

Motivação intrínseca e extrínseca em crianças de 7 a 14 anos na iniciação do voleibol

Ana L. C. de Souza¹, Ronaldo P. de Oliveira Filho¹
¹Universidade Católica de Brasília

Contato: analuiza@efr.zzn.com

RESUMO: O presente artigo tem como objetivo verificar os níveis de motivação intrínseca e extrínseca entre os alunos do Instituto Amigos do Vôlei (IAV) com idade entre 7 e 14 anos fazendo uma comparação entre os gêneros feminino e masculino. A amostra constou de 200 alunos sendo 100 do sexo masculino e 100 do sexo feminino pertencentes à faixa etária acima determinada. Concluiu-se que meninas e meninos não apresentam grandes diferenças entre as faixas etárias pesquisadas no que diz respeito às motivações. No entanto, ao comparar as faixas etárias nota-se que os alunos de 11 a 14 anos importam-se mais com as questões de rendimento. Dentre os fatores motivacionais intrínsecos destacam-se: “me divirto” (97,2%), “faço exercícios” (96,3%), “me sinto saudável” (94,5 %). Já nos extrínsecos: “gosto do professor” (94,5%), “conheço pessoas novas” (89,9%), “me sinto parte de uma equipe” (88,0%). Os fatores que têm os scores mais baixos, ou seja, que não tem tanta importância na motivação da prática do voleibol para os alunos, principalmente em crianças com 7 a 10 anos, foram os extrínsecos: “meu rendimento é melhor que o de meus colegas” (12,84 %), “Esqueço de outras coisas não relacionadas ao voleibol” (34,86%), “minhas opiniões são aceitas” (45,87 %). Os resultados desta pesquisa foram compatíveis com as pesquisas feitas pelos autores estudados. Os fatores observados como os principais responsáveis pelo início da prática esportiva foram: diversão; razões sociais (amizade, companheirismo); aptidão física; pertencer a um grupo; aprender e desenvolver habilidades motoras.

Introdução

Motivação

Quando um indivíduo deseja realizar algo, ou simplesmente manter sua vontade, a motivação é ponto de referência, pois, se trata de uma série de condições que satisfaça o indivíduo com o desejo em continuar a fazer alguma coisa. Samulski (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) define motivação como a totalidade dos fatores que determinam as formas de comportamento dirigidas a um objetivo.

Segundo Cratty, B. J (citado por TRESKA, R. P.; DE ROSE JR, D., 2000), a motivação é o processo que leva as pessoas a uma ação ou à inércia em diversas situações, sendo ainda o exame das razões pelas quais se escolhe fazer algo, executar algumas tarefas com maior empenho do que outras, ou persistir numa atividade por longo período de tempo.

Heckhausen (1963, 1980) (apud SAMULSKI (1990), citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) conceitua a motivação para o rendimento, que busca melhorá-lo ou aperfeiçoá-lo, e cita suas duas tendências: procurar o êxito e evitar o fracasso, o que seria o objetivo dos esportes de alto rendimento.

O comportamento do indivíduo varia em duas dimensões: direção e intensidade.

Enquanto a direção especifica a meta que a pessoa está se esforçando para atingir, a intensidade refere-se à quantidade de esforço que aquela pessoa faz na tentativa de alcançar a meta pretendida. Analisando-se o processo de direção de um motivo, constata-se que a

motivação, como construto abstrato, é um termo amplo, que inclui necessidades, impulsos, desejos, interesses, propósitos, atitudes e aspirações de um indivíduo. O motivo é, portanto, um fator interno que aciona o comportamento. (BRODY, N., apud TRESKA, R. P.; DE ROSE JR, D., 2000)

As metas proporcionam tanto a direção quanto à avaliação do progresso, elas podem representar um fator motivacional que guia e dá propósito ao comportamento.

Devem ser desafiadoras, porém realistas e acessíveis. Certas propriedades das metas (especificidade e proximidade) ajudam a fornecer padrões claros de adequação através dos quais será avaliado o decorrer da performance. Enquanto as metas de longo alcance agem como um incentivo ou guia para a ação, o alcance das metas de curto prazo previamente estabelecidas dá ao atleta uma sensação crescente de orgulho, realização e auto-satisfação. As metas também são importantes porque proporcionam padrões de auto-avaliação através dos quais se pode julgar a capacidade do indivíduo. (citado por slides demonstrados na aula de psicologia pelo professor PACHECO)

As pessoas têm uma necessidade inata de se sentirem competentes e autodeterminantes em relação a seu meio. Quando as pessoas almejam e alcançam níveis de performance desejados, experimentam uma sensação de auto-satisfação em saberem que elas responderam a seus próprios padrões de referência. John Wooden, ex- técnico de basquete da UCLA, define o sucesso como

“paz de espírito que é resultado direto da auto-satisfação em saber que você fez o seu melhor para tornar-se o que você é capaz de se tornar” . A vontade de fazer o melhor, de se sobressair, faz parte de um constante desejo de auto-aperfeiçoamento. Portanto, as metas nos proporcionam os padrões para fazer o nosso melhor, descobrir o que somos e o que não somos capazes de alcançar.(ib idem)

Para que um grupo seja eficaz, os indivíduos devem unir vários interesses próprios para apoiar as propostas compartilhadas ou as metas comuns. As propostas compartilhadas explícitas, que são desafios reais, facilitarão os esforços contínuos, a eficácia coletiva e o orgulho naquilo que o grupo está tentando concluir.(ib idem)

Samulski (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) diz que o objetivo do ensino e treinamento deve ser desenvolver no aluno/atleta a capacidade de autocontrole, automotivação (motivação intrínseca) e a capacidade de assumir responsabilidade em situações de fracasso.

Para Nietzsche (PENNA, A. G.) (apud TRESCA, R. P.; DE ROSE JR, D., 2000), todo conhecimento nada mais representa do que a realização de uma vontade, que se revela como uma aspiração potencial. A aprendizagem está ligada a um processo de mudança. Assim, podem ser incluídos no campo da aprendizagem não apenas conhecimentos e habilidades, mas também preferências, preconceitos e relações afetivas (CORIA-SABINI, M. A.) (apud TRESCA, R. P.; DE ROSE JR, D., 2000)

Fatores intrínsecos e extrínsecos

A motivação é um tema muito pesquisado pela psicologia experimental. Através da análise de diversas pesquisas pode-se verificar que os desejos internos desconhecidos, que se apresentam como necessidades, são impulsionadores de atividades que levam o indivíduo a assumir este ou aquele comportamento (PEREIRA) (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001).

As teorias motivacionais destacam que um indivíduo pode ter, como fonte de suas ações, razões internas ou externas (DECI, E. L., MARTIN & HALL; MURRAY, E. J; PAPAIOANNOU, A.; PENNA, A. G.). A motivação intrínseca, ou seja, guiada por razões internas, é a forma mais desejada desse construto, pois proporciona o desenvolvimento da autonomia e da personalidade (BUTT, D. C e CRATTY, B. J.).

Todos possuem os denominados motivos intrínsecos para aprender, motivos que não estão subordinados a recompensas exteriores. (apud TRESCA, R. P.; DE ROSE JR, D.,2000) “É nos motivos interiores do sujeito que diversas forças de diferentes origens se coadunam e se debatem, para tomarem uma direção que impulsionará o sujeito para este ou aquele caminho, garantindo-lhe o interesse e a interpretação de seus próprios desejos inconscientes.

No momento em que o indivíduo manifesta interesse por determinada ação, diz-se que ele age em função de um objetivo. O objetivo aparece como algo desejável. O desejável pode apresentar-se

como necessário, sem o qual o indivíduo não alcançará satisfação plena de suas tendências mais profundas e se sentirá desmotivado para procurar outros objetivos.

Dessa forma, a motivação aparece como uma predisposição interna que leva o indivíduo a agir em direção a determinado objetivo, significando portanto, uma atitude psicológica do indivíduo em direção a objetivos, como resultado de alguma necessidade ou desejo não satisfeito; o comportamento é estimulado a algum tipo de mudança, que implica na aquisição de aprendizagens, de tal forma que o sujeito consegue reduzir a ansiedade e aumentar seu sentimento de prazer. Ao alcançar desempenhos bem sucedidos, há um aumento do desejo específico de resultados, o que aumenta sua satisfação e conseqüentemente a sua motivação.” (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001)

Segundo Samulski (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) a motivação depende de fatores intrínsecos (pessoais) e extrínsecos (ambientais) e se diferencia em técnicas de ativação e técnicas de estabelecimento de metas. Ainda para este autor, nos determinantes internos encontram-se:

- nível de aspiração, que seria a expectativa quanto ao próprio desempenho futuro;
- motivação, que depende da hierarquia dos motivos. Segundo esta hierarquia, o motivo mais desejado na vida é o da auto - realização, que no esporte pode ser obtida de várias maneiras;
- atribuição causal, em que o atleta

busca analisar os fatores que foram responsáveis pelo êxito ou pelo fracasso. Essa atribuição pode ser interna (próprios esforços) ou externa (dificuldade da tarefa ou casualidade).

Já os determinantes externos dizem respeito a:

- incentivos: elogios, reconhecimento, dinheiro;
- dificuldades e problemas: tarefas muito fáceis ou muito difíceis são desmotivadoras.

A recompensa intrínseca está na resolução de um desafio mental, em superar as próprias limitações ou descobrir algo que se considere útil. As recompensas extrínsecas podem iniciar e manter algumas atividades, porém não são suficientes para explicar a maior parte da motivação humana, principalmente a relacionada à aprendizagem (CORIA-SABINI, M. A) (apud TRESCA, R. P.; DE ROSE JR, D., 2000)

Uma motivação média parece favorecer um rendimento máximo, já os índices muito baixos ou muito altos de motivação implicam em rendimentos baixos.

Técnico/ professor

“O técnico/professor precisa levar em conta determinadas necessidades específicas na área de aprendizagem motora, as quais terão importância na capacidade de reduzir o nível de ansiedade do indivíduo”.(citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001)

Segundo Webster apud Marques (1988) (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) , a

atitude do técnico/professor frente a sua equipe antes do jogo pode ser encorajadora, apesar da ansiedade gerada pela competição e vontade de perseguir a vitória, ou pode ser frustradora, criando um nível tão alto de ansiedade que ela interfere no desempenho dos jogadores, bloqueando as atividades positivas, acarretando-lhes uma derrota.

“Alguns pontos que devem ser enfatizados para o alcance cada vez maior da participação nos programas de esporte:

- aplicação de uma dinâmica adequada aos programas visando facilitar os caminhos que despertam os motivos dirigidos à aprendizagem;

- os técnicos/professores devem assumir uma postura crítica e científica sobre o seu trabalho, e que este deve levar em conta as necessidades e desejos específicos dos indivíduos;

- os problemas relacionados aos programas de treinamento devem ser revisados continuamente construindo novos compromissos e descobrindo outras possibilidades de ensino.” (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001)

Motivos para o ingresso no esporte

Weiss (1993) (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) considera três fatores como os principais responsáveis pelo início da prática esportiva por crianças: a) modelo e reforço de parentes e professores; b) oportunidade de se envolver e demonstrar habilidades motoras competentes; c) atributos que variam do sexo, raça, classe social, etc.

Scanlan et all (1993) (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) destacam a busca de diversão, incentivo de parentes e professores, desejo de desenvolver e demonstrar habilidades e de se tornar um líder (“status”), como fatores motivacionais para crianças.

Alguns fatores citados por Buonamano & Mussino (1995) (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) para a motivação de crianças na prática inicial de esporte foram:

⇒ diversão 49,2%

⇒ razões físicas 32,0% (ficar em forma, saúde, ficar forte)

⇒ razões sociais 8,9% (fazer novos amigos)

⇒ razões competitivas 4,2%

⇒ aprender e desenvolver habilidades motoras 2,9%

⇒ ascensão social 2,8% (status, dinheiro e popularidade) Gill, Gross & Huddleston (apud PASSER 1983, citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) relacionam em seus trabalhos os seguintes motivos para a prática esportiva infantil:

a) Afiliação: novas amizades, pertencer a um grupo;

b) Desenvolvimento de habilidades: “ser bom em alguma coisa”;

c) Excitação: ação, experiências novas e interessantes;

d) Sucesso e status: tornar-se importante, ganhar reconhecimento;

e) Aptidão física: ficar em forma, fazer exercício;

f) Descarregar tensão.

Weiss (1993) (citado por

KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) descreve vários estudos realizados com atletas infanto - juvenis sobre a questão da motivação para a participação no esporte. Todos os trabalhos encontraram algumas variáveis principais em comuns, que foram agrupadas em quatro grupos principais:

- Competência: aprender e incrementar habilidades, atingir metas pessoais;
- Afiliação: estar com ou fazer novos amigos;; ser parte de um time ou grupo;
- Competição: vencer, ter sucesso;
- Diversão: excitação, desafio, ação.

“Crianças mais novas motivam-se principalmente por fatores externos, como reforço de parentes, status e sucesso. Já adolescentes demonstram uma motivação mais intrínseca, voltada para o aspecto de auto-superação, desenvolvimento das próprias habilidades e melhora da condição física.” (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001) Num estudo realizado por Ogilvie e Tutko (1971) (apud DESCHAMPS, S. R.; DE ROSE JR., D., 2006) esportistas são caracterizados por alguns traços de personalidade:

- Motivados para o rendimento e colocam-se a si e a outras pessoas objetivos elevados, porém realistas;
- Ordenados e disciplinados, dispostos para a liderança e respeito às autoridades;
- Elevada capacidade de autoconfiança, resistência psíquica, autodomínio, baixo nível de ansiedade e alta capacidade para ter comportamentos

agressivos.

Neste mesmo estudo foram encontrados esportistas com problemas, apresentando características de comportamentos neuróticos como: superansiedade, receio do sucesso, tendência a atitudes depressivas, sensibilidade exacerbada em relação ao insucesso ou crítica externa.

Segundo William Beausay (citado por CLARKSON 1999, apud DESCHAMPS, S. R.; DE ROSE JR., D., 2006), existem muitas motivações para os atletas, cada uma é influenciada pela combinação de muitas do passado:

- Dinheiro: Isto é um bom motivador precoce na carreira, principalmente se tem que ajudar a família;
- Ego: Existe uma necessidade de sentir-se importante, e a maior de nossas necessidades é satisfazer o ego;
- Coleguismo: É bom se sentir pertencendo a um grupo;
- Expectativas: Vivem de acordo com as expectativas dos outros;
- Realização: Alguns atletas têm a necessidade de ter coisas para fazer;
- Excelência: Necessidade de se superar;
- Amor ao jogo: Alguns amam o que fazem.

“A motivação de cada desportista é passível de mudança, a partir do momento que haja mudança de interesses, necessidades, motivos; em todo o processo que está implicado na motivação, o atleta não precisa manter-se apegado a influências de motivações passadas, ele pode decidir por um caminho novo a seguir”.(apud DESCHAMPS, S. R.;

DE ROSE JR., D., 2006).

Sendo assim, o objetivo do presente trabalho foi verificar os níveis de motivação intrínseca e extrínseca entre os alunos do Instituto Amigos do Vôlei (IAV) com idade entre 7 e 14 anos fazendo uma comparação entre os gêneros feminino e masculino.

Materiais e Métodos

Amostra

Participaram do estudo um total de 200 alunos do Instituto Amigos do Vôlei (IAV) com idade entre 7 e 14 anos sendo 100 do sexo feminino e 100 do sexo masculino do núcleo Areal, sendo as aulas realizadas na UCB, Universidade Católica de Brasília.

Instrumento utilizado

Foram utilizados questionários adaptados às crianças, visando a identificação dos motivos intrínsecos e extrínsecos em uma aula de voleibol.

Coleta de dados

Para as crianças mais novas (com faixa etária de 7 a 9 anos), para maior compreensão dos alunos, os questionários foram preenchidos com auxílio do aplicador

Já os alunos acima de 10 anos, os questionários foram preenchidos pelos

mesmos.

Questionário

O questionário foi baseado no de Kobal, 1996 (citado por TRESKA, R. P.; DE ROSE JR, D., 2000) e na pesquisa realizada por Ewing & Seefeldt, 1989 (apud WEINBERG & GOULD 1995, citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001). As afirmações foram tabuladas através de uma escala tipo Likert de alternativas (citado por TRESKA, R. P.; DE ROSE JR, D., 2000).

Resultados

Em relação à motivação intrínseca e extrínseca na faixa etária de 7 a 10 anos e de 11 e 14 anos, não houve diferença significativa entre eles o mesmo ocorrendo de modo geral para meninas e meninos. Em alguns aspectos foram verificadas pequenas diferenças, como no caso das crianças entre 7 a 10 anos, ao darem menos importância a questões do rendimento demonstrando que esse não é um fator motivador tanto quanto é para os alunos de 11 a 14 anos, sendo este fatos mais importantes ressaltado para as meninas de 11 a 14 anos e nos meninos de 7 a 10 anos.

Notou-se também um equilíbrio entre os fatores extrínsecos e intrínsecos. Os fatores destacados entre eles foram:

Aspecto	Score	Tipo de motivação
Me divirto	97,2%	Intrínseca
Faço exercícios	96,3%	Intrínseca
Gosto do professor	94,5%	Extrínseca
Me sinto saudável	94,5%	Intrínseca
Conheço pessoas novas	89,9%	Extrínseca
Acho importante aumentar meus conhecimentos sobre esporte e outros conteúdos	88,0%	Intrínseca
Me sinto parte de uma equipe	88,0%	Extrínseca
Espero ser recompensado pelo meu esforço	88,7%	Extrínseca

Foi verificado que os fatores motivacionais com menor repercussão entre os pesquisados, não mostrou diferença consideráveis entre os gêneros, e

ficou mais ressaltados entre os alunos de 1 a 10 anos. Os fatores destacados como de menos repercussão foram:

Aspecto	Score	Tipo de motivação
Meu rendimento é melhor que o de meus colegas	12,84%	Extrínseca
Esqueço de outras coisas não relacionadas ao voleibol	34,86%	Extrínseca
Minhas opiniões são aceitas	45,87%	Extrínseca

Conclusão

Comparando meninas e meninos não existem grandes diferenças entre as faixas etárias pesquisadas. No entanto ao comparar as faixas etárias nota-se que os alunos de 11 a 14 anos importam-se mais com as questões de rendimento. Em relação a fatores motivacionais nota-se que alguns tem um peso muito grande atribuídos pelos alunos.

Nos fatores intrínsecos destacam-se: me divirto (97,2%), faço exercícios (96,3%), me sinto saudável (94,5 %). Já nos extrínsecos: gosto do professor (94,5%), conheço pessoas novas (89,9%), me sinto parte de uma equipe (88,0%). Os fatores que têm os scores mais baixos, ou seja, que não tem tanta importância no motivação da prática do voleibol para os alunos, principalmente em crianças com 7 a 10 anos, foram os extrínsecos: Meu rendimento é melhor que o de meus colegas (12.84 %), Esqueço de outras coisas não relacionadas ao voleibol (34,86%), Minhas opiniões são aceitas (45,87%).

Verificou-se que o resultados desta pesquisa foram compatíveis com as pesquisas feitas pelos autores estudados. Os fatores observados como os principais responsáveis pelo início da prática esportiva para Scanlan et all (1993) (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001), Buonamano & Mussino (1995) (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001), Gill, Gross & Huddleston (apud PASSER 1983, citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.;

SANTOS, S. S, 2001), Gill, Gross & Huddleston (apud PASSER 1983, citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001), Weiss (1993) (citado por KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S, 2001), foram os mesmos destacados nesta pesquisa:

- Diversão;
- Razões Sociais (amizade, companheirismo);
- Aptidão física;
- Pertencer a um grupo;
- Aprender e desenvolver habilidades motoras.

É importante que os professores de Educação Física tenham conhecimento destes fatores, pois isso contribuirá numa melhor elaboração na sua aula, tanto no planejamento quanto nas intervenções, possibilitando maior aderência do aluno na prática esportiva.

Referências Bibliográficas

DESCHAMPS, S. R.; DE ROSE JR. **Os aspectos psicológicos de personalidade e da motivação no voleibol masculino de alto rendimento**. Revista Digital, Buenos Aires, Ano 10, n 92, 2006.

GOUVEA, F. L. et al. **Carga psíquica em situações de jogo: avaliação em equipes masculinas e femininas de voleibol infanto-juvenil**. Salusvita, Bauru, v. 23, n. 1, p. 63-76, 2004.

KNIJNIK, J. D.; GREGUOL, M.; SANTOS, S. S. **Motivação no esporte infanto-juvenil: uma discussão sobre razões de busca e abandono da prática esportiva entre crianças e adolescentes**. Revista do Instituto de Ciências da Saúde, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 07-13. jan./jun. 2001.

TRESCA, R. P.; DE ROSE JR, D. **Estudo comparativo da motivação intrínseca em escolares praticantes e não praticantes de dança**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v. 8, n. 2, 2000.

YUKELSON, D. D. **Motivação de grupo em equipes esportivas**. Slides demonstrados na aula de psicologia pelo professor PACHECO, R, 2º semestre de 2007