desenvolveram uma medida que pretende avaliar o sistema de activação comportamental (aproximação) e o sistema inibição comportamental (evitamento) (BIS/BAS). Este estudo pretende adaptar para a língua portuguesa esta escala junto de uma amostra de atletas. Além da escala referida, foram administradas versões adaptadas para português das seguintes medidas: a) Escala de Ansiedade Competitiva-2 (Smith et al., 2006); b) Escala de Traço- Estado de Raiva (Spielberger, 1999); c) Escala de Avaliação Cognitiva da Competição – Percepção de Ameaça e Desafio (Cruz, 2009). As análises de validação revelaram uma estrutura congruente com a versão original, com consistência aceitável. Os resultados serão discutidos tendo em consideração as características e a pertinência teórica e prática desta medida.

Palavras-chave: motivação aproximação; motivação evitamento; competição desportiva; avaliação psicológica.

INTRODUÇÃO

Com base em estudos de aprendizagem em animais, Gray (1970) desenvolveu a Teoria Sensibilidade perante Reforços (TSR), de acordo com a qual existem dois sistemas centrais que regulam os processos motivacionais: o Sistema de Inibição Comportamental (SIC) e o Sistema de Activação Comportamental (SAC). Enquanto que o SIC medeia as reacções a estímulos aversivos e representa o factor de personalidade de propensão para a ansiedade, o SAC medeia as reacções a estímulos apetitivos e representa o factor de personalidade de impulsividade (Corr, 2001). Com efeito, o SIC é também referido na literatura como sistema aversivo, ou motivação-evitamento, e o SAC como sistema apetitivo, ou motivação-aproximação (Carver & Harmon-Jones, 2009).

Neste sentido, Carver e White (2004) sugerem que o SIC e o SAC reflectem diferenças individuais, onde indivíduos com elevado SAC tendem a responder comportamentalmente a pistas relacionadas com recompensas e a experienciar afectos positivos. Por outro lado, indivíduos com elevado SIC são mais focados em pistas relacionadas com punição e tendem a experienciar mais ansiedade quando enfrentam estas pistas. Assim, o sistema motivacional de aproximação (SAC) reflecte comportamentos dirigidos a incentivos e o sistema de evitamento (SIC) descreve comportamentos de fuga à ameaça (Carver & White, 1994).

Tendo em consideração a sua potencial utilidade, Carver e White (1994) desenvolveram igualmente uma medida de auto-relato que pretende avaliar os traços do SIC e SAC. Na construção desta escala, os autores procuraram que os itens relativos ao SIC reflectissem preocupações com a possibilidade de ocorrência de maus acontecimentos ou da sua própria ocorrência. Desta forma, os itens foram elaborados com base na experiência da ansiedade perante pistas de punição. Contudo, a estratégia de construção dos itens do SAC foi diferente, focando-se em afirmações que demonstrem a persecução de objectivos, responsividade perante recompensas, a procura de experiências positivas e a tendência para agir rapidamente perante os objectivos desejados.

Após uma análise factorial dos itens numa amostra de 732 estudantes universitários, Carver e White (1994, p. 322) verificaram que a SAC incluía três subescalas: a SAC-Energia (SAC-E), que indica "a persistência na perseguição de objectivos desejados"; a SAC Procura de Diversão (SAC-PD), que reflecte "o desejo para novas recompensas e a vontade de procurar acontecimentos recompensadores de forma impulsiva"; e por fim, a SAC Responsividade perante Recompensas (SAC-RR), que se foca nas "respostas positivas perante a ocorrência ou antecipação de recompensas". A SIC mantém-se com uma estrutura unidimensional, reflectindo "reações perante a antecipação da punição". Deste modo, a estrutura original engloba 4 factores: uma escala de SIC e três subescalas da SAC.

No seguimento deste estudo, Carver e White (1994) analisaram a validade convergente desta escala através da exploração dos padrões de relação com outras variáveis. Como esperado, o SIC demonstrou elevadas correlações com ansiedade, temperamento negativo, afectos negativos e fuga à ameaça. Consistentemente, a subescala do SAC demonstraram fortes associações com medidas de extroversão, temperamento positivo e afectos positivos. Dois estudos laboratoriais posteriores testaram a capacidade preditiva desta escala. Um primeiro estudo demonstrou que indivíduos com elevado SIC que esperavam uma tarefa desagradável (colocar as mãos em água gelada) apresentavam mais nervosismo que os indivíduos com baixo SIC. No outro estudo foi dito a estudantes universitários que iriam realizar uma tarefa que lhes poderia aumentar os créditos ganhos com a experiência. Os autores observaram que indivíduos com elevado SAC-RR e SAC-E apresentaram maiores níveis de felicidade comparativamente aos indivíduos com baixos níveis nestas subescalas.

Posteriormente, diversos estudos analisaram as propriedades psicométricas desta escala com diferentes populações e em diferentes contextos culturais. Por exemplo, esta escala já foi traduzida e adaptada para língua espanhola (Perczek, Carver, Price & Pozo-Kaderman, 2010), francesa (Caci, Deschaux, & Baylé, 2007), catalã (Caseras, Ávila, & Torrubia, 2003), italiana (Leone, Perugini, Bagozzi, Pierro, & Mannetti, 2001), alemã (Strobel, Beauducel, Debener, & Brocke, 2001), polaca (Müller & Wytykowska, 2005) entres outras. De igual modo, outros estudos centraram-se em populações mais específicas, como, por exemplo, pacientes com perturbações alimentares (Beck, Smits, Claes, Vandereycken, & Bijttebier, 2009), pacientes com perturbações de ansiedade (Campbell-Sills, Liverant, & Brown, 2004) e ofensores (Poythress, et al., 2008).

Estas diversas análises vieram também sugerir novas estruturas para esta escala. Um estudo com crianças (Muris, Meesters, de Kanter, & Timmerman, 2005) demonstrou que uma estrutura de dois factores (SIC e SAC) foi a que se revelou mais apropriada. No entanto, Bjørnebekk (2009) também sugeriu uma estrutura de 3 factores, em que a escala SIC permanece semelhante, mas a escala SAC divide-se em duas subescalas: Uma relacionada com a "persistência na perseguição de objectivos" (consistente com a subescala BAS E) e outra que reflecte "o desejo por reforços e uma tendência para procurar novas experiencias gratificantes" (p. 650) (criando uma nova subescala, a SAC Afectos Agradáveis). Por fim, outros estudos sugerem uma estrutura de cinco factores, na qual a SAC mantém a estrutura original, mas a SIC divide-se em duas subescalas. Por exemplo, Johnson, Turnen e Iwata (2003) sugerem que a SIC se divide em ansiedade e medo. No estudo de Beck e colaboradores (2009), foram comparados todos estes modelos (2, 3, 4, e 5), incluindo um modelo de apenas um factor. Através de análises factoriais confirmatórias verificou-se que o modelo que mais se ajustou aos dados foi o de 5 factores.

Posteriormente, Carver (2006) sugere que o uso deste instrumento tem implicações em diversas áreas de investigação. A este propósito, refere que a maior utilidade desta escala é a possibilidade de estudar se as diferenças individuais num determinado fenómeno estão relacionadas com o SIC ou o SAC. Por exemplo, a motivação para a aproximação e evitamento têm sido associadas com as dimensões de personalidade de extroversão e neuroticismo, respectivamente (Carver & White, 1994). Além disso, o SAC elevado pode estar relacionado com estilos de vida impulsivos e auto-destrutivos (Quay, 1993), enquanto o SIC

elevado pode conduzir ao desenvolvimento de perturbações de ansiedade (McNaughton & Corr, 2004). No pólo oposto, baixos níveis de SIC poderão levar a comportamentos antisociais (e.g., Ross et al., 2007), e baixos níveis de SAC poderão promover a depressão, pela diminuição da motivação aproximação (Fowles, 1988).

Ao contrário de Gray (1990), que defende que o sistema motivacional de evitamento está exclusivamente relacionado com afectos negativos (e.g., raiva, ansiedade) e o sistema motivacional de aproximação com afectos positivos (e.g., alegria, felicidade), Carver e Sheier (1998) defendem que determinados afectos negativos também podem surgir num processo de aproximação aos objectivos desejados, mas que não está a dar resultados. Carver (2004) indica que estes afectos são a raiva, frustração e tristeza, pois a sua experiencia e intensidade pode ser prevista pelas diferenças individuais no SAC.

Similarmente, alguns estudos recorreram à escala de SIC/SAC (Carver & White, 1994) para avaliar a sua relação com alguns afectos e comportamentos. Um estudo de Harmon-Jones (2003), por exemplo, demonstrou que o traço de raiva e a agressão física estavam positivamente relacionadas com o SAC. Por sua vez, o SIC estava negativamente associado com a agressão física, o que evidencia que a sensibilidade ao incentivo e à ameaça estão relacionadas em direcções opostas relativamente à agressão. Também Smits e Kuppens (2005) verificaram que ambos (SIC e SAC) estavam associados com o traço de raiva, mas quando o neuroticismo era controlado, apenas permaneceu a relação com o SAC. Além disso, observaram que a tendência para expressar a raiva estava positivamente relacionada com o SAC e negativamente com o SIC. Por sua vez, a tendência para internalizar a raiva estava relacionada positivamente com o SIC e negativamente com o SAC. Isto sugere que a ansiedade (entendida como o SIC) pode impedir a expressão da raiva, enquanto que o SAC promove a sua expressão (Carver & Harmon-Jones, 2009).

O objectivo deste estudo preliminar é a adaptação e validação da escala SIC/SAC junto de uma população de atletas portugueses. Além disso, pretende-se testar os padrões de relação desta escala com os traços de raiva e ansiedade, bem como com os processos de avaliação cognitiva de ameaça e desafio, essenciais na análise e compreensão do papel das emoções na competição desportiva (e.g., Jones, Meijen, McCarthy, & Sheffield, 2009; Skinner & Brewer, 2002, 2004).

METODOLOGIA

Participantes

Neste estudo recorreu-se a uma amostra de conveniência (Almeida & Freire, 2008) de 226 atletas de diversas modalidades, nomeadamente, ténis, futsal, basquetebol, *kickboxing*, judo, *taekwondo*, rãguebi, badminton, hóquei em patins, natação e voleibol. Destes, 153 são do sexo masculino e 68 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 39 anos de idade ($M = 21.75$; $DP = 6.48$). Estes atletas competiam em vários escalões competitivos, nomeadamente juvenis ($N = 44$), juniores ($N = 45$) e seniores ($N = 128$).

Instrumentos

Escala do Sistema de Inibição Comportamental e Sistema de Activação Comportamental (SIC/SAC). Esta escala foi originalmente desenvolvida por Carver e White (1994) e tem como objectivo medir a motivação aproximação (SAC) e a motivação evitamento (SIC). Inclui um total de 24 itens, sendo que 4 são apenas filtros, respondidos numa escala tipo Likert de 4 pontos (1 = "Pouco típico em mim" a 4 = "Muito típico em mim"). Na sua versão original, os 20 itens desta escala encontram-se divididos em 4 factores. A escala de SIC inclui 7 itens (ex: "Preocupo-me com o facto de poder cometer erros") e a escala de SAC encontra-se dividida em 3 subescalas: a SAC Energia (4 itens) (ex: "Se vejo uma oportunidade para conseguir algo ponho-me logo a tratar disso"; a SAC Procura de Diversão (4 itens) (ex: "Frequentemente faço coisas pela simples razão de serem divertidas"); e a SAC

Responsividade perante Recompensas (5 itens) (ex: "Quando me acontece algo de bom, isso mexe muito comigo").

Escala de Ansiedade no Desporto (EAD-2). Esta escala é uma versão traduzida e adaptada por Cruz e Gomes (2007) da Sport Anxiety Scale-2 (SAS-2) desenvolvida por Smith, Smoll, Cumming, e Grossbard (2006). A EAD-2 pretende avaliar o traço de ansiedade competitiva, bem como as suas três dimensões, nomeadamente, ansiedade somática e duas dimensões de ansiedade cognitiva, preocupação e perturbação de concentração. Esta escala inclui um total de 15 itens distribuídos pelas 3 subescalas (5 itens por escala), respondidas numa escala de Likert de 4 pontos (1 = "Nunca" a 4 = "Quase sempre"). Os scores de cada subescala são obtidos pela soma dos valores atribuídos, e a pontuação total de Ansiedade Competitiva corresponde à soma dos totais de cada subescala. Cada subescala varia entre um mínimo de 5 e um máximo de 20 pontos, e o total entre 15 e 60. O valor total da EAD-2 reflete "um índice geral da ansiedade do rendimento desportivo" (Smith et al., 2006, p. 487).

Escala de Raiva Traço – Expressão (ERT-E). Esta escala foi originalmente desenvolvido por Spielberger (1999), para avaliar o estado de raiva, definido como "um estado emocional que varia em intensidade, do aborrecimento até à fúria e raiva intensa" (Spielberger et al., 1993, p. 162), e o traço de raiva, que corresponde à tendência para experienciar estados de raiva. Esta escala foi traduzida e adaptada para a língua portuguesa por Marques, Mendes e De Sousa (2007). Neste estudo foi apenas utilizada a versão de traço de raiva (10 itens) desta escala (ex: Fico furioso(a) quando sou criticado(a) à frente dos outros). Todos os itens são respondidos numa escala Likert (1 = "Quase Nunca" a 4 = "Quase sempre").

Escala de Avaliação Cognitiva da Competição Desportiva- Percepção de Ameaça e Percepção de Desafio (EACCD-PA-PD). Este instrumento foi desenvolvido por Cruz (2009) tendo por base um instrumento destinado a avaliar a percepção de ameaça, a Escala de Avaliação Cognitiva da Competição Desportiva- Percepção de Ameaça (Cruz, 1994, 1996, Dias, Cruz, & Fonseca, 2009). Esta foi desenvolvida com base nos trabalhos de Lazarus e Colaboradores (Lazarus, 1991; Lazarus & Folkman, 1984) e tem por objectivo medir a avaliação cognitiva primária, que reflecte "uma avaliação do significado, para o bem-estar pessoal, daquilo que está a acontecer na relação pessoa-ambiente" (Lazarus, 1991, p. 87). Tendo em consideração que a competição desportiva também pode ser avaliada como um desafio (Jones et al., 2009; Lazarus, 1991, 2000), foi acrescentada uma nova subescala de percepção de desafio. Deste modo, esta nova escala inclui um total de 16 itens, distribuídos por duas subescalas: Percepção de Ameaça (PA), com 11 itens (ex: "Penso que posso não ter o rendimento que quero ou que pretendo ter"), variando entre um mínimo de 11 e um máximo de 55; e a Percepção de desafio (PD) que engloba 5 itens (ex: "Fico motivado(a) para aumentar o meu esforço e dar o meu máximo"), variando entre 5 e 25. Todos os itens são respondidos numa escala tipo Likert de 5 pontos (1=Não se aplica; 5=Aplica-se muito)

Procedimentos

Os atletas responderam individualmente às medidas e instrumentos acima descritos, incluídos num questionário de auto-avaliação mais amplo. Após a explicação dos objectivos do estudo, procurou-se minimizar potenciais efeitos da desejabilidade social, bem como reforçar a honestidade e sinceridade nas respostas, através de indicações expressas de não haver respostas corretas ou incorrectas e da confidencialidade dos dados (Cruz & Viana, 1996). Posteriormente, foi entregue aos atletas um envelope com o questionário e um consentimento para o próprios, e para o pais, no caso de atletas menores de 18 anos.

RESULTADOS

Foi realizada uma análise fatorial exploratória (AFE) com o objectivo de identificar uma estrutura ou modelo para um conjunto de variáveis (Henson & Roberts, 2006). Neste estudo,

recorreu-se ao método de rotação oblíqua ("oblimin"), tendo em consideração os procedimentos utilizados na versão original (Carver & White, 1994). Sendo assim, foram testadas diferentes estruturas para esta escala sugeridas por estudos anteriores (2, 3, 4 e 5 factores). Após análise detalhada das saturações dos itens e da sua coerência teórica, manteve-se a estrutura original de 4 factores, embora com a eliminação de alguns itens. Como critérios de inclusão dos itens numa determinado factor, considerou-se a saturação superior a .40 e a sua congruência conceptual (Tabachnick & Fidell, 2007).

Desta forma, estes 4 factores explicam 55% da variância. O factor 1 corresponde à subescala SAC-RR e integra os itens 4, 7, 14, 18 e 23 que explicam 23.46% da variância. O factor 2 inclui os itens 3 e 21, correspondentes à subescala do SAC-E, explicando 12.65% da variância. A subescala SIC surgiu no factor 3 com os itens 8, 13, 16 e 24, que explicam 10.35% da variância. Por fim, o factor 4 corresponde à subescala de SAC-PD incluindo os itens 5, 10, e 20 que explicam 8.32% da variância. Assim, nesta primeira versão adaptada para a língua portuguesa, os itens 2, 9, 12, 15, 22 foram "eliminados", por saturarem abaixo de .40, por incoerência teórica e por apresentarem dupla saturação. As análises de fidelidade dos factores desta escala revelaram *alphas* de Cronbach, respectivamente de .71 para a SAC-RR, .55 para a SAC-E, .62 para a SAC-PD e .60 para a SIC (Tabela 1).

Tabela 1
Estrutura Factorial da Escala SIC/SAC e Consistência Interna

	1. SAC-RR	2. SAC-E	3. SIC	4. SAC-PD
Item 7	.81			
Item 14	.69			
Item 18	.65			
Item 4	.64			
Item 23	.53			
Item 21		.75		
Item 3		.75		
Item 8			.78	
Item 24			.62	
Item 13			.61	
Item 16			.55	
Item 5				-.80
Item 10				-.76
Item 20				-.47
Alpha de Cronbach	.71	.55	.60	.62

Nota. SAC-RR = Sistema de Activação Comportamental – Responsividade perante Recompensas; SAC-PD = Sistema de Activação Comportamental – Procura de Diversão; SAC-E = Sistema de Activação Comportamental – Energia; SIC = Sistema de Inibição Comportamental.

Procedeu-se ainda à análise das associações entre as variáveis psicológicas estudadas através do cálculo de correlações de *Pearson* (tabela 3). Esta análise centrou-se nos diferentes padrões de associação desta escala com as outras variáveis psicológicas em estudo. Neste sentido, foram encontradas associações positivas entre o SAC-RR e o SAC-PD ($r = .32, p < .001$), o SIC ($r = .37, p < .001$), a dimensão cognitiva de ansiedade de preocupação ($r = .23, p < .001$), a ansiedade total ($.19, p < .001$), a percepção de ameaça ($r = .16, p < .05$) e a percepção de desafio ($r = .34, p < .001$). Relativamente ao SAC-PD, verificaram associações positivas com o SAC-E ($r = .19, p < .05$), com o SIC ($r = .37, p < .001$) e

com o traço de raiva ($r = .14, p < .05$). O SAC-E demonstrou associações positivas com o traço de raiva ($r = .27, p < .001$) e com a dimensão de perturbação da concentração de ansiedade ($r = .22, p < .01$). Por fim, o SIC revelou associações positivas com o traço de raiva ($r = .27, p < .001$), o total de ansiedade e as suas três dimensões, ansiedade somática ($r = .28, p < .001$), preocupação ($r = .52, p < .001$) e perturbação da concentração ($r = .23, p < .01$), com a percepção de ameaça ($r = .40, p < .001$) e com a percepção de desafio ($r = .27, p < .001$) (Tabela 3).

Tabela 2
Medidas Descritivas das Variáveis em Estudo

	M	DP	Mínimo	Máximo
SAC-RR	17.02	2.25	7	20
SAC PD	8.69	1.83	3	12
SAC-E	3.72	1.41	2	7
SIC	11.27	2.13	5	16
Traço de Raiva	20.94	5.43	10	36
Traço de ansiedade competitiva	29.77	7.44	15	57
Percepção ameaça	31.69	8.44	11	51
Percepção desafio	19.87	3.68	7	25

Nota. SAC-RR = Sistema de Activação Comportamental – Responsividade perante Recompensas; SAC-PD = Sistema de Activação Comportamental – Procura de Diversão; SAC-E = Sistema de Activação Comportamental – Energia; SIC = Sistema de Inibição Comportamental.

Tabela 3
Correlações de Pearson entre as Variáveis Psicológicas Estudadas

	SAC-RR	SAC-PD	SAC-E	SIC
SAC-RR	-			
SAC PD	.32***	-		
SAC-E	-.04	.19*	-	
SIC	.37***	.18**	-.08	-
Traço de Raiva	.07	.14*	.27***	.27***
Traço de ansiedade competitiva	.19**	.05	.06	.46***
Percepção ameaça	.16*	.10	-.03	.40***
Percepção desafio	.34***	.06	.08	.27***

Nota. SAC-RR = Sistema de Activação Comportamental – Responsividade perante Recompensas; SAC-PD = Sistema de Activação Comportamental – Procura de Diversão; SAC-E = Sistema de Activação Comportamental – Energia; SIC = Sistema de Inibição Comportamental.

CONCLUSÕES

A potencialidade desta escala, quer para a investigação, quer para a prática, motivou a realização deste estudo de validação e adaptação para a língua portuguesa junto de uma amostra de atletas portugueses. Apesar das características psicométricas desta escala já

terem sido estudadas um pouco por todo mundo, este estudo surge como o primeiro passo para demonstrar a sua adequação para uma população de atletas portuguesas. A AFE demonstrou uma estrutura congruente com o estudo original de Carver e White (1994), embora tivesse sugerido a "eliminação" de 5 itens, por não apresentarem saturação acima de .40, por ter dupla saturação, e/ou por saturarem numa escala à qual não pertenciam. Problemas semelhantes foram aliás encontrados noutras adaptações desta escala (Bjørnebekk, 2009; Perczek et al., 2000),.

Posteriormente, as análises de consistência interna demonstraram alphas de Cronbach de .71 para a SAC-RR, .55 para a SAC-E, .62 para a SAC-PD e .60 para a SIC. Embora estes valores sejam baixos, tal pode ser aceitável considerando brevidade das subescalas (a mais pequena inclui apenas dois itens), mas também por se tratar do primeiro estudo em que esta medida é utilizada no contexto português, e mais especificamente com uma amostra de atletas (Almeida & Freire, 2008). Além disso, estudos anteriores também obtiveram valores de fidelidade similares (e.g., Beck et al., 2009; Leone et al., 2001; Perczek et al., 2000). De igual modo, mesmo na versão original (Carver & White, 1994) a subescala de SAC-PD demonstrou um alpha de Cronbach reduzido (.66).

Através das análises das relações com outras variáveis relevantes em contextos desportivos, pretendeu-se examinar se os padrões de associação desta medida são consistentes com os encontrados em estudos anteriores. Consistentemente com a literatura, que indica que a escala de SIC está relacionada com medidas de ansiedade (e.g., Carver & White, 1994; Müller & Wytykowska, 2005), neste estudo também se verificou que a SIC estava positivamente relacionada com a ansiedade competitiva total, e as suas três dimensões. Similarmente, foi também encontrada uma associação positiva com o traço de raiva. De facto, afectos negativos como a raiva e ansiedade estão geralmente associados com afectos negativos (e.g., Gable, Reis, & Elliot, 2000; Heubeck, Wilkinson, & Cologon, 1998). Por fim, ainda foram encontradas associações positivas entre a percepção de ameaça e desafio e o SIC.

Relativamente às subescalas da SAC-RR, esta demonstrou associações positivas com a ansiedade total, a dimensão de preocupação, e a percepção de ameaça e desafio. Também no estudo de Bjørnebekk (2009) se verificou que as dimensões da escala de SAC estavam relacionadas positivamente com afectos negativos, contrariamente ao sugerido pela literatura anterior (Gable et al., 2000), e com motivação para alcançar o sucesso e motivação para evitar o fracasso. Esta subescala poderá também apresentar relações particulares no contexto desportivo, no qual a experiência de ansiedade e stress é inerente (Dias, Cruz, & Fonseca, 2010).

As restantes subescalas do SAC, a SAC-PD e a SAC-E, para além de demonstrarem associações positivas entre si, consistentemente com a versão original (Carver & White, 1994) também demonstraram associações positivas com o traço de raiva. De facto, são cada vez mais os estudos que demonstram evidência que comprova que a raiva poderá ser uma emoção associada com a motivação aproximação (Carver, 2004; Harmon-Jones, 2003; Putman et al., 2004; Smits & Kuppens, 2005). Recentemente, Carver e Harmon-Jones (2009) apresentaram um conjunto de estudos com recurso a diferentes medidas, de auto-relato, de actividade cerebral e laboratoriais, que comprovam esta ideia. De facto, já Fridja (1986) defendia que a raiva pode promover um esforço no sentido de atingir um objectivo.

Com efeito, este estudo vem corroborar a ideia de que a raiva está associada à motivação aproximação no contexto desportivo. Na verdade, as "novas" perspectivas instrumentais das emoções (ver Tamir, 2009) têm vindo a demonstrar os efeitos benéficos desta emoção no rendimento desportivo. Estudos com atletas de Karaté (Ruiz & Hanin, 2004, 2011) concluíram que a percepção da raiva como benéfica estava associada com um aumento do rendimento desportivo. Do mesmo modo, no contexto laboratorial, Woodman et al. (2009) verificaram que a raiva tinha efeitos positivos em tarefas de desempenho físico, mas negativos em tarefas de desempenho cognitivo.

No entanto, este estudo apresenta algumas limitações que poderão ser superadas em estudos futuros. Embora a amostra tenha sido suficiente para realizar estas análises (Tabachnick & Fidell, 2007), estudos futuros poderão alargar a amostra no sentido de analisar as diferenças de género. O facto de alguns itens terem sido eliminados também sugere a sua linguagem poderá ser reestruturada no sentido de melhor reflectir a medida em questão, bem como as especificidades da língua portuguesa e do contexto desportivo. Uma outra limitação deste estudo foi o facto de não incluir medidas de validade convergente frequentemente utilizadas em outros estudos de validação desta escala, nomeadamente medidas da personalidade (e.g., extroversão e neuroticismo) e medidas de afectos negativos e positivos. Futuros estudos deverão procurar incluir estas medidas no sentido de testar a validade desta medida no contexto português e recorrer a métodos estatísticos que permitam testar a robustez do racional deste instrumento, nomeadamente através da análise factorial confirmatória (Henson & Roberts, 2006). Por fim, seria importante que investigações posteriores aprofundassem o estudo da relação entre raiva, agressão e motivação aproximada, analisando os seus mediadores (ver Carver e Harmon-Jones, 2009; Smits & Kuppens, 2005).

Concluindo, este estudo constitui um primeiro “esforço” na tentativa de adaptar a escala SIC/SAC para o contexto português. Além disso, e tendo em consideração a potencial utilidade desta medida, destaca-se a necessidade da promoção da sua utilização no contexto desportivo, sendo ainda crucial a realização de mais estudos sistemáticos que avaliem as propriedades psicométricas desta medida em diferentes contextos desportivos, modalidades específicas e níveis competitivos diferenciados.

AGRADECIMENTOS

Este estudo foi realizado com o apoio da Fundação para a Ciência e a Tecnologia (Ministério da Educação e Ciência) no âmbito da bolsa SFRH / BD / 46206 / 2008.

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

Rui Sofia, Email: ruisofia@gmail.com

A/C José Fernando Cruz, Escola de Psicologia (EPSI), Campus de Gualtar, 4710-057 Braga

Email: jcpsium@gmail.com

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bijttebier, P., Beck, I., Claes, L., & Vandereycken, W. (2009). Gray's Reinforcement Sensitivity Theory as a framework for research on personality–psychopathology associations. *Clinical Psychology Review, 29*(5), 421-430.
- Bjørnebekk, G. (2009). Psychometric properties of the scores on the behavioral inhibition and activation scales in a sample of Norwegian children. *Educational and Psychological Measurement, 69*, 636-654.
- Caci, H., Deschaux, O., & Baylé, F. J. (2007). Psychometric properties of the French versions of the BIS/BAS scales and the SPSRQ. *Personality and Individual Differences, 42*(6), 987-998.
- Campbell-Sills, L., Liverant, G. I., & Brown, T. A. (2004). Psychometric evaluation of the behavioral inhibition/behavioral activation scales in a large sample of outpatients with anxiety and mood disorders. *Psychological Assessment, 16*(3), 244-253.
- Carver, C. S. (2004). Negative affects deriving from the behavioral approach system. *Emotion, 4*, 3-22.
- Carver, C. S. (2006). Approach, avoidance, and the self-regulation of affect and action. *Motivation and Emotion, 30*(2), 105-110.

- Carver, C. S., & Harmon-Jones, E. (2009). Anger is an approach-related affect: evidence and implications. *Psychological Bulletin*, 135-183.
- Carver, C. S. & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Cruz, J. F. (1994). *Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva: A importância das competências e processos psicológicos*. Tese de doutoramento não publicada. Braga, Portugal: Universidade do Minho
- Cruz, J. F. (1996). *Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva*. Braga, Portugal: Centro de Estudos em Educação e Psicologia, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- Cruz, J. F. (2009). *Avaliação da ansiedade, motivação e regulação emocional em contextos desportivos*. Manuscrito não publicado. Braga: Universidade do Minho.
- Cruz, J. F., & Gomes, A. R. (2007). *Escala de Ansiedade no Desporto - 2*. Manuscrito não publicado. Braga, Portugal: Universidade do Minho.
- Cruz, J. F., & Viana, M. F. (1996). *Manual de avaliação psicológica em contextos desportivos (relatório técnico)*. Braga-Lisboa, Portugal: Projeto de Investigação e Intervenção Psicológica na Alta Competição.
- Fowles, D. C. (1988). Psychophysiology and psychopathology: A motivational approach. *Psychophysiology*, 25, 373-391.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge University Press.
- Gable, S. L., Reis, H. T., & Elliot, A. J. (2000). Behavioral activation and inhibition in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1135-1149.
- Gray, J. A. (1970). The psychophysiological basis of introversion-extraversion. *Behaviour Research and Therapy*, 8(3), 249-266.
- Gray, J. A. (1990). Brain systems that mediate both emotion and cognition. *Cognition & Emotion*, 4(3), 269-288.
- Harmon-Jones, E. (2003). Anger and the behavioral approach system. *Personality and Individual Differences*, 35, 995-1005.
- Henson, R. K. & Roberts, J. K. (2006). Improved practice use of exploratory factor analysis in published research: Common errors and some comment on improved practice. *Educational and Psychological Measurement*, 66, 393-416.
- Heubeck, B. G., Wilkinson, R. B., & Cologon, J. (1998). A second look at Carver and White's (1994) BIS/BAS scales. *Personality and Individual Differences*, 25(4), 785-800.
- Johnson, S. L., Turnen, R. J., & Iwata, N. (2003). BIS/BAS levels and psychiatric disorder: an epidemiological study. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 25, 2-36.
- Jones, M. V., Meijen, C., McCarthy, P. J., & Sheffield, D. (2009). A theory of challenge and threat states in athletes. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2, 161-180.
- Leone, L., Perugini, M., Bagozzi, R. P., Pierro, A., & Mannetti, L. (2001). Construct validity and generalizability of the Carver-White behavioural inhibition system/behavioural activation system scales. *European Journal of Personality*, 15(5), 373-390.
- Marques, M.I.D., Mendes, A.C. & De Sousa, L. (2007). Adaptação para Português do Inventário da Expressão da Ira Estado-Tracço (STAXI-2) de Spielberger (1999). *Psychologica*, 46, 85-104.
- McNaughton, N., & Corr, P. J. (2004). A two-dimensional view of defensive systems: Defensive distance and fear/anxiety. *Neuroscience and Biobehavioural Reviews*, 28, 285-305.
- Müller, J. M., & Wytykowska, A. M. (2005). Psychometric properties and validation of a Polish adaptation of Carver and White's BIS/BAS scales. *Personality and Individual Differences*, 39(4), 795-805.
- Muris, P., Meesters, C., de Kanter, E., & Timmerman, P. E. (2005). Behavioural inhibition and behavioural activation system scales for children: relationships with Eysenck's personality traits and psychopathological symptoms. *Personality and Individual Differences*, 38(4), 831-841.

- Perczek, R., Carver, C. S., Price, A.A., & Pozo-Kaderman, C. (2000). Coping, mood, and aspects of personality in Spanish translation and evidence of convergence with English versions. *Journal of Personality Assessment*, 74, 63-87.
- Poythress, N. G., Skeem, J. L., Weir, J., Lilienfeld, S. O., Douglas, K. S., Edens, J. F., & Kennealy, P. J. (2008). Psychometric properties of Carver and White's (1994) BIS/BAS scales in a large sample of offenders. *Personality and individual differences*, 45(8), 732-737.
- Putman, P., Hermans, E., & van Honk, J. (2004). Emotional stroop performance for masked angry faces: It's BAS, not BIS. *Emotion*, 4, 305-311.
- Quay HC (1993), The psychobiology of undersocialized aggressive conduct disorder: a theoretical perspective. *Development and Psychopathology*, 5, 165-180,
- Ross, S. R., Moltó, J., Poy, R., Segarra, P., Pastor, M. C., & Montañés, S. (2007). Gray's model and psychopathy: BIS but not BAS differentiates primary from secondary psychopathy in noninstitutionalized young adults. *Personality and Individual Differences*, 43(7), 1644-1655.
- Ruiz, M. C., & Hanin, Y. L. (2004). Athletes' self-perceptions of optimal states in Karate: An application of the IZOF model. *Revista de psicología del Deporte*, 13(2), 229-244.
- Ruiz, M. C., & Hanin, Y. L. (2011). Perceived impact of anger on performance of skilled karate athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(3), 242-249.
- Smits, D. J., & Kuppens, P. (2005). The relations between anger, coping with anger, and aggression, and the BIS/BAS system. *Personality and Individual Differences*, 39(4), 783-793.artigo
- Skinner, N., & Brewer, N. (2002). The dynamics of threat and challenge appraisals prior to a stressful achievement event. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 678-692.
- Skinner, N., & Brewer, N. (2004). Adaptive approaches to competition: Challenge appraisals and positive emotions. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 283-305.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29, 39-59.
- Spielberger, C. D. (1999). *STAXI-2: State-trait anger expression inventory-2: Professional manual*. Psychological Assessment Resources.
- Strobel, A., Beauducel, A., Debener, S., & Brocke, B. (2001). A German version of carver and white's BIS/BAS scales. *Zeitschrift fur Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 22(3), 216-227.
- Tabachnick, B.G. and Fidell, L.S. (2007), *Using Multivariate Statistics* (5th ed.). New York: Allyn and Bacon.
- Tamir, M. (2009). What do people want to feel and why? Pleasure and utility in emotion regulation. *Current Directions in Psychological Science*, 18, 101-105.
- Woodman, T., Davis, P., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I., & Yuill-Proctor, J. (2009). The role of emotional expression in sport performance. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, 169-188.

O impacto da perceção da ordem social e do comportamento político e cívico dos indivíduos na identidade social

Catarina Carvalho, Isabel R. Pinto, & José M. Marques

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto

Tendo por base a abordagem da identificação social (e.g. Tajfel, 1978) e a teoria da dinâmica de grupos subjetiva (e.g. Marques, Páez & Abrams, 1998) realizamos um estudo correlacional, através de um questionário *online* dirigido à população portuguesa (N=629), para avaliar o impacto da perceção de eficácia no controlo do desvio, avaliação da ordem social, e participação política e cívica dos indivíduos, na identificação com o endogrupo. Uma análise de equações estruturais mostra que o envolvimento dos indivíduos em ações coletivas poderá servir para restaurar uma identidade social fragilizada desde que os mecanismos de proteção da ordem social sejam percebidos como eficazes. Discutimos estes resultados com base na ideia de que os indivíduos resistem à anomia social através da restauração de uma identidade social fragilizada na medida em que acreditam que a sua ação pode contribuir para fortalecer o grupo e que o grupo tem mecanismos para defender eficazmente os seus padrões normativos.

Palavras-chave: Identidade Social; Reação ao Desvio; Comportamento Político; Participação Cívica.

INTRODUÇÃO

Em Portugal, temos vindo a observar uma progressiva diminuição da confiança dos cidadãos nas entidades nacionais e nas organizações políticas, assim como um aumento progressivo da abstenção eleitoral. Estes fenómenos parecem refletir um desinteresse generalizado pelos políticos e pela política em geral, e um afastamento dos cidadãos em relação à tomada de decisões de interesse público (e.g. eleger um governo, participar em assembleias de Juntas de Freguesia). A cidadania relaciona-se atualmente com uma progressiva crise de representação e de funcionamento das instituições democráticas, aumentando o afastamento dos cidadãos em relação às mesmas (Ferreira & Silva, 2005). A discrepância entre as necessidades e expectativas dos cidadãos e o real desempenho das instituições nacionais, a falta de eficácia do sistema político têm potenciado aquilo que muitos lêem como uma crise na democracia (Sousa & Tiães, 2008). É neste sentido que, segundo Magalhães (2004; 2005, *in* Antunes, 2008, p. 47), “os eleitores portugueses reconhecem a legitimidade do sistema democrático, mas manifestam insatisfação com o seu funcionamento e distanciam-se emocionalmente dos partidos políticos”.

No entanto, a “crise na democracia” e o distanciamento dos cidadãos em relação aos partidos políticos não significam que as pessoas se demarquem de uma participação em prol da sociedade. Com efeito, outras formas de participação política não convencional têm vindo a ganhar relevo nas práticas sociais (Jennings & van Deth, 1990; Klingemann & Fuchs, 1995, *in* Dalton, 2000). De entre estas práticas, podemos salientar a assinatura de petições, a participação em fóruns de discussão, a adesão a greves, participação em iniciativas cívicas (e.g. voluntariado, companhas de solidariedade), ou em movimentos sociais. A emergência deste tipo de participação leva-nos a acreditar que os indivíduos não estão desinvestidos da sociedade portuguesa em geral. Pelo contrário, “ser Português” parece continuar a ser um critério identitário relevante e determinante das práticas sociais das pessoas. Se por um lado, existe uma evidente insatisfação e desânimo em relação às instituições e nomeadamente aos partidos políticos, por outro lado, as pessoas não deixam de participar e de se manifestar por uma “sociedade melhor”. Propomos, então, que o empenho na participação cívica (não-eleitoral, ou mesmo, não-institucional) pode constituir uma alternativa de ação que os indivíduos consideram necessária para a melhoria da

sociedade portuguesa, e para o reforço de um valor positivo para a sua identidade nacional.

A investigação reportada neste trabalho inspira-se nas teorias da *identidade social* e da *dinâmica de grupos subjetiva*, com o objetivo de analisar a ideia de que se, por um lado, a participação eleitoral pode prever o reforço da identidade nacional mediado pela crença na ordem social vigente e nas entidades institucionais, a participação cívica prediz a identidade nacional na medida em que reforça os valores partilhados pelos indivíduos em relação à sociedade (padrões valorativos defendidos na Constituição Portuguesa).

Identidade nacional e teoria da identidade social

Segundo Tajfel (1978, p. 63) a identidade social define-se como “a parte do auto-conceito do indivíduo que decorre do conhecimento da sua pertença a um grupo social (ou grupos sociais), juntamente com o valor e significado emocional atribuído a essa pertença”. Para este autor, os indivíduos estão motivados para alcançar e manter uma identidade social positiva (Tajfel, 1978), na medida em que tal identidade se reflete num auto-conceito também positivo. A identificação social tem por base dois processos psicológicos: a categorização social e a comparação social. O processo de categorização social, corresponde à percepção de si próprio e dos outros enquanto membros de uma mesma categoria social ou de categorias sociais opostas em contextos social relevantes. Da categorização social, decorre que os indivíduos acreditam possuir características comuns com os membros da sua categoria (o endogrupo) e características que os diferenciam de outros grupos (exogrupos). Este processo de assimilação ao endogrupo e de diferenciação em relação a um exogrupo permite aos indivíduos posicionarem-se no tecido social, adotando condutas conformes aos padrões normativos do endogrupo (Tajfel, 1978). Assim, é com base na noção de pertença ao grupo e na conformidade aos padrões normativos desse grupo que os indivíduos regulam a sua conduta, as suas atitudes, julgamentos e comportamentos, e a sua relação com os outros em cada situação social específica.

Segundo Tajfel (e.g., 1978), é através de uma comparação social entre o endogrupo e o exogrupos que os indivíduos são capazes de atribuir um valor ao seu grupo, e por conseguinte, à sua identidade social. O valor decorrente de uma comparação favorável do endogrupo com o exogrupo, ou o valor negativo decorrente de uma comparação desfavorável, repercutir-se-á de forma positiva ou negativa no auto-conceito social, ou seja, no valor que o indivíduo se auto-atribui enquanto membro do endogrupo.

Ao pensarmos na identidade nacional (ser Português), devido à conjuntura político-económico-social atual da sociedade portuguesa, e por comparação com outros países da Europa, dificilmente a identidade nacional será positiva. Com efeito, e como referimos, os cidadãos portugueses tendem, não só a perceber a ordem atual como negativa (pela descrença face às instituições nacionais), mas também a comparar-se negativamente com a maior parte dos outros países europeus em dimensões relevantes (por exemplo, em termos financeiros, condições de trabalho, cuidados de saúde e educação...). Perante este panorama potencialmente gerador de uma identidade nacional negativa, é possível que os cidadãos portugueses desejem alcançar um valor mais positivo para a sua identidade nacional. Com base na teoria da identidade social, o tipo de estratégias que os cidadãos portugueses poderão abraçar no sentido de reverter o valor da sua identidade nacional, depende da forma como percebem a posição relativa de Portugal perante outros países.

Estrutura Social, mudança social e movimentos sociais. Segundo Tajfel (1978), quando a distintividade positiva do endogrupo é ameaçada, os indivíduos poderão adotar diferentes estratégias para restabelecer uma identidade social positiva. Estas estratégias são, no entanto, condicionadas pelo tipo de estrutura social existente ou percebida pelos indivíduos: 1) quando percebem fronteiras grupais permeáveis (estrutura social de mobilidade social), os indivíduos envolvem-se em estratégias de mobilidade individual, procurando abandonar o seu grupo, portador de uma identidade negativa, e integrar outro grupo com uma posição relativa mais elevada na estrutura social; 2) quando percebem

impermeabilidade nas fronteiras intergrupais (estrutura social baseada na mudança social), os indivíduos podem adotar estratégias com o objetivo de alterar a estrutura social percebida, ou seja, alterar a posição relativa do endogrupo em relação ao exogrupo. Neste caso, a única maneira de mudar a condição desfavorável do seu grupo na estrutura social é procurando, em conjunto com os outros membros criar condições tendentes a gerar comparações sociais favoráveis ao endogrupo (Tajfel, 1978). Os membros do grupo unem-se no sentido de resolver um problema que sentem ter em comum (Toch, 1965, *in* Tajfel, 1978), a sua identidade social negativa.

Se adaptarmos esta linha de raciocínio à identidade nacional (ser Português), é fácil depreendermos que as fronteiras grupais são percebidas como pouco permeáveis ou, mesmo, impermeáveis. Neste contexto social e psicológico, uma identidade nacional negativa poderá ter impacto na motivação dos indivíduos para a participação em *movimentos sociais*, um fenómeno que parece consistente com a intensidade crescente com que têm vindo a surgir ações de tipo coletivo na sociedade portuguesa por comparação com a altura anterior a esta crise económica.

No entanto, a identidade nacional negativa não decorre apenas de uma comparação social negativa com os outros países. Sabemos que a situação política-económica-social portuguesa dificilmente reforça uma identidade nacional positiva junto dos cidadãos portugueses. Pelo contrário, a insatisfação demonstrada pelos cidadãos em relação à prestação das instituições nacionais atuais e à ordem social vigente, leva-nos a acreditar na fragilidade da identidade nacional. A falta de confiança nas instituições nacionais enquanto fator relevante de insatisfação identitária, pode também desencadear o envolvimento dos cidadãos em movimentos sociais no sentido de alterar um funcionamento social que reputam como "mau". Neste caso, estamos a falar de uma reação grupal no sentido de fortalecer os padrões normativos e valorativos do próprio grupo (sociedade Portuguesa); ou seja, o que a teoria da dinâmica de grupos subjetiva (e.g., Marques & Páez, 2008) denomina de *validade subjetiva do endogrupo*.

Confiança nas instituições nacionais e Dinâmica de grupos subjetiva

De acordo com a teoria da dinâmica de grupos subjetiva (e.g., Marques & Páez, 2008), apesar da perceção de clara diferenciação entre grupos ser determinante para o alcance de uma identidade social positiva (como podemos antever da abordagem da identificação social, Tajfel, 1978; Turner, Hogg, Oakes, Reicher, Wetherell, 1987), este objetivo só será alcançado se os membros do endogrupo contribuírem positivamente para a legitimação e validação dos padrões valorativos e normativos do grupo. Os indivíduos têm necessidade de assegurar que os padrões normativos do endogrupo são respeitados e valorizados pelos seus membros. Assim, a conformidade às normas sociais por parte dos membros do endogrupo é determinante para a crença numa identidade social positiva. Pelo contrário, a violação das normas por parte de membros do endogrupo ameaçam a legitimidade dessa identidade social positiva porque contribuem negativamente para o garante da legitimidade subjetiva nos padrões normativos do grupo. Segundo esta teoria, perante esta ameaça, são "acionados" mecanismos de controlo social no sentido de reforçar as normas que foram violadas, e assim restaurar o valor positivo da identidade social (Marques, Páez, & Abrams, 1998). A derrogação dos membros desviantes é um exemplo desses mecanismos. Ao reagir de forma extrema e negativa em relação aos membros desviantes do seu grupo, os indivíduos estão a afirmar o seu envolvimento não só com a norma violada, mas também com o seu grupo.

Eficácia perante o desvio e Dinâmica de grupos subjetiva. Neste âmbito, o desvio pode ser entendido como um fenómeno funcional uma vez que o grupo, ao reagir ao desvio, mostra que os seus mecanismos reguladores do comportamento dos seus membros são fiáveis, e que é capaz de revitalizar as normas e os valores que foram violados (Durkheim, 1895/1987; Marques e Páez, 2008). Quando o endogrupo é percebido como sendo capaz de detetar o desvio que ocorre no seu seio e de lidar apropriadamente com o mesmo, é percebido

como sendo também capaz de assegurar a ordem social e de assegurar a conformidade de comportamentos em respeito dos seus padrões normativos. A percepção de eficácia do grupo para lidar com o desvio parece ser, assim, determinante para reforçar os laços entre os seus membros (aumentando a solidariedade e coesão social) e dos seus membros para com estes padrões normativos (Durkheim, 1893/1984, 1895/1987). Se pelo contrário, os indivíduos percebem que o grupo não tem os mecanismos de controlo social necessários (tanto para detetar como reagir perante o desvio), a norma violada poderá perder a sua força, e, em última instância, o grupo pode entrar num estado de anomia (Durkheim, 1893/1984), sendo veiculada nos seus membros, a ideia de que o grupo é incapaz de promover comportamentos normativos e de assegurar a ordem social. Esta percepção (de estado anómico) não só provoca sentimentos de desespero e insegurança entre os membros do grupo (ver Merton, 1938, e Parsons, 1942), como também pode levar a um desinvestimento dos indivíduos em relação ao grupo, a uma desidentificação.

Se a percepção de eficácia grupal em lidar com o desvio, reflete uma percepção de que a ordem social grupal é satisfatória, e, por conseguinte, é um fator determinante para o garante de uma identidade social positiva, podemos pensar que a percepção de eficácia das instituições judiciais portuguesas em controlar o crime (e.g. corrupção) é um preditor de uma identidade nacional satisfatória. Assim, a participação dos cidadãos no reforço das instituições existentes (e.g., participação em atos eleitorais) deve estar associada de forma significativa à confiança que os indivíduos têm nas instituições e consequentemente ao reforço da sua identidade nacional. Da mesma forma, a participação coletiva em eventos de cariz cívico e não institucional (e.g., manifestações, voluntariado, etc) deve também constituir um preditor de uma identidade nacional satisfatória, na medida em que reflete o empenho dos indivíduos numa contribuição positiva para a sociedade Portuguesa. No entanto, se pensarmos neste tipo de participação enquanto estratégia de mudança social esperamos que o empenho dos indivíduos neste tipo de participação não esteja associado à confiança que detêm nas instituições (uma vez que procurariam a alteração da ordem social), mas sim aos valores que consideram que deveriam ser defendidos pela sociedade Portuguesa (valores Constitucionais). A participação cívica consistiria numa participação no sentido de validação dos padrões valorativos do endogrupo.

METODOLOGIA

Participantes

A amostra deste estudo é constituída por 629 sujeitos, 359 sujeitos do sexo feminino e 270 sujeitos do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 16 e os 77 anos ($M = 36,37$; $DP = 12,18$). Apenas 18 sujeitos indicaram residir no estrangeiro, sendo portanto a maioria residente em Portugal. Relativamente à escolaridade, 83,5 % dos participantes frequentaram o ensino superior ($N = 525$), 15,4% possuíam o ensino secundário ($N = 97$) e 1,1%, o ensino básico ($N = 7$).

Procedimentos

O estudo foi conduzido por meio de um questionário online, desenvolvido na aplicação LimeSurvey, podendo ser respondido por qualquer pessoa com acesso à internet e ao *link* gerado. O seu preenchimento foi voluntário e anónimo. O *link* de acesso ao questionário esteve disponível durante todo o mês de Novembro de 2012, e foi difundido via e-mail para diversas entidades de todo o país, nomeadamente sedes de partidos políticos, sindicatos, Organizações Não Governamentais (ONG), Câmaras Municipais, instituições sociais, associações, fundações, movimentos organizados e grupos de cidadania ativa, Universidades, entre outros, assim como em redes sociais. Os participantes foram informados de que o estudo incidia sobre a participação cívica e política dos cidadãos portugueses.

Instrumento ³²

Os participantes responderam a 10 conjuntos de questões. No primeiro conjunto, responderam a questões sociodemográficas que incluíam *Idade, Sexo, Nacionalidade, Residência e Escolaridade*.

Eficácia de controlo da corrupção. Pedimos aos participantes para nos indicarem a sua opinião em relação à capacidade dos órgãos competentes (nacionais) para detetarem e reagirem eficazmente contra a corrupção. Este conjunto de questões pretende aplicar a percepção de eficácia da reação grupal em relação ao desvio, concretizado no crime de corrupção. Os participantes deram o seu grau de acordo relativamente a 4 afirmações em escalas de 7 pontos (1 = *Discordo totalmente* e 7 = *Concordo totalmente*), dos quais destacamos os seguintes exemplos: “De uma maneira geral, acredito que os órgãos competentes agem eficazmente contra a corrupção.” e “De uma maneira geral, as instituições competentes têm mecanismos para detetar a corrupção”. Construímos uma medida única de *Eficácia de controlo da corrupção* resultante da média dos 4 itens medidos (á de Cronbach = .786).

Avaliação da Confiança nas Entidades Nacionais. Neste grupo de questões, foi medida a confiança dos participantes nas entidades nacionais em geral (remetendo para as áreas da Justiça, Educação, Saúde, Emprego e Assistência Social, Segurança e Defesa Nacional, Assembleia da República, Governo e Presidente da República). Os participantes responderam a 4 itens em escalas de 7 pontos, das quais destacamos os seguintes exemplos: “De uma maneira geral, a minha opinião em relação às entidades nacionais é” (1 = *Muito negativa* e 7 = *Muito positiva*) e “ Como cidadão português, quando penso nas entidades nacionais, sinto-me” (1 = *Nada preocupado(a)* e 7 = *Muito preocupado(a)*). Construímos uma medida única de *Avaliação de Confiança nas Entidades Nacionais* resultante da média dos 4 itens medidos (á de Cronbach = .715).

Impacto da Participação na Sociedade. De forma a medir a crença dos participantes quanto ao seu contributo na sociedade, mediante a sua participação política, cívica e/ou decorrente da atividade profissional, os participantes expressaram a sua opinião em relação a 6 itens em escalas de 7 pontos (1 = *Discordo totalmente* e 7 = *Concordo totalmente*), dos quais destacamos os seguintes exemplos: “Considero que ajudo a melhorar o funcionamento das instituições nacionais.” e “Considero que ajudo a melhorar a sociedade portuguesa”. Construímos uma medida única de *Impacto* resultante da média dos 6 itens medidos (á de Cronbach = .869).

Reforço dos Valores. Assumindo que os valores definidos na Constituição da República Portuguesa são princípios orientadores relevantes do nosso comportamento enquanto cidadãos portugueses e, portanto, valores relevantes para a definição da Identidade Nacional, medimos a crença dos participantes em relação ao impacto da sua participação na promoção de cada um dos seguintes valores: *Liberdade, Justiça, Dignidade, Solidariedade, Igualdade, Paz, Integridade, Compreensão e Responsabilidade*, através do item “Considero que a minha participação na sociedade promove este valor”, numa escala de 7 pontos (1 = *Discordo totalmente* e 7 = *Concordo totalmente*). Construímos uma medida única de avaliação da promoção desses valores, resultante da média dos 9 valores medidos (á de Cronbach = .838)³³.

Motivação para Participar Civicamente. No sentido de medir a intenção dos participantes de participar em iniciativas cívicas, foi pedido aos participantes que indicassem o grau de motivação para participarem em ações, como por exemplo: grupos religiosos, voluntariado, movimentos sociais (e.g., manifestações, greves), petições, ações de protesto e debates

³² Para a validação do instrumento utilizado, realizou-se um pré-teste com base em entrevistas, seguido de um estudo piloto com uma amostra aleatória.

³³ $M = 5,68; DP = 1,10$

sobre questões sociais, através do item “De uma maneira geral, como define a sua motivação para participar” numa escala de 7 pontos (1 = *Pouca motivação* e 7 = *Muita motivação*). Construímos uma medida única de *Motivação* resultante desse item.

Participação Política. Neste grupo, foi medida a participação dos participantes apenas em atos eleitorais (eleições legislativas, presidência da república e eleições autárquicas) através de 3 itens em escalas de 7 pontos (1 = *Nunca* e 7 = *Sempre*)., dos quais destacamos os seguintes exemplos: “Costuma votar nas eleições legislativas (para a Assembleia da República)?” e “Costuma votar nas eleições para a Presidência da República?”. Construímos uma medida única de *Participação Política* resultante da média dos 3 itens medidos (á de Cronbach = .958).

Identificação Nacional. Com o objetivo de medir o grau de identificação nacional dos participantes, pedimos-lhes para responderem a 5 itens em escalas de 7 pontos (1 = *Discordo totalmente* e 7 = *Concordo totalmente*), dos quais destacamos os seguintes exemplos: “De uma maneira geral, identifico-me com a sociedade Portuguesa.” e “É importante para mim ser português”. Construímos uma medida única de *Identificação Nacional* resultante da média dos 5 itens medidos (á de Cronbach = .885)

RESULTADOS

Identificação Nacional. Através de uma análise correlacional no sentido de estabelecer a intensidade e direção da relação linear entre cada uma das medidas utilizadas neste estudo, verificou-se que a *Identificação Nacional (Identidade Social)*, apresenta uma correlação positiva significativa com todas restantes variáveis (ver Tabela 1). Assim, apesar de não ser possível estabelecer uma relação causa-efeito entre as variáveis estudadas, podemos inferir que quanto mais os participantes confiam nas instituições nacionais, mais elevada a identificação social.

Tabela 1. Correlações Momento-Produto de Pearson entre as Medidas

Medidas	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
1 Eficácia e Controlo da Corrupção	1						
2 Av. Confiança nas Entidades Nacionais	.416***	1					
3 Impacto da Participação na Sociedade	.132**	----	1				
4 Reforço dos Valores	.125**	----	.496***	1			
5 Motivação para Participar Cívicamente	.115**	.116**	.452**	.318**	1		
6 Participação Política	----	.137***	.134***	.124**	.205**	1	
7 Identidade Nacional	.175***	.312***	.201***	.237***	.217***	.181***	1

*p≤.05; ** p≤.01; *** p≤.001

Confiança nas Entidades. Os resultados, no geral, são encorajadores quanto às nossas predições. A confiança nas entidades nacionais está positivamente relacionada com a perceção de eficácia contra a corrupção e com a participação política (para além da motivação para participar em iniciativas cívicas futuras). É de notar que, no entanto, não se relaciona com a crença do individuo quanto ao impacto da sua participação na

promoção dos valores sociais e na melhoria da sociedade. Temos, portanto, um grupo de associações significativas entre as medidas de confiança na ordem social vigente e na participação eleitoral.

Impacto da Participação na Sociedade. Verificamos, por outro lado, um outro grupo de associações sobre a participação dos indivíduos na sociedade. Quanto maior a crença dos participantes de que a sua participação na sociedade tem algum impacto, maior a participação política e a motivação para participar civicamente. É interessante também notar (tal como previsto), que a percepção de que a participação dos indivíduos promove os valores sociais está também significativamente associada a estas medidas de participação.. A avaliação do impacto da participação na sociedade não apresenta, contudo, qualquer relação com a avaliação da confiança nas entidades nacionais.

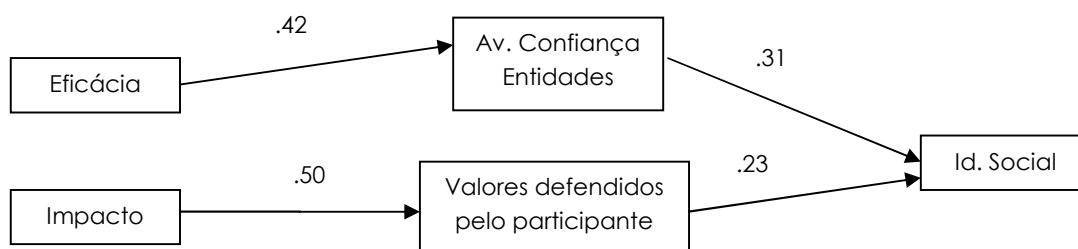
Assim, se por um lado temos um grupo de variáveis relacionadas com a confiança na ordem social que está significativamente associada à identidade nacional, por outro temos (e separadamente), outro conjunto de variáveis relacionadas com o impacto da participação dos indivíduos também no reforço identitário.

Ambos os tipos de participação, quer a institucional (*Participação Política*) quer a cívica (*Motivação*) estão associados a ambos os grupos de medidas.

De seguida, e com o intuito de testarmos os nossos modelos, procedemos a uma análise de equações estruturais de forma a encontrar o modelo com este conjunto de variáveis que evidencie melhor ajuste.

Preditores da Identidade Nacional. Tendo por base os pressupostos teóricos mais estruturais apresentadas anteriormente, começamos então por testar a ideia de que a confiança e satisfação com a ordem social atual, assim como o impacto na crença da eficácia da participação do indivíduo na sociedade através da defesa dos valores são, preditores da identidade nacional (Figura 1).

Figura 1. Modelo 1. **Preditores da Identidade Nacional.**



Todos os coeficientes de regressão standardizados (betas) são significativos ($p \leq .001$; $p \leq .01$; $p \leq .05$).

Tabela 1. Resultados da análise de equação estrutural do Modelo 1.

	χ^2 (df)	CMIN/DF	GFI	NFI	CFI	RMSEA	AIC
Modelo 1	19,740 (6) **	3,290	.988	.953	.966	.060	37,740

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$

Os resultados referentes ao modelo com melhor ajuste em relação às medidas estudadas (Figura 1), mostram, com efeito, que a identificação nacional dos indivíduos é predita, de

forma significativa, tanto pela crença dos indivíduos de que a ordem social é satisfatória, como pelo facto de considerarem que a sua participação na sociedade tem impacto social.

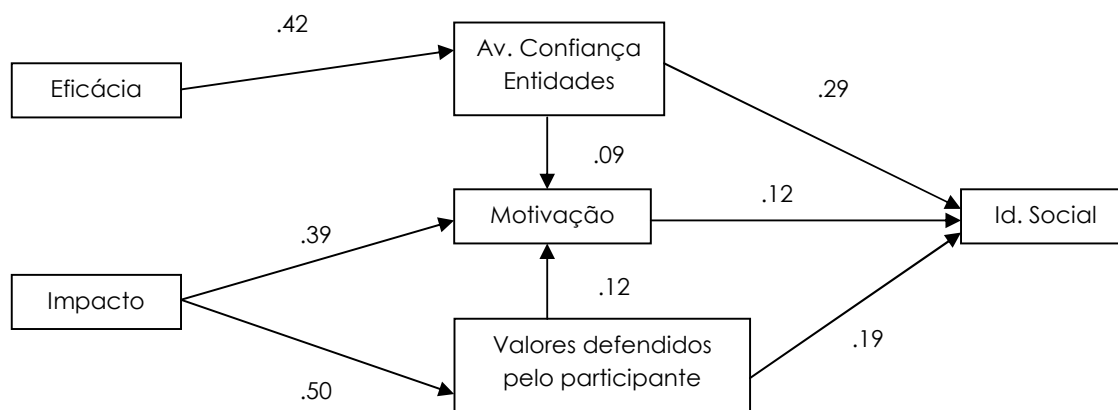
É, no entanto, de salientar que a confiança nas entidades é um mediador da relação entre a percepção de eficácia em lidar com o desvio e a identificação nacional. Estes resultados são consistentes com os pressupostos da teoria da dinâmica de grupos subjetiva, na medida em que sugerem que a percepção de que o grupo (sociedade Portuguesa) é capaz de lidar com o desvio (corrupção) determina um reforço na identidade social, na medida em que os indivíduos acreditam que a ordem social é eficaz (acreditam que os padrões normativos do grupo são válidos).

Por outro lado, devemos salientar que a crença dos indivíduos de que a sua participação tem impacto na melhoria da sociedade é um preditor da identidade nacional, na medida em que os indivíduos consideram que a sua participação promove os valores sociais (padrões normativos que a sociedade Portuguesa deveria defender).

Participação Cívica e Política, e Identidade Nacional. De seguida, tendo por base este modelo encontrado, decidimos testar de que forma é que a participação, quer cívica, quer política manifestada pelos participantes, se integram no modelo. Os modelos reportados neste artigo referem-se aos modelos que mostram melhores valores de ajuste dos dados.

O modelo com melhor ajuste relativo à participação cívica, encontra-se abaixo (ver Figura 2 e Tabela 2). Os resultados revelam que incluindo este mediador, o modelo anterior melhora os valores de ajustamento, revelando que a motivação para participar na sociedade é uma variável importante no reforço da identificação social (Figura 2).

Figura 2. Modelo 2. **Participação Cívica e Identidade Nacional.**



Todos os coeficientes de regressão standardizados (betas) são significativos ($p \leq .001$; $p \leq .01$; $p \leq .05$).

Tabela 2. Resultados da análise de equação estrutural do Modelo 2.

	χ^2 (df)	CMIN/DF	GFI	NFI	CFI	RMSEA	AIC
Modelo 2	16,289 (7) *	2,327	.991	.972	.984	.046	44,289

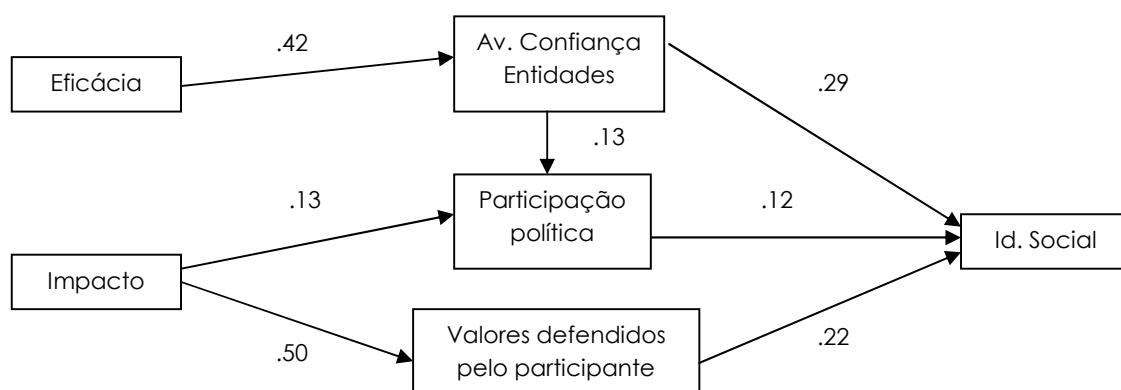
* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$

Os resultados indicam que a motivação para participar civicamente é predita tanto pela crença de que as entidades nacionais são confiáveis, como pela crença de que a sua

participação é importante para a sociedade. A motivação para a participação cívica prediz, por sua vez, e de forma positiva, o empenho dos indivíduos para com a sociedade Portuguesa.

Procurámos encontrar o modelo de melhor ajuste que determinasse o peso da participação política no reforço da identificação nacional (Figura 3).

Figura 3. Modelo 3. **Participação Política e Identidade Nacional.**



Todos os coeficientes de regressão standardizados (betas) são significativos ($p \leq .001$; $p \leq .01$; $p \leq .05$).

Tabela 3. Resultados da análise de equação estrutural do Modelo 3.

	χ^2 (df)	CMIN/DF	GFI	NFI	CFI	RMSEA	AIC
Modelo 3	24,374 (8) **	3,047	.987	.946	.963	.057	50,374

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$

O modelo encontrado, apesar de igualmente aceitável em termos de valores de ajustamento (Tabela 3) revela um pior ajuste. A *Participação política* relaciona-se essencialmente, e de forma intensa, com a confiança nas instituições nacionais. Quanto mais os participantes confiam na ordem social portuguesa, mais consideram que a sua participação política será relevante para a promoção da identidade nacional. Ao contrário da Motivação para a participação cívica, este tipo de participação não se relaciona com a crença de que a sua participação ajuda a promover os valores supremos da sociedade Portuguesa. Estes resultados sugerem que a *participação política* não parece ser um instrumento de defesa dos padrões do grupo (valores), mas possivelmente uma resposta à avaliação favorável das entidades nacionais na manutenção da ordem social.

CONCLUSÕES

Os nossos resultados, tal como esperávamos, mostram a existência de "dois caminhos" para o reforço da identidade nacional. Por um lado, a crença de que a sociedade Portuguesa lida eficazmente com a corrupção e a confiança na ordem social vigente são um estímulo ao reforço dos laços que os indivíduos estabelecem com esta sociedade. Com efeito, a perceção de eficácia no controlo da corrupção revelou-se um preditor relevante da

identidade nacional, mediado pela confiança nas instituições Portuguesas, e na ordem social vigente. Estes resultados são consistentes com os pressupostos da teoria da dinâmica de grupos subjetiva, na medida em que sugerem que a crença de que o grupo (sociedade Portuguesa) implementa eficazmente os mecanismos de controlo social disponíveis sobre o desvio (neste caso, a corrupção) é um fator determinante no restauro de uma identidade social positiva. No entanto, a eficácia da percepção de reação ao desvio é um preditor da identidade nacional na medida em que os indivíduos validam subjetivamente a sociedade Portuguesa (crença na fiabilidade das instituições nacionais).

Por outro lado, a percepção de que a participação dos indivíduos tem impacto no reforço dos padrões normativos e valorativos da sua sociedade parece ser um forte consolidador da coesão social. No entanto, esta relação existe na medida em que os indivíduos acreditam que a sua participação fortalece os valores nacionais definidos na Constituição.

Assim, o reforço da identidade nacional parece ser estimulado tanto pela crença de que a ordem social (instituições nacionais) é fiável e funcional (validade subjetiva do grupo), como pela percepção de que a participação dos indivíduos fortalecem os valores sociais, legitimando a validade subjetiva da sociedade Portuguesa. Os resultados apontam ainda para o fato destes dois preditores do reforço da identidade social serem determinante para que os indivíduos participem ativamente na sociedade, tanto em termos políticos como em termos cívicos. Com efeito, quanto mais confiam nas instituições nacionais (ordem social) e quanto mais consideram que a sua participação tem impacto para o melhoramento da sociedade, mais os indivíduos mostram que participam eleitoralmente e mais motivados estão para a participação cívica.

No entanto, os dois tipos de participação (política e cívica) parecem ser determinados por motivos diferenciados. Com efeito, apenas a motivação para a participação cívica parece ser percebida como reforçadora dos valores Constitucionais. Pelo contrário, a participação política eleitoral não é percebida como fonte de validação dos valores nacionais. Perante este resultado, poderemos supor que este tipo de participação esteja mais associada a uma identificação social num outro nível de abstração (nível mais subordinado de categorização social), nomeadamente, a uma identificação partidária, sendo o voto eleitoral ação necessária para o reforço da distintividade positiva do grupo (partido político) com o qual o sujeito se identifica; com os valores que o definem e/ou com o grupo de pessoas que o constituem. A participação eleitoral pode também estar fortemente associada a um conjunto de valores de natureza política, como o autoritarismo, religiosidade e conservadorismo social (para uma análise mais aprofundada ver Antunes, 2008).

Em conclusão, estes dados sugerem que o envolvimento dos indivíduos em ações coletivas poderá servir para restaurar uma identidade social fragilizada e fortalecer o grupo. No entanto, este estudo não fornece todas as explicações quanto aos fatores que desencadeiam esta motivação para participar e defender os valores.

Podemos apenas supor que na base da motivação para o envolvimento em ações coletivas poderá estar a percepção de uma anomia social resultante de uma avaliação desfavorável do desempenho do seu grupo, levando o indivíduo a adotar estratégias alternativas no sentido de contribuir para repor o valor positivo do mesmo.

AGRADECIMENTOS

A toda a equipa do Grupo de Investigação em Psicologia Social (FPCEUP).

CONTACTO PARA CORRESPONDÊNCIA

Catarina Carvalho (catarina.nslcarvalho@gmail.com)

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Rua Alfredo Allen, 4200-135 Porto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antunes, R. (2008). Identificação Partidária e Comportamento Eleitoral – Factores Estruturais, Atitudes e Mudanças no sentido de voto. Dissertação de Doutoramento em Psicologia Social. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Coimbra.
- Dalton, R. J. (2000) Citizen attitudes and political behavior. *Comparative Political Studies*, vol. 33, 6/7, 912-940.
- Durkheim, E. (1893/1984). *A divisão do trabalho social* (2ª Ed.). Vol. I. Lisboa: Editorial Presença.
- Durkheim, E. (1895/1987). *As regras do método sociológicos*. Lisboa: Editorial Presença.
- Marques, J. M., Páez, D. & Abrams, D. (1998). Social identity and intragroup differentiation as subjective social control. In S. Worchel, J. F. Morales, D. Páez & J.-C. Deschamps (Eds.), *Social Identity: International perspectives* (pp. 124-141). Nova Iorque: Sage.
- Marques, J. M., & Páez, D. (2008). Dynamique de groupes subjective: un cadre théorique pour l'effet brebis galeuse. In R. V. Joule et P. Huguët (Eds), *Bilans et perspectives en psychologie sociale* (Série n° 2, pp. 71-115). Grenoble: Presses Universitaires de Grenoble.
- Salazar, M. J. (1998). Social Identity and National Identity. In S. Worchel, J. F. Morales, D. Páez & J.-C. Deschamps (Eds.), *Social Identity: International perspectives* (pp. 114-123). Nova Iorque: Sage
- Sousa, L. & Tiães, J. (2008). *Corrupção e os Portugueses: Atitudes, Práticas e Valores*. Lisboa: RCP Edições.
- Tajfel, H. (1978). *Differentiation between social groups: studies in the social psychology of intergroup relations*. Londres: Academic Press.
- Turner, J. C.; Hogg, M. A., Oakes, P. J., Reicher, S. D., & Wetherell, M. S. (1987). *Rediscovering the social group: A self-categorization theory*. Oxford, UK: Basil Blackwell.