

Capítulo I
Introdução Geral

Introdução Geral

Nas diversas áreas do conhecimento, seja no âmbito acadêmico, profissional ou desportivo, o fenômeno sucesso desperta o interesse científico de forma a buscar uma melhor compreensão do fenômeno e possíveis fatores que possam facilitar o alcance do mesmo. Assim, um destes fatores, que pode representar um papel fundamental, é a personalidade do sujeito.

O modo como cada pessoa reage e interage com os outros foi definida por Allport (1961) como personalidade: uma organização dinâmica interna do indivíduo com sistemas psicofísicos que determinam as suas características de comportamento e pensamentos. Logo, os traços de personalidade podem resumir, prever e explicar o comportamento da pessoa de forma que a resposta para compreensão do mesmo estará na pessoa e não na situação no qual está inserida, sugerindo que o motivo do comportamento seja um processo ou mecanismo interno (Silva & Nakano, 2011).

Duckworth, Peterson, Matthews e Kelly (2007) estudaram determinação (*grit*) como um traço de personalidade, também conhecido por garra (Duckworth, 2016), que segundo os autores, tem valor preditivo para o sucesso e é mais significativo que o quociente de inteligência. Os autores definem determinação como perseverança e paixão para metas a longo prazo. Neste estudo, utilizaremos a palavra determinação para representar o *grit* na língua portuguesa, já que, segundo o dicionário on line português (2017), determinação é definida como a persistência para conseguir o que se deseja.

No que tange o contexto esportivo, alcançar resultados satisfatórios, bem como o sucesso, requer do atleta uma série de comportamentos que a vida atlética exige, como por exemplo: as rotinas e exigências de treino e competições fazendo com que o atleta, de uma forma regular e constante, tenha que abdicar de outras situações da sua vida, sejam elas de cunho social, afetivo, familiar ou acadêmico (Martens & Lee, 1998).

O modelo dos cinco fatores, mais conhecido como “Big Five”, é um modelo que tem o objetivo de representar os traços centrais que interagem e fundamentam a base da personalidade humana está dividido em cinco dimensões, nomeadamente, estabilidade emocional, amabilidade, extroversão, abertura à experiência e conscienciosidade (Costa & McCrae, 1992). No campo do desempenho esportivo estas condutas podem ser fundamentais para o o alcance dos resultados almejados e das metas estabelecidas.

Com o passar do tempo, a obtenção de resultados e uma vinculação do sujeito com o esporte é possível que o atleta venha adquirir uma forte identificação como atleta. A identidade atlética (IA) é definida como o grau de importância, força e exclusividade de vinculação do atleta ao seu papel desportivo (Brewer, Van Raalte & Linder, 1993; Cabrita, 2014), reforçada pelo próprio atleta e pelo contexto em que ele vive (Cabrita, 2014; Cieslak, 2004). Neste sentido, os traços de personalidade podem exercer uma forte contribuição para a formação da identidade dos sujeitos (Costa & McCrae, 1994).

Assim, entender como estes traços estão relacionados no contexto esportivo é de fundamental importância para que se possa preencher lacunas existentes no conhecimento científico, facilitando a prática profissional. Ao visualizar que a maioria das investigações sobre a determinação são de origem norte-americanas e que poucos são os estudos deste constructo no contexto esportivo, consideramos necessário aprofundar este conceito no contexto português já que há a possibilidade de a determinação se manifestar de uma forma diferente devido aos fatores históricos e culturais na sociedade portuguesa.

Com base no exposto, esta investigação surge a partir das seguintes perguntas de pesquisa:

1) Qual o panorama da literatura científica sobre o constructo Determinação? 2) Qual a relação entre os constructos Determinação, Identidade Atlética e Personalidade em praticantes de Ginástica Rítmica (GR) e não praticantes de GR com idade superior à 12 anos? 3) A Determinação é influenciada pelas variáveis de perfil sócio demográficas em praticantesde GR?

Para responder a estas questões, a presente pesquisa pretende atender aos seguintes objetivos de investigação:

- 1) Realizar um levantamento acerca do estado da arte sobre o constructo Determinação;
- 2) Estudar as relações entre a Determinação, Identidade atlética e Personalidade;
- 3) Examinar a relação entre as variáveis de perfil sócio-demográficas, nomeadamente, idade, anos de prática, escolaridade, prática de GR e vínculo federativo e o constructo Determinação;

Estrutura da dissertação

Dando prosseguimento aos objetivos gerais da dissertação, o documento que se apresenta organiza-se em 5 capítulos principais. O primeiro capítulo, introdução geral, se configura na apresentação do tema, dos objetivos gerais de investigação e da estrutura geral adotada. O capítulo seguinte caracteriza o estado da arte referente a Determinação, sendo realizada por uma revisão sistemática de literatura. O capítulo três se configura um estudo de correlação de Determinação com as variáveis psicológicas Identidade Atlética e Personalidade. O quarto capítulo apresenta um estudo sobre a relação de determinação e variáveis de perfil entre ginastas e não praticantes de GR. Cada capítulo constituiu-se como um artigo autônomo e independente. O último capítulo da dissertação, a Discussão Final, tem por função fazer a conexão entre os diferentes estudos realizados, explicitando como contribuem para melhorar a compreensão do constructo da Determinação. São também apresentadas as limitações gerais identificadas e a contribuição científica do mesmo, sugerindo-se estudos complementares e outras investigações a serem realizadas futuramente.

Capítulo II
Determinação: Uma Revisão Sistemática de Literatura

Determinação: Uma revisão sistemática de literatura.

Anelise Atkinson da Cunha¹; António Boleto Rosado¹; Andréa Pesca²; Catarina Pissara¹

¹ Faculdade de Motricidade Humana/U.Lisboa ² Faculdade Cesusc

Resumo: Determinação é definido como perseverança e paixão para metas a longo prazo (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). **Objetivo:** A presente pesquisa teve como objetivo realizar um sumário de evidências provenientes de estudos científicos buscando aprofundar a respeito do estado da arte do constructo determinação. **Método:** Foi realizada uma revisão sistemática de literatura seguindo as diretrizes de Petticrew e Roberts (2006). Para isso, foram acessadas as seguintes bases de dados eletrônicas: Medline/PubMed, Lilacs, Ovid, Science Direct, BioMed Central e www.b-on.pt com os descritores “*Grit*”, “*Grit in sport*”, “*Grit psychology*”, “*Systematic review in grit*” e “*Systematic review grit in sport*” na língua inglesa e respectiva correspondência em português. **Resultados:** Foram encontrados 27 estudos, dos quais 23 foram incluídos na presente investigação. Não foram encontradas revisões sistemáticas sobre a determinação. A maioria dos estudos são do tipo descritivo e o questionário *Grit Scale* (Duckworth & Quinn, 2009) apresentou a maior frequência como instrumento de avaliação da determinação. **Conclusões:** Os conteúdos destes estudos foram diversificados, sendo a maioria das investigações na área da educação. No esporte, há poucos estudos (n = 4) e os resultados apontam que o esporte e o exercício físico podem estar relacionados a níveis mais elevados de determinação e vice-versa. Ademais, as pesquisas sugerem relações positivas de determinação com os fatores centrais da Psicologia Positiva, como uma forma de buscar a felicidade através do sucesso, e da Psicologia Cognitiva, uma vez que os estudos apontam que a determinação está relacionada a conscienciosidade. A maioria das referências científicas sobre a determinação são americanas e não respondem questões relacionadas às diferenças contextuais regionais. Devido à escassez de referências, há a necessidade de maiores investigações sobre o tema.

Palavras-chave: Determinação, Esporte, Psicologia, Paixão, Perseverança, Sucesso.

Grit: A Systematic Review

Anelise Atkinson da Cunha¹; António Boleto Rosado²; Andréa D. Pesca³; Catarina Pissara⁴

^{1,2,4} Faculdade de Motricidade Humana/U.Lisboa ³ Faculdade Cesusc

Abstract: Grit is defined as perseverance and passion for long-term goals (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). **Goal:** The present research had as objective to make a summary of evidence from scientific studies seeking to delve into the state of the art of construct Grit. **Method:** A systematic literature review was conducted following the guidelines of Petticrew and Roberts (2006). For this, the following electronic databases were accessed: Medline / PubMed, Lilacs, Ovid, Science Direct, BioMed Central and www.b-on.pt with the descriptors "Grit", "Grit in sport", "Grit psychology" , "Systematic review in grit" and "Systematic review grit in sport" in English language and correspondence in Portuguese. **Results:** 27 studies were found, of which 23 were included in the present study. No systematic reviews on the determination were found. Most of the studies are descriptive and the Grit Scale questionnaire (Duckworth & Quinn, 2009) presented the highest frequency as a Grit instrument. **Conclusions:** The contents of these studies were diversified, with most of the investigations in the area of education. In sports, there are few studies (n = 4) and the results indicate that sport and physical exercise may be related to higher levels of grit. In addition, research suggests positive relations of grit with the central factors of Positive Psychology, as a way to seek happiness through success, and Cognitive Psychology, since the studies indicate that the grit is related to conscientiousness. Most of the scientific references to the grit are American and do not answer questions related to regional contextual differences. Due to the scarcity of references, there is a need for further research on the construct.

Key words: *Grit*, Sport, Psychology, Passion, Perseverance, Success.

Compreender os diversos aspectos psicológicos relacionados ao sucesso no esporte é um assunto que há muito tempo vem ganhando atenção no mundo acadêmico. Muitos são os fatores que compõem o sucesso no esporte sendo que os processos psicológicos são componentes que trabalham em conjunto para alcançar o sucesso esportivo, ou seja, é necessário levar em consideração outros componentes além das capacidades físicas para obter sucesso em competições (Junior, Moreno, Souza, Prado & Machado, 2007, p. 262).

Dentro desta perspectiva psicológica, o foco deste estudo é o fenômeno *Grit* pois trata-se de um constructo relativamente novo na comunidade científica, o qual tem como percussora Ângela Duckworth e colaboradores que em 2007 iniciou os estudos sobre este constructo. A determinação (*Grit*) é definida como perseverança e paixão para metas a longo prazo (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007), sendo definida como um traço de personalidade que possibilita exercer um papel importante no alcance de resultados.

Analogamente, é possível trazer o conceito da determinação para o campo esportivo uma vez que, para obter resultados, também é necessário esforço e persistência frente aos desafios encontrados ao longo da carreira esportiva, tais como: a rotina de treino muitas vezes desgastante e repetitiva; o desempenho em competições, quando o atleta não consegue atingir aos objetivos propostos; as lesões, muito comuns ao longo da vida atlética, e muitos outros fatores como a dieta alimentar, o contexto financeiro, o contexto social e o familiar, etc.

A determinação surgiu com o objetivo de compreender como algumas pessoas, com coeficientes de inteligência equiparados, conseguem atingir mais objetivos (Duckworth et. al, 2007). Nesta perspectiva, a determinação manifesta-se de forma a diferenciar-se da concepção da valorização do talento, no qual o sucesso é alcançado por

indivíduos com habilidades inatas para determinada atividade. A determinação direciona-se ao sucesso de uma outra forma: a valorização da perseverança, isto é, o sucesso é alcançado pela adição de duas componentes: a determinação em trabalhar arduamente e manter-se no caminho frente às adversidades que se apresentam e o interesse, o qual é caracterizado pelo amor e zelo em realizar a atividade foco do objetivo (Duckworth et. al, 2007).

A título de exemplo, na perseverança o indivíduo consegue crescer com os erros, aumenta a vontade estimulando-se a querer fazer mais através de uma força capaz de vencer a rotina, o medo e a insegurança. Há muitos anos, Charles Darwin e Galton já estudavam o sucesso e também compartilhavam a idéia de que os elementos do sucesso, zelo e trabalho duro desempenhavam uma função de maior importância que a capacidade intelectual (Duckworth et. al, 2007).

A determinação parece ser influenciada conforme diferentes variáveis como a prática, idade, sexo, contexto sócio cultural, educação e processos psicológicos. A valorização do esforço, influencia os níveis de determinação e fornece uma fonte para aumentar tal traço. A cultura americana tende a destacar o esforço como fator importante para alcançar o sucesso e compartilha a mesma ideologia quando relacionada com a capacidade atlética (Duckworth, 2016). Pais, escola e o esporte podem ter um papel benéfico e influenciador nessa valorização.

A prática habitual, de longo prazo e de forma deliberativa, visando a melhora contínua das habilidades, é um fator significativo para aumentar e obter níveis de determinação mais elevados (Duckworth, Kirby, Tsukayama, Berstein & Ericsson, 2011). No estudo de Duckworth et. al (2007) os adultos mais velhos possuíam níveis de determinação mais altos se comparado aos dos jovens adultos. Duckworth (2016) sugere que estas diferenças podem ser explicadas pelo contexto educacional dos adultos e da

época em que nasceram, conforme o efeito Flynn (Duckworth, 2016): as mudanças geracionais no pensamento abstrato ocorreram por meio de mudanças culturais através do tempo, principalmente o educacional, fazendo com que as crianças pratiquem mais este tipo de raciocínio.

O tempo acumulado dedicado a uma atividade pode também ter uma forte componente da determinação uma vez que no estudo de Duckworth et. al (2007), o aproveitamento educacional ao longo da vida estava associado a ela.

Os diferentes processos psicológicos também podem influenciar e estarem relacionados com a determinação. Duckworth e Gross (2014) sugerem que determinação e autocontrole, apesar de serem diferentes, são determinantes do sucesso. As capacidades auto-regulatórias fazem com que o indivíduo possa controlar e avaliar suas ações e emoções de forma a ajustá-las para conduzi-las num vetor de sucesso (Duckworth & Gross, 2014). Duckworth et. al (2007) encontraram a determinação relacionada com a conscienciosidade. No traço de personalidade conscienciosidade o indivíduo possui uma necessidade de realizar ações de maneira organizada e ordenada a fim de obter resultados (Komarraju, Karau, Schmeck & Avdic 2011). A conscienciosidade é um atributo dos cinco grandes traços de personalidade, nomeadamente: extroversão, conscienciosidade, estabilidade emocional, abertura e amabilidade (Costa & McKrae, 1992)

Processos psicológicos, que caminham na mesma vertente, também parecem ser determinantes para o sucesso como o nível da autodeterminação. Este processo determina que as motivações do sujeito, sejam elas autônoma ou de controle, são condutoras de comportamentos ou mudança dos mesmos, de forma que as motivações ajustam o comportamento na direção da realização dos objetivos (Deci & Ryan, 2008).

Outro exemplo de processo psicológico que pode ter influência no sucesso é a resistência mental, que é caracterizada por uma fusão de cognição, emoção e

comportamento (Maddi, 2006), isto é, a resistência mental necessita de um conjunto de habilidades cognitivas e emocionais no sentido de manejar emoções e pensamentos de forma a direcionar seus comportamentos para tolerar frustrações e transpôr os desafios encontrados ao longo da vida. Já a resiliência é uma capacidade para enfrentar as adversidades de modo não só a resistir-lhe ou a ultrapassá-la com êxito, mas a extrair daí uma maior resistência a condições negativas subsequentes (Barreira & Nakamura, 2006). Assim, estes constructos, a resistência mental e a resiliência, parecem também contribuir para o sucesso.

Duckworth e Quinn (2009) sugeriram que a determinação prediz a efetividade de professores, o desempenho acadêmico numa universidade de elite e nos resultados de concurso de soletração. A determinação também foi relacionada a retenção de professores no trabalho (Robertson & Duckworth, 2015) e ao engajamento no trabalho (Suzuki, Tamesue, Asahi & Ishikawa, 2015). No esporte, o engajamento desportivo e a determinação também podem se relacionar. O engajamento possui quatro características, nomeadamente confiança, dedicação vigor e entusiasmo (Lonsdale, Hodge & Raedeke, 2007) e especificamente duas delas, vigor e entusiasmo, possuem semelhanças com a característica paixão da determinação, uma vez que a paixão reflete afeto positivo e energizante. Assim, a determinação parece ter uma característica de permanecer e insistir e possui relações positivas com outros constructos como retenção, efetividade e engajamento.

A mensuração da determinação começou a ser cada vez mais explorada e avaliada após a estruturação de um modelo para estudar a relação entre perseverança, paixão, metas a longo prazo e sucesso e, assim, desenvolveram o primeiro instrumento [*Grit Scale* - 12 ítems] (Duckworth et.al, 2007). Aprimorando este modelo, os mesmos autores desenvolveram o *Short Grit Scale*, uma versão mais sucinta com 8 ítems, que avalia os

aspectos dimensionais da perseverança e da paixão com a mesma validade (Duckworth et. al, 2009). Há versões do *Grit Scale* para as línguas francesa e alemã (Duckworth, 2017); do *Short Grit Scale* na língua japonesa (Suzuki, Tamesue, Asahi & Ishikawa, 2015) e chinesa (Duckworth, 2017); e há também uma versão do *Grit Scale* – 12 ítems para crianças no qual há mudanças em algumas palavras para um melhor entendimento das mesmas sem a mudança de significado da frase (Duckworth et.al. 2007).

Assim, a realização de uma revisão sistemática acerca deste constructo se faz necessária pois disponibiliza um resumo das evidências relacionadas a uma estratégia de intervenção específica, mediante a aplicação de métodos explícitos e sistematizados de busca, apreciação crítica e síntese da informação selecionada (Sampaio & Mancini, 2007) afim de fornecer um panorama claro e objetivo sobre os fundamentos disponíveis deste constructo. Portanto, a presente pesquisa surge a partir da seguinte pergunta: Qual o estado da arte sobre a determinação no esporte? Neste sentido, a pesquisa procurou responder de forma clara, objetiva e metodológica a questão da investigação por meio dos seguintes critérios:

- 1) Síntese e descrição das principais características e resultados dos estudos;
- 2) Retratar os diferentes métodos de mensuração utilizados;
- 3) Formular considerações sobre implicações para a prática e para futuras investigações.

Método

Como estratégia de investigação, este estudo foi realizado por meio de uma revisão sistemática de literatura que buscou analisar artigos científicos a respeito do constructo determinação no esporte. Foram utilizadas as diretrizes metodológicas de

Petticrew & Roberts (2006) para a realização desta revisão. Estas diretrizes seguem as fases descritas na figura 1.

1	• Definição da questão
2	• Pesquisa de literatura
3	• Triagem das referências encontradas
4	• Verificação dos critérios de inclusão e exclusão
5	• Extração dos dados
6	• Avaliação crítica
7	• Síntese dos estudos
8	• Consideração dos efeitos de enviesamentos dos artigos
9	• Elaboração do relatório

Figura 1. Nove passos da Revisão Sistemática
Fonte: Adaptado de Pettigrew & Roberts (2006)

Na pesquisa de literatura as bases de dados acessadas foram as seguintes: Medline/Pubmed, B-on.pt, Lilacs, Ovid, Science Direct e Biomed Central. A seleção dos artigos baseou-se inicialmente na utilização dos descritores seguidamente de títulos e leitura de resumos. Os descritores utilizados foram: “*Grit*”, “*Grit in sport*”, “*Grit psychology*”, “*Systematic review in grit*” e “*Systematic review grit in sport*”. Tais descritores foram investigados no idioma inglês, com sua respectiva correspondência em português, e coletados nos artigos dos últimos dez anos a respeito deste construto. A busca dos artigos foi realizada durante os meses de Janeiro a Março de 2017. Após esta primeira busca, foi realizada uma nova investigação nas referências bibliográficas dos artigos selecionados visando localizar outras publicações acerca do tema.

A estratégia de pesquisa para identificar os artigos publicados seguiram as etapas indicadas no fluxograma PRISMA com: a identificação dos artigos, a seleção, a elegibilidade e a sua inclusão (Moher, Liberati, Tezlaff, & Altman, 2009). A figura 2 apresenta o fluxograma da presente investigação.

Os critérios de inclusão utilizados para compor este estudo foram: título, publicação nos últimos dez anos e publicação em periódicos científicos. Teses e dissertações não foram incluídas nesta busca.

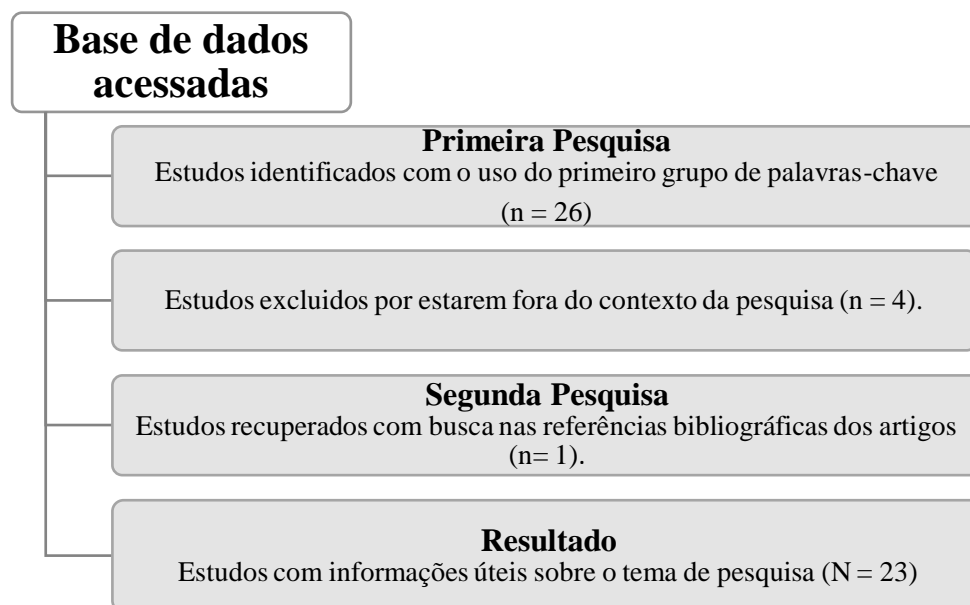


Figura 2. Fluxograma da seleção dos artigos que compuseram a Revisão Sistemática
Fonte: Baseado em Liberati et.al.(2009)

Um quadro inicial foi preenchido com informações metodológicas relevantes de todos os artigos incluídos na revisão como forma de extração de dados e para uma primeira análise dos artigos. Nesta etapa, foram avaliados os títulos dos estudos e as informações metodológicas nos resumos de todos os artigos. Este quadro continha informações referentes ao ano de publicação, revista de publicação, nome dos autores, objetivo do estudo, participantes, metodologia utilizada, resultados e país do estudo.

Após análise destas informações, todos os artigos selecionados foram obtidos na íntegra e posteriormente analisados criticamente. O processo de seleção e avaliação de artigos foi realizado por pares.

Estudos de revisão sistemática e meta-análises não foram encontrados sobre o constructo determinação, tampouco sobre determinação no esporte, o que justifica uma

revisão sistemática com base em estudos empíricos. De entre os estudos pesquisados, quatro (4) deles não foram considerados elegíveis por estarem relacionados a área da medicina, não sendo este o propósito deste estudo, sendo assim, a composição final deste estudo constituiu 23 artigos.

Devido à inexistência de revisões sistemáticas relacionadas ao tema determinação e da determinação no esporte, justifica-se a realização deste estudo como uma revisão sistemática sobre determinação no esporte com base nos estudos realizados relativamente a este constructo.

Os dados das investigações avaliados criticamente e explicitados foram os seguintes: autor(es), ano de publicação, tipo de estudo, tema de estudo, constructos abordados, instrumentos de avaliação utilizados, características dos participantes (número de participantes, média de idades e género, profissão), principais resultados, conclusões, limitações e sugestões de trabalhos futuros.

Resultados

Do total de artigos encontrados, 27, foram identificados 23 artigos, a partir dos critérios de inclusão, para compor o estudo. A grande maioria dos estudos foram realizados nos últimos cinco anos (19 estudos – 82,61%) enquanto apenas quatro (17,39%), foram realizados entre os anos de 2007 e 2011.

Dos estudos seleccionados, treze estudos (56,52%) foram do tipo descritivo, nove (39,13%) do tipo descritivo longitudinal e apenas um estudo (4,35%) de revisão de literatura clássica. Apenas quatro estudos (17,39%) estavam relacionados ao esporte ou exercício físico e todos do tipo descritivo.

Relativamente aos objetivos de investigação dos artigos empíricos sobre a determinação, na grande maioria dos casos, os autores procuraram conhecer os efeitos ou relação da determinação com outros constructos psicológicos. Diversos constructos psicológicos foram estudados e a determinação estava relacionada a um ou mais destes constructos. O sucesso (predição de sucesso, sucesso acadêmico e sucesso empresarial) foi estudado em seis estudos, o engajamento (esportivo, trabalhista) em quatro estudos, a retenção (em diferentes contextos) em dois estudos, o desempenho acadêmico em dois estudos e o comportamento no exercício físico em outros dois. Cinco estudos foram relacionados aos constructos: auto-controle; crescimento maturacional; felicidade, satisfação com a vida e afetos positivos e negativos; prática deliberativa e aumento da perseverança. Um estudo teve como objetivo validar uma escala mais eficiente da determinação e um estudo foi sobre o trabalho ético. Dentro destes estudos, a conscienciosidade esteve presente em cinco estudos.

Quanto as áreas de conhecimento, do total, quatro estudos (17,39%) foram direcionados ao esporte ou atividade física, quatro (17,39%) foram direcionados ao trabalho enquanto que, com a maior frequência, 14 (60,87%) estudos foram direcionados à educação. Um estudo foi direcionado simultaneamente ao trabalho e a educação.

Nos estudos relacionados com o esporte, um estudo utilizou atletas de basquetebol de cadeira de rodas na categoria sênior e um estudo utilizou desportistas de futebol masculinos da categoria juvenil. Nos estudos sobre exercício físico, ambos foram realizados com estudantes, funcionários e professores universitários. Quanto à faixa etária, 15 estudos (65,2 %) foram em adultos, seis (26,1%) em crianças e/ou adolescentes, e dois em adultos e crianças. Quanto à diferença sexual, um estudo não houve a participação de indivíduos do sexo feminino, quatro estudos (17,4%) não apresentaram o percentual de participação do sexo feminino, sete estudos (30,4%) apresentaram

frequência maior que 50% de participação do sexo feminino e dez estudos (43,4%) apresentaram a frequência de participação do sexo feminino menor que 50%.

Quanto à situação profissional, um estudo foi realizado em militares, um em professores escolares, três estudos foram realizados em trabalhadores, dois estudos foram realizados em desportistas, quatro estudos utilizaram escolares e três estudos (13%) foram realizados em alunos universitários. Dois estudos utilizaram, simultaneamente, militares, trabalhadores, universitários e escolares; três estudos utilizaram simultaneamente universitários e trabalhadores e dois estudos utilizaram simultaneamente estudantes universitários, trabalhadores universitários e professores universitários. Um estudo não utilizou amostra por ser do tipo revisão de literatura.

Para as regiões geográficas, 17 estudos (73,91%) eram de origens americanas, três estudos (13,04%) de origem europeia, um estudo foi realizado na Índia, um estudo realizado no Japão e um estudo foi realizado na Austrália.

Os instrumentos utilizados nos estudos descritivos e descritivos longitudinais foram os questionários. Os investigadores utilizaram, na maioria dos casos, dois questionários: um questionário para a avaliação da determinação e outro para avaliação de outro constructo. A tabela 1 apresenta os diferentes tipos de questionários para a avaliação da determinação com sua respectiva frequência e autores.

Tabela 1.

Frequência dos questionários utilizados para mensurar a determinação (grit).

Questionário	Autor(es) Questionário	Nº Estudos	Autores dos estudos
Grit Scale (12 itens)	Duckworth et al (2007)	9 (39,13 %)	Meriac, Slifka e Labat(2015) Mooridian (2016) Mayer e Skimmyhor (2017) Ivcevic e Brackett(2014) Aparicio, Bacao e Oliveira (2017) Singh e Jha (2008) Rimfeld e al (2016) Mayers et al (2016) Duckworth et al (2007)
Short Grit Scale (8 itens)	Duckworth e Quinn (2009)	10 (43,47%)	Martin et al(2015) Reed (2014) Reed, Pritschet e Cutton(2012) Lucas et al (2015) O'Neal et al (2016) Duckworth et al (2011) EskreisWinkler et al (2014) Bowman et al (2015) Duckworth e Quinn(2009) Culin, Tsukayama e Duckworth (2014)
Grit Scale para crianças	Duckworth e Quinn (2009)	1 (4,35%)	Larkin, DesConnor e Williams(2016)
Escala determinação para professores (7 itens)	Robertson e Duckworth(2015)	1 (4,35%)	Robertson e Duckworth(2015)
Grit Scale: versão japonesa (10 itens)	Yoshitsu e Nishikawa (2013)	1 (4,35%)	Suzuki, et.al (2015)

A tabela 2 apresenta as características dos estudos sobre determinação, nomeadamente, autores, ano de publicação, constructo, tipo de estudo, objetivos, instrumentos e amostra.

A tabela 3 e apresenta as características dos estudos sobre determinação, nomeadamente autores, ano de publicação, conclusões e limitações dos estudos.

Tabela 2.

Características dos estudos sobre Determinação – Autores, Ano de publicação, Constructo, Tipo, Objetivos, Instrumentos e Amostra

	Autor (es) (ano)	País	Área	Constructo	Tipo	Objetivos	Amostra	Conclusões	Comentários Limitações e/ou Sugestões
1	Martin, J. J. et al (2015)	EUA	Dsp	Engajamento esportivo Satisfação com a vida	Desc.	Prever a qualidade de vida geral e específica usando medidas de determinação, robustez e resiliência.	75 atletas Basq.c.r. 1,33% fem. I: adultos	Atletas com mais determinação mais envolvidos em seu esporte. A determinação, resiliência e robustez são relativamente construções distintas e psicológicas positivas e os achados não suportam a visão de que a três variáveis representam redundância de construção.	O desenho correlacional do estudo exclui afirmar relações de causa e efeito. Estudos futuros de outros fatores sociais poderiam promover o desenvolvimento de determinação: resistência, satisfação com a vida, envolvimento desportivo e suporte social e multidimensional
2	Reed, J. (2014)	EUA	E.F.	Comportament no exercício	Desc.	Relacionar a determinação e comportamento do exercício.	1171 Est. Prof. Func. I:adultos	Apenas a determinação prediz significativamente a pontuação do exercício. Pode ser um traço individual importante relacionado com o esforço e persistência no comportamento de exercício.	Questionário de auto-relato; Outros fatores sociais podem promover a persistência no exercício.
3	Larkin, P., O'Connor, D., e Willians A. M. (2016)	Austl	Dsp	Engajamento esportivo Perceção Cognitive	Desc.	Examinar se a pontuação dos atletas pode ser diferenciada com base no engajamento específico no esporte e expert perceptivo- cognitiva.	385atletas 0% fem I: 12-14	Atletas juvenis com mais determinação são mais propensos a investir maior quantidade de tempo em futebol e nos objetivos esportivos. Enfase da importância potencial do reconhecimento do envolvimento indireto ao considerar a prática e os perfis de desenvolvimento.	Não avaliou diferentes contextos : competitivo versus treino; Não avaliou causa e efeito
4	Reed, J., Pritschet, B.L., and Cutton,	EUA	E.F.	Consciencios- dade,	Desc.	Relacionar a determinação, conscienciosidade e mudança de	1228 Est. Prof. Func.	A validade preditiva da determinação para o modelo transteorico (TTM) (Pré-contemplação;contemplação;	Tempo do estudo. Testar se a auto-eficácia mede a relação entre a determinação e o estágio do TTM do exercício ou se

	D.M. (2012).			Mudança no comportamento do Exercício		comportamento do exercício	0% fem I:adultos	preparação; ação; e manutenção) do exercício foi superior à consciência. Determinação pode ser um diferenciador importante do estágio TTM para exercício de intensidade moderada e alta.	a determinação é um predictor original da adesão do exercício. Método de coleta de dados e os resultados do levantamento não implicam causalidade. Amostra limita a generalização porque os voluntários podem diferir dos que não participaram. Os dados do exercício baseados apenas no auto-relato e deveria considerar-se medidas mais objetivas (diários ou registros).
5	Meriac, J.P. Slifka, J. S., LaBat, L. R.. (2015)	EUA	Trb.	Trabalho ético	Desc.	Examinar a determinação com desenho transversal entre grande número de adultos a trabalhar no Japão.	322 Est. Trab. 71% fem Im:24,59	A ética de trabalho e determinação parecem ser empiricamente distintas. Ambas intimamente relacionados com variáveis, como o estresse, satisfação no trabalho e intenção de <i>turnover</i> . Resultados apoiam a ética de trabalho e determinação como importantes para prever diferentes resultados de trabalho.	Questionários de auto-relato; Mensurar em diferentes períodos ; Pesquisas a explorar relevância da ética de trabalho e determinação em contextos ambientais e culturais diferentes. Não examina a invariância da determinação em diferentes culturas ou gêneros.
6	Mooradian et al (2016)	Aust	Trb.	Sucesso empresarial	Desc.	Relacionar determinação com Inovação no sucesso empresarial.	281 Trab. I:adultos	A perseverança do esforço é um importante preditor do sucesso da inovação. Consistência de interesse influencia negativamente o sucesso da inovação, mas afeta positivamente o desempenho.	Instrumento é de auto-relato: A escala de determinação é relativamente transparente e vulnerável a respostas sociais desejáveis. Dados a partir de uma única fonte. A inovação é uma construção ampla. Os dois componentes da determinação podem relacionar-se de formas diferentes com diferentes tipos de inovação.
7	Mayer e Skimmyhorn (2017)	EUA	Ed.	Caraterísticas de Personalidade, Desempenho,	Desc.	Examinar medidas psicológicas dos cadetes e correlações com o desempenho e	1102 17,9% fem Im: 21,72	Determinação correlacionou com conscienciosidade. A inteligência centrada nas pessoas inteligentes emocionais e podem	A amostra não representativa da população e predominantemente masculina. Outros fatores, como influências situacionais, eventos

			Potencial de Liderança		potencial de liderança.		relacionar-se com autocontrole e comportamento interpessoal enquanto que as outras inteligências não.	casuais e qualidades psicossociais podem contribuir para a correlação da personalidade com os principais resultados da vida.	
8	Ivcevic e Brackett (2014)	EUA	Ed.	Sucesso escolar Cosncienciosidade Habilidade emocional	Desc.	Testar se a determinação contribui para melhorar o sucesso escolar sobre o domínio da conciosidade ampla.	213 Est. 47,4% fem Im: 17	Os resultados não apoiaram a determinação, como um traço de auto-regulação, na previsão do sucesso; Em vez de se concentrar em traços de nível inferior, os programas educacionais devem ter como objetivo desenvolver comportamentos relacionados com a Consciência, estratégias de regulação emocional com experiências escolares desafiadoras.	Pequena amostra de alunos de classe média. Comparação de características de desempenho típicas (Consciência e determinação) que descrevem a regulação do comportamento numa variedade de situações de atributo de desempenho máximo, específico para modulação do comportamento em situações emocionalmente carregadas. Não mede a consciência dos participantes. Necessita estudos em diferentes contextos.
9	Lucas et al. (2015)	EUA	Ed.	Preserverança	D.L.	Testar se é possível aumentar a perseverança.	E1-426 69,3% fem E2-1321 43,7% fem E3-830 43% fem Adultos	A determinação se desdobra em condições difíceis e também começa a identificar mecanismos pelos quais afeta a persistência sob pressão.	Estudo de design transversal; falta de um grupo sem documentação; o GPA utilizado como indicador de sucesso acadêmico e baixo poder.
10	O'Neal et al. (2016)	EUA	Ed.	Sucesso acadêmico, Stress, Depressão.	Desc.	Relacionar determinação, estresse e depressão com GPA e o status de imigração.	264 Est. 47% fem Im: 21,2	O status de imigração foi um moderador significativo da relação entre determinação e depressão, além de GPA, mas o status de imigração não moderou a relação entre estresse e GPA / depressão. O GPA foi substancialmente mais baixo para os não-cidadãos com maior depressão, e a determinação foi maior para os não-cidadãos com depressão mais baixa.	Estudo de design transversal; falta de um grupo sem documentação; o GPA utilizado como indicador de sucesso acadêmico e baixo poder.
11	Aparicio, Bacao e Oliveira (2017)	Port	Ed.	Determinação, Sucesso no Ensino on-line	Desc.	Propor um modelo teórico: determinação como determinante do sucesso dos	383 Est. 53,6% fem. I:adultos	A determinação tem efeitos positivos na satisfação e desempenho individual. Determinação, qualidade da informação, do sistema e serviço	O Tipo de amostra. Não avaliou a causalidade e outros determinantes de sucesso.

						sistemas de e-learning.		têm impactos significativos na satisfação do e-learning. O sucesso, em termos de desempenho percebido individualmente, é explicado mais pela satisfação dos alunos do que pelo seu próprio uso. A determinação corresponde a uma construção de segunda ordem de esforço de perseverança e consistência de Interesse e é um determinante estatisticamente significativo da satisfação do sistema de e-learning.	Utilizou questionário de auto-relato.
1 2	Duckworth et al. (2011)	EUA	Ed.	Prática deliberativa	Desc.	Relacionar a prática deliberativa com sucesso e determinação.	190 47% fem. Im: 12,9	A prática deliberativa é necessária para o alcance do sucesso. Determinação está relacionada com a prática deliberativa.	Estudo apoiado por institutos, fundações e universidade.
1 3	Robertson e Duckworth (2015)	EUA	Ed.	Retenção, Efetividade no trabalho.	D.L.	Examinar a validade preditiva das qualidades pessoais não coletadas pelos distritos escolares no processo de contratação.	E1-154 Pref. 77% fem.	Os resultados indicam que os professores com mais determinação foram mais propensos a completar o ano letivo e superaram os seus colegas com menos determinação. Nenhum outro preditor incluído nas análises previu retenção ou eficácia.	Natureza não experimental. Há outros traços de personalidade que podem influenciar a atenção e efetividade. Não considerou a característica escolar e dos alunos. Natureza da amostra.
1 4	Eskreis-Winkler et al. (2014)	EUA	Ed. Trb. Mat	Determinação, Diferentes contextos, Militares.	D.L.	Examinar a associação entre determinação com outras variáveis individuais, 4 contextos diferentes de militares: militar, trabalho, escolar e casamento.	E1: 677 0% fem E2:442 39% fem E3: 4813 42% fem E4:6362 64% fem	Os soldados com maior determinação mais provavelmente terminam um curso de operações especiais; trabalhadores com mais determinação mais provavelmente mantêm o trabalho, estudantes com mais determinação graduam-se mais no secundário, e homens com mais determinação permanecem casados.	Escala de determinação é auto-relato; O tipo de amostra. A associação da determinação com retenção para mensurar a conscienciosidade.
1 5	Suzuki et al. (2015)	Japão	Trb.	Engajamento no trabalho.	Desc.	Examinar questões não investigadas sobre a determinação com um desenho	1134 50,8% fem Im:43,13	Os japoneses são mais prováveis terem mais determinação se procurarem a felicidade com o significado, enquanto nos E.U.A para	Pode haver diferenças entre as diferentes idades e diferenças de tradução na escala. O tamanho da amostra.

					transversal em adultos que trabalham no Japão.		ter mais determinação procuraram felicidade com o envolvimento. Primeiro estudo sobre a relação entre o desempenho do trabalho e determinação no Japão. As pessoas com mais determinação são susceptíveis de se envolver positivamente em seu trabalho.	Estudo de corte transversal que não responde questões de corte prospectivo.
1 6	Singh e Jha (2008)	India	Ed.	Felicidade, Satisfação com a vida, Afeto positivo e negativo.	D.L. Compreender a relação entre os conceitos: Felicidade, Satisfação com a Vida, determinação e afeto positivo e negativo.	254 Est.univers 11,4% fem Im:23,4	Felicidade, Afeto Positivo, Satisfação com a Vida e determinação são conceitos correlacionados positivamente. Todas as construções exceto o Afeto Positivo têm uma correlação negativa com o Afeto Negativo, mostrando que os dois são conceitos independentes.	Não é um estudo de causa e efeito. Não leva em conta outros contextos.
1 7	Rimfeld et al (2016)	U.K.	Ed.	Desempenho Acadêmico.	D.L. Investigar as origens genéticas e ambientais de diferenças individuais na determinação. Poder da determinação na previsão do desempenho acadêmico além dos cinco grandes traços de personalidade e como é mediada por fatores genéticos e ambientais.	4642 Gêmeos Idade: 16	Os resultados são só para a região da UK. Não diferencia os resultados por idade nem sexo.	Embora a personalidade preveja significativamente a realização acadêmica, a determinação acrescenta pouca ação fenotípica ou genotípica à previsão de realização acadêmica, além de fatores de personalidade bem estabelecidos, especialmente Conscienciosidade. Tentar aumentar a determinação ou perseverança pode ter benefícios a longo prazo para as crianças.

18	Bowman et al (2015)	EUA	Ed.	Realização, Intenção acadêmica, Satisfação.	D.L.	Examinar as relações entre as dimensões da determinação e os resultados dos alunos.	E1:417 76% fem E2:1089 72% fem E3:3938 76% fem Est univers	Os resultados fornecem vários avanços valiosos para entender como a determinação opera dentro de configurações acadêmicas, demonstrando que a determinação pode ser influente dentro e fora da sala de aula.	Não analisou outros contextos . Questionário: suscetível a vies. Estudo longitudinal para examinar se as duas subescalas de determinação prevêem mudanças na carreira e retenções na faculdade. Estudos futuros sobre relações determinação e resultados desejados moderadas pela raça / etnia.
19	Mayers et al (2016)	EUA	Ed.	Crescimento Maturacional.	D.L.	Examinar como a determinação e mentalidade de crescimento estão associados com as zonas cerebrais do cortex importantes para a aprendizagem	20 45% fem I: meninas	Determinação e crescimento mental associados com conectividade funcional entre redes consideradas importantes para controle cognitivo-comportamental. Determinação foi associada com redes cerebrais implicadas na perseverança, atraso e recebimento de recompensa. A mentalidade de crescimento foi associada a regiões consideradas importantes para monitoramento de erros.	Determinação e crescimento mental são medidas que são validadas em amostras de adolescentes, de modo que as medidas comportamentais foram coletadas aproximadamente 2 anos após a coleta das medidas do cérebro (na pré-adolescência). O tamanho da amostra é pequeno.
20	Duckworth et al (2007)	EUA	Ed.	Preserverança, Paixão, Metas a longo prazo.	D.L.	Testar a importancia de um traço não cognitivo (determinação) para prever o sucesso.	E1:1545 73% fem Im:45 E2:690 80% fem Im:45 E3:139 60% fem Est.univers E4:1218 16% fem E5:1310 E6:175 48% fem	Determinação não se relacionou positivamente com o QI, mas estava altamente correlacionada com <i>Big Five</i> consciencia e demonstrou validade preditiva incremental de medidas de sucesso acima e além do QI e conscientização, sugerindo que a realização de objetivos difíceis implica não só o talento, mas também a aplicação sustentada e focada do talento ao longo do tempo.	Apenas um questionário de auto-relato. A escala de determinação é relativamente transparente e vulnerável ao vies de desejabilidade social. Pede aos entrevistados para refletir sobre metas, retrocessos e desafios. Itens, no presente, necessitam reflexão retrospectiva. Estudos 3, 4, 5 e 6 com populações com restrição no QI, atenuam correlações entre QI e realizações. Não esclarece como determinação se relaciona com outras variáveis.

2 1	Duckworth e Quinn (2009)	EUA	Ed.	Determinação	D.L.	Validar uma escala de determinação	E1:1218 16% fem Im:19,0 E2:175 48% fem Im:13,2 E3:139 69% fem	A Escala curta de determinação mantém a estrutura de 2 fatores da original, com 4 itens a menos e propriedades psicométricas melhoradas. Há evidências para a consistência interna, deestabilidade teste-reteste, validade consensual com versões de informante-relato e validade preditiva.	Não avaliou diferenças regionais e culturais. É apenas avaliado na população americana; é auto relato, entretanto demonstrou ter forte consistência. Há outros fatores que podem ser determinantes de sucesso.
2 2	Duckworth e Gross (2014)	EUA	Ed.	Auto-controlo	R.L.	Compreender como as metas são hierarquica-mente organizadas.	Não consta amostra	Pesquisas separadas sobre o determinação sugeriram que os indivíduos diferem em sua busca de objetivos superordenados com significado duradouro. Uma perspectiva de objetivo hierárquico sobre o autocontrole e a determinação avançam na compreensão dos mecanismos psicológicos relacionados, mas distintos, subjacentes a esses dois determinantes-chave do sucesso.	A pesquisa assumiu que o compromisso com um objetivo superior é uma função da viabilidade e desejo desse objetivo. Os diversos antecedentes psicológicos dessas avaliações são metas de intervenção e inquérito. Estudos longitudinais prospectivos início na infância e ao longo da vida são necessários para examinar como os indivíduos desenvolvem objetivos superordenados.
2 3	Culin, Tsukayam a e Duckworth ,(2014).	EUA	Trb.	Engajamento, Felicidade, Orientações motivacionais.	D.L.	Verificar como as orientações motivacionais se correlacionam com a determinação. Como as diferenças individuais são explicadas por abordagens distintas para a felicidade: prazer em atividades positivas (servem um propósito altruísta), e engajamento em atvidades de atenção.	E1:15874 64% fem Im: 38,88 E2:317 69% fem Im: 31,59	A determinação demonstrou associações médias com orientação para engajamento; pequenas a médias para sentido e prazer. Orientações motivacionais relacionadas de forma diferente para duas facetas da determinação: perseguição e engajamento mais fortemente associados com perseverança e perseguir prazer inversamente associado com coerência dos interesses. iferenças individuais da determinação podem derivar de diferenças no que faz as pessoas felizes.	Limitação na validade externa. Nenhum estudo teve amostragem randomizada e indivíduos de domínios de desempenho especialmente desafiadores, uma característica da pesquisa prévia da determinação. Necessária pesquisa adicional para testar se a orientação para o engajamento e o sentido, e não o prazer, caracteriza as pessoas com mais determinação e realizadas na sociedade.

Notas: Im= Média idade; E.= Estudo; Desc = Descritivo; R.L.= Revisão de Literatura; D.L.: Descritivo Longitudinal; Ed.= Educação; Trb = Trabalho; Mat=Matrimônio Dsp = Esporte; Ed.= Educação; Est.=Estudantes; Univers= universitários; Prof.= Professores; Fem.= Sexo feminino; EUA= Estados Unidos America; UK. = Grã-Bretanha; Aust.= Austria; Austl= Austrália

Discussão

O objetivo proposto por este estudo foi fazer uma análise do estado da arte sobre o constructo Determinação. O tema determinação é relativamente novo e pouco abordado desde a sua primeira publicação (Duckworth et. al, 2007). Constatou-se, a partir de uma primeira análise, que há uma escassez bibliográfica deste constructo, uma vez que não foram encontradas revisões sistemáticas, há poucos estudos publicados e a pesquisa científica apresentou-se com maior frequência nos últimos cinco anos. Outrossim, há a necessidade de estudos experimentais, dado a inexistência deles, pois os estudos de corte transversal, apesar de fornecerem informações importantes, não respondem questões de corte prospectivo. As pesquisas também não revelaram resultados de relação causa e efeito para determinação e sucesso, ou seja, não respondem que a determinação seja fator causador do alcance do sucesso.

Tal como o estudo de Duckworth et. al (2007) o sucesso (acadêmico e empresarial) é o constructo mais estudado em relação à determinação (Aparicio, Bacao & Oliveira, 2017; Bowman, Hill, Denson, & Bronkema, 2015; Duckworth et. al, 2007; Ivcevic & Brackett, 2014; Rimfeld, Kovas, Dale & Plomin, 2016; Mooradian, Matzler, Uzelac & Bauer, 2016; O’Neal et.al.2016). Entretanto, há de se levar em conta que ao se analisar um constructo psicológico para alcançar um objetivo, outros fatores contextuais contribuem no processo para o alcance de um objetivo tais como os psicológicos, os físicos, os culturais, os demograficos, os familiares e os sociais. Riemfeld et. al (2016) sugerem que, por exemplo, o desenvolvimento da determinação está relacionada com as experiências ao longo da vida do sujeito.

A maioria dos estudos verificam uma relação positiva da determinação com outros constructos como a prática deliberada (Duckwoth, Kirby, Tsukayama, Berstein, &

Ericsson, 2011), auto-controle (Duckworth & Gross 2014), estresse e satisfação no trabalho (Meriac, Slifka & LaBat, 2015), satisfação e desempenho individual no e-learning (Aparicio, Bacao & Oliveira, 2017), retenção no trabalho (Eskreis-Winkler, Duckworth, Shulman & Beal, 2014; Robertson-Kraft & Duckworth, 2015;), retenção escolar (Eskreis-Winkler et.al, 2014), engajamento no trabalho (Suzuki et. al., 2015), felicidade, afeto positivo e satisfação com a vida (Singh & Jha 2008) e uma forte relação com a conscienciosidade (Duckworth et. al, 2007; Mayer & Skimmyhorn, 2017; Rimfeld et. al, 2016).

A determinação possui relações positivas com os constructos centrais da psicologia positiva. Por exemplo, nos estudo de Suzuki et.al. (2015) os resultados apontaram que os japoneses estão mais propensos a terem mais determinação se procurarem a felicidade com significado e não pela busca da felicidade pelo prazer, enquanto que os povos dos E.U.A, para ter mais determinação é necessário procurarem a felicidade com o compromisso. As diferenças individuais da determinação podem derivar, em parte, das diferentes formas de fazerem as pessoas felizes ou seja, os estudos sugerem que a busca do compromisso e do significado, em oposição ao prazer, compensa os correlatos motivacionais da determinação (Culin, Tsukayama & Duckworth, 2014) . Singh e Jha (2008) também encontraram resultados de correlação positiva entre os constructos determinação, felicidade, afeto positivo e satisfação com a vida. Os estudos de O'Neal et. al (2016), sugerem que indivíduos com níveis de determinação menores estão relacionados à depressão e indivíduos com mais determinação conseguem desempenhar um papel na sustentação de resultados acadêmicos face ao estresse.

Mayer e Skimmyhorn (2016) verificaram que a determinação e mentalidade de crescimento foram associadas com a conectividade funcional entre as redes consideradas importantes para o controle cognitivo-comportamental.

A determinação foi associada com as zonas cerebrais implicadas na perseverança, atraso e recebimento de recompensa. Duckworth et. al (2007) obtiveram resultados superiores de determinação para indivíduos mais velhos assim como Duckworth e Gross (2014) obtiveram resultados positivos para a relação do auto-controle e determinação, isto é, pode haver uma relação entre os estudos uma vez que, com a idade, há o desenvolvimento e maturação biológica do cortex e, conseqüentemente, o indivíduo é capaz de um maior controle e domínio sobre os seus comportamentos tanto os motores quanto os emocionais.

Riemfeld et. al (2016) constataram que a determinação não está vinculada diretamente a um fator genético ou fenotípico para prever o sucesso apesar da personalidade do sujeito prever significativamente a realização acadêmica. Para estes autores, fatores de personalidade bem estabelecidos, especialmente a conscienciosidade, possuem maiores efeitos na previsão de realização acadêmica se comparados à determinação. Os mesmos autores sugerem que tentar aumentar a determinação ou a perseverança podem produzir benefícios a longo prazo.

Apesar de a determinação obter avanços na ciência, a maioria dos estudos ainda são relacionados ao ensino, o que pode ser justificado pelo primeiro estudo no âmbito da determinação ter-se dado nesta área. Bowman et.al (2015) em seus estudos verificaram que a determinação pode ser influente dentro e fora do ambiente escolar. Em consonância, já é possível visualizar a extrapolação deste tema para outros ramos, como o estudo da determinação em trabalhadores (Eskreis-Winkler et.al, 2014; Robertson-Kraft & Duckworth 2015; Suzuki et.al, 2015), em empresas (Mooradian et. al, 2016) e no esporte e exercício físico (Martin, Byrd, Watts & Dent, 2015; Larkin, O'Connor & Williams, 2016; Reed, J. 2014; Reed, Pritschet.& Cutton, 2012).

Quanto ao esporte e ao exercício físico, os estudos sugerem que a determinação produz ações benéficas nos atletas e nos praticantes de exercício físico. Atletas com mais determinação são mais propensos a investir uma maior quantidade de tempo em atividades específicas do esporte e “expertise” no esporte (Larkin, O’Connor & Williams, 2016), maior engajamento esportivo (Martin et.al, 2015), pode ser um traço de diferença individual importante relacionado ao esforço e persistência no comportamento de exercício (Reed, J. 2014) e diferenciador para exercícios de intensidade moderada a alta (Reed, Pritschet.& Cutton, 2012).

No que se refere aos instrumentos de mensuração da determinação, a única forma de utilização foram os questionários. Apesar de vantagens importantes, como o baixo custo e a rapidez na obtenção dos dados, os questionários são métodos subjetivos de auto-relato e, portanto, há uma maior margem de erro. A escala de determinação é relativamente transparente e vulnerável a respostas sociais desejáveis (Aparicio, Bacao & Oliveira, 2017; Bowman et. al, 2015; Duckworth et.al, 2007; Eskreis-Winkler et.al, 2014; Meriac, Slifka & LaBat, 2015; Mooradian et. al, 2016;).

Tendo em vista a qualidade da investigação produzida, na maioria dos estudos empíricos, constatou-se que as investigações apresentavam algumas lacunas metodológicas, o que diminui a possibilidade de retirar conclusões seguras sobre os reais efeitos da determinação. As amostras, na maioria dos estudos, não conseguem responder questões sobre diferenças contextuais e culturais. A participação das mulheres teve menor representatividade nos estudos. Em contraste, Duckworth e Quinn (2009) obtiveram maior representatividade feminina e não encontraram diferenças significativas em seus resultados. Assim, como não há clareza acerca das diferenças de sexo, são necessárias novas pesquisas sobre esta diferença, inclusive, em diferentes contextos. A grande

maioria das referências científicas acerca da determinação continuam sendo americanas e existem lacunas a preencher sobre questões relacionadas às diferenças inter-culturais.

Existe, também, a necessidade de estudos de outras questões de interesse científico como a relação de determinação com outros constructos da psicologia, a possibilidade de estudar a implementação de programas de intervenção através do esporte, para analisar o desenvolvimento da determinação já que a prática deliberada produz efeitos positivos neste constructo (Duckworth, et. al., 2011), a utilização de amostras diferenciadas, como, por exemplo, estudos comparativos de níveis de determinação em técnicos versus atletas e a consideração de variáveis demográficas diversas.

Especificamente no esporte e no exercício físico, muito pouco foi estudado deixando um leque de questões a serem respondidas, como, por exemplo, a diferença deste traço em diversos esportes, inclusive a diferença entre os esportes coletivos versus individuais, atletas amadores versus profissionais, a diferença entre idades, além de outros constructos psicológicos utilizados no esporte como a identidade atlética, o treinamento mental, a auto-eficácia no treinamento, a auto-confiança, etc.

Sucintamente, por meio desta investigação, a literatura científica dá passos na direção de que a determinação produz efeitos benéficos e está relacionada de uma forma positiva nos diferentes constructos analisados, suportando a ideia de que o esporte pode estar relacionado a níveis mais elevados de determinação. Os estudos tendem a direcionar a determinação para as características da psicologia positiva, no sentido de ser um constructo que busca a felicidade por meio do sucesso, e da psicologia cognitiva, através de estudos do constructo da conscienciosidade. Porém, há pouca informação produzida e uma grande lacuna de questões a serem respondidas necessitando de mais investigações sobre o tema.

Referências

- Aparicio, M., Bacao, F., Oliveira, T., (2017) Grit in the path to e-learning success. *Computers in Human Behavior*. 66, 388-399.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*: Englewood Cliffs, N. J.: Prentice – Hall
- Barreira, D.D. & Nakamura, A. P. (2006). Resiliência e a auto-eficácia percebida articulação entre conceitos. *Aletheia*. 23, 75-80.
- Bowman, N. A., Hill, P. L., Denson, N., & Bronkema, R. (2015). Keep on truckin' or stay the course? Exploring *grit* dimensions as differential predictors of educational achievement, satisfaction, and intentions. *Social Psychological and Personality Science*, 6(6), 639-645. doi:10.1177/1948550615574300
- Culin, K. R. V., Tsukayama, E., & Duckworth, A. L. (2014). Unpacking *grit*: Motivational correlates of perseverance and passion for long-term goals. *The Journal of Positive Psychology*, 9(4), 306-312. Retirado de <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2014.898320>
- Deci, EL, & Ryan, RM (2008). Teoria da autodeterminação: Uma macroteoria da motivação, desenvolvimento e saúde humana. *Canadian Psychology* 49 (3),182-185.
- 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, 1087-1101. doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Duckworth, A.L., & Quinn, P.D. (2009). Development and validation of the Short *Grit* Scale (GRIT-S). *Journal of Personality Assessment*, 91, 166-174. doi: 10.1080/00223890802634290
- 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 Psychological & Personality Science*, 2, 174-181.
doi:10.1177/1948550610385872
- Duckworth, A.L., & Gross, J.J. (2014). Self-control and *grit*: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 319-325.
- Duckworth, A.(2016). *Grit: o poder da perseverança e da paixão*. Portugal: Vogais.
- Duckworth, A. (2017). *Homepage*. Consultado em Março, 31, 2017, em:
<https://angeladuckworth.com/research/>
- Eskreis-Winkler, L., Duckworth, A. L., Shulman, E., & Beal, S. (2014). The *grit* effect: Predicting retention in the military, the workplace, school and marriage. *Frontiers in Personality Science and Individual Differences*, 5(36), 1-12..
- Ivcevic, Z., Brackett, M. (2014). Predicting school success: Comparing Conscientiousness, *Grit*, and Emotion Regulation Ability. *Journal of Research in Personality*, 52, 29–36
- Junior, J.M.C., Moreno, R.M., Souza, A.F., Prado, M.M., & Machado, A.A. (2007). A influencia da torcida na performance de jogadores brasileiros de futsal: um viés da psicologia do esporte. *Moritz, Rio Claro*, 13 (4), 259-265
- Komarraju, M., Karau, S. J., Schmeck, R. R., Avdic, A. (2011). The Big Five Personality traits, learning styles, and academic achievement. *Personality and Individual Differences*. 51 (4): 472-477 <http://doi.org/10.1016/j.paid.2011.04.019>
- Lonsdale. C., Hodge, K., & Jackson, S.A. (2007). Athlete engagement: II. Development and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology*, 38, 471-492.

- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *Journal of Positive Psychology*, 1, 160-168.
- Martin J.J. , Byrd B. , Watts M. L. , Dent M. (2015) *Gritty, Hardy, and Resilient: Predictors of Sport Engagement and Life Satisfaction in Wheelchair Basketball Players. Journal of Clinical Sport Psychology* , 9,345-359.
Retirado <http://dx.doi.org/10.1123/jcsp.2015-0015>
- Mayer, J. D., Skimmyhorn, W. (2017). Personality attributes that predict cadet performance at West Point. *Journal of Research in Personality*, 66, 14–26
- Meriac, J. P., Woehr, D. J., Gorman, C. A., & Thomas, A. L. E. (2013). Development and validation of a short form for the multidimensional work ethic profile (MWEP). *Journal of Vocational Behavior*, 82, 155–164
- Meriac, J.P. Slifka, J. S., LaBat, L. R. (2015) Work ethic and *grit*: An examination of empirical redundancy. *Personality and Individual Differences*, 86, 401–405.
- Mooradian, T., Matzler, K, Uzelac, B.,Bauer, F. (2016). Perspiration and inspiration: *Grit* and innovativeness as antecedents of entrepreneurial success *Journal of Economic Psychology*, 56, 232–243
- O’Neal C. R, Espino, M.M., Goldthrite, A., Morin, M. F., Weston, L., Hernandez, P., Fuhrmann, A. (2016) *Grit Under Duress: Stress, Strengths, and Academic Success Among Non-Citizen and Citizen Latina/o First-Generation College Students. Hispanic Journal of Behavioral Sciences*. 38(4) 446–466. doi: 10.1177/0739986316660775
- Larkin, P., O’Connor, D., e Williams, A. M. (2016) Does *Grit* Influence Sport-Specific Engagement and Perceptual-Cognitive Expertise in Elite Youth Soccer? *Journal of Applied Sport Psychology*, 28:2, 129-138, doi: 10.1080/10413200.2015.10859

- Lonsdale, C., Hodge, K., & Raedeke, T.D. (2007). Athlete engagement: I. A qualitative investigation of relevance and dimensions. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 451-470.
- Lucas, G. M., Gratch, J., Cheng, L. & Marsella, S. (2015): When the going gets tough: *Grit* predicts costly perseverance. *Journal of Research in Personality* 59, 15–22
- Reed, J, Pritschet, B.L., and Cutton, D.M. (2012) Grit, conscientiousness, and the transtheoretical model of change for exercise behavior *Journal of Health Psychology* 18(5) 612–619 doi: 10.1177/1359105312451866.
- Reed, J. (2014). A survey of *Grit* and exercise behaviour. *Journal of Sport Behavior*. 37, 390-406
- Rimfeld, K.; Kovas, Y.; Dale, P. S.; Plomin, R. (2016). True *grit* and genetics: Predicting academic achievement from personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111(5), 780-789. Retirado em <http://dx.doi.org/10.1037/pspp0000089>
- Robertson, K. C. & Duckworth, A. L. (2015) True grit: Trait-level perseverance and passion for long-term goals predicts effectiveness and retention among novice teachers. *Teachers College Record*. 116(3):1–27
- Petticrew, M., & Roberts, H. (2006). Systematic reviews in the social sciences. Retirado em <http://doi.org/10.1002/9780470754887>
- Sampaio, R. F., Mancini M.C. (2007) Estudos de Revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, v. 11(1) 83-89.
- Singh, K., & Jha S. D. (2008). Positive and Negative Affect, and *Grit* as predictors of Happiness and Life Satisfaction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34, 40-45.

Suzuki Y, Tamesue D, Asahi K, Ishikawa Y (2015) *Grit* and Work Engagement: A

Cross- Sectional Study. *PLoS ONE* 10(9): e0137501

doi:10.1371/journal.pone.0137501

Capítulo III
Determinação (Grit), Identidade Atlética e Personalidade: Um estudo correlacional entre ginastas e não praticantes de Ginástica Rítmica com idade superior à 12 anos.

Determinação (*Grit*), Identidade Atlética e Personalidade: Um estudo correlacional entre atletas e não praticantes de esporte com idade superior a 12 anos.

Anelise Atkinson da Cunha¹; António Fernando Boletto Rosado²; Andréa Duarte Pesca³.

^{1,2}Faculdade de Motricidade Humana/ U.Lisboa. ³ Faculdade Cesusc.

Resumo: A personalidade é muito estudada em diversos contextos científicos, vista como traços consistentes de pensamentos, emoções e sentimentos. São diversos os fatores que mensuram a Personalidade, sendo a identidade atlética e determinação alguns deles. Porém poucos são os estudos encontrados entre determinação e constructos psicológicos no esporte. Neste sentido, estudar a relação da determinação e traços da personalidade no esporte pode trazer informações significativas para um melhor desempenho dos atletas, tanto nos treinos quanto em competições. **Objetivo:** Este estudo procurou determinar as relações entre os constructos psicológicos determinação, identidade atlética (IA) e personalidade em ginastas e não praticantes de Ginástica Rítmica com idade superior a 12 anos. **Método:** Participaram deste estudo 109 meninas, das quais 60 não eram praticantes de GR e 49 ginastas, com idade superior a 12 anos ($M = 14,42$ anos $SD = 2,26$). Para mensurar os constructos psicológicos foram utilizados o questionário “*Grit Scale*” (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007), a versão adaptada do AIMS de 10 ítems na língua portuguesa (Cabrita, Rosado, Leite & Sousa, 2014) e o Inventário de Avaliação da Personalidade NEO-FFI-20 na versão portuguesa (Bertoquini & Ribeiro, 2005). **Resultados:** Determinação, IA, Conscienciosidade e Extroversão foram relacionadas positivamente e significativamente. **Conclusões:** Atletas com níveis de determinação mais elevados possuem uma identidade atlética mais forte e a personalidade é fator influenciador nestes constructos psicológicos. Ademais, consideramos que a prática esportiva pode alavancar o nível destes traços.

Key-words: Determinação, Identidade Atlética, Conscienciosidade, Ginástica Rítmica, Psicologia Esportiva,

Grit, Athletic Identity and Personality: Correlation study in gymnasts and non-practicing rhythmic gymnastics aged over 12 years.

Anelise Atkinson da Cunha¹; António Fernando Boleto Rosado²; Andréa Duarte Pesca³.

^{1,2}Faculdade de Motricidade Humana/ U.Lisboa. ³ Faculdade Cesusc.

Abstract: Few studies have found between *grit* and psychological constructs in sport. **Goal:** This study aimed to determine the relationships between the psychological constructs *grit*, athletic identity (AI) and Personality in rhythmic gymnasts and non - rhythmic gymnasts (RG) older than 12 years. **Method:** 109 girls participated, of which 60 were non-erectile (RG) and 49 gymnasts older than 12 years ($M = 14.42$; years $SD = 2.26$). In order to measure the psychological constructs, was used the "*Grit Scale*" (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007), the adapted version of the "AIMS-plus" of 10 ítems in the Portuguese language (Cabrita, Rosado, Leite & Sousa, 2014) and inventory of personality evaluation NEO-FFI-20 in the Portuguese version (Bertoquini & Ribeiro, 2005). **Results:** *Grit*, IA, Consciousness and Extroversion were positively and significantly related. **Conclusions:** Athletes with higher levels of gritter have a stronger athletic identity and personality is an influencing factor in these psychological constructs. In addition, we consider that the sport practice can leverage the level of these traits

Key words: *Grit*, Athletic Identity, Conscientiouness, Rythimic Gymnastic; Sport Psychology

A Ginástica Rítmica (GR) é um esporte essencialmente feminino, com apresentações individuais e coletivas, que requer um alto nível do desenvolvimento das qualidades físicas, com exigências de rendimento elevadas e visa a perfeição técnica da execução de movimentos tanto do corpo quanto com os aparelhos (Lebre, 1993). Ao observar uma ginasta no alto do pódio, é difícil imaginar que por detrás de uma apresentação, o sucesso resultou de um caminho árduo com inúmeras barreiras a serem transpostas e quais variáveis contribuíram para o alcance da vitória (Cruz, 2002).

A competição de GR contribui para uma exigência psicológica, uma vez que a ginasta possui apenas uma chance para classificação e exige apresentações sem erros direcionando a atleta a almejar a perfeição (Laffranchi, 2005). A GR exige habilidades motoras e cognitivas específicas como flexibilidade, potência, equilíbrio, coordenação motora, ritmo, noção espaço-temporal (Laffranchi, 2005) e, como atleta, qualidades mentais como auto-controle, concentração, controle emocional, persistência, disciplina e autoconfiança (Weinberg & Gould, 2007).

Além disso, o caminho a ser percorrido até uma ginasta chegar a sua melhor performance necessita anos de prática, uma rotina de longas horas de treino, grandes desgastes físicos, cumprimento de uma alimentação sadia e regrada e, muitas vezes, uma vida social limitada (Laffranchi, 2005). Ao longo da carreira, atletas dispõem a maior parte do seu tempo na busca por elevar sua performance e acabam por deixar outros interesses como segundo plano (Stronach & Adair, 2010).

Uma preparação psicológica adequada propicia condições mentais e emocionais para a ginasta suportar o treinamento, de modo que possa lidar com erros e frustrações que podem ocorrer durante o treino ou competições, tornando-se apta a atingir o máximo de suas potencialidades e alcançar o sucesso (Thomas, 1983). Neste sentido, o fator

psicológico contribui e realiza um papel importante no desempenho do atleta ao longo da sua carreira esportiva.

A personalidade é muito estudada em diversas áreas da comunidade científica e é definida como traços duradouros e consistentes com níveis individuais diferentes que tendem a mostrar consistentes padrões de pensamentos, sentimentos e ações (McCrae et.al, 2000). Neste sentido, estudar a relação dos traços da personalidade no esporte pode trazer informações significativas para um melhor desempenho dos atletas, tanto nos treinos quanto em competições.

Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly (2007) constataram em seus estudos que o traço de personalidade determinação (*grit*) desempenha um papel importante para predição de sucesso. A Determinação, segundo estes mesmos autores, é definida como perseverança e paixão para metas a longo prazo. Duckworth e colaboradores (2007) consideram que o sucesso advém de dois fatores que trabalham em conjunto: a perseverança - o esforço, a persistência e trabalho árduo com perspectiva de alcançar um objetivo ao longo do tempo - e paixão – exercer uma atividade no qual o indivíduo tenha grande interesse. Devido às suas características, a determinação possui relações com a conscienciosidade e pode ser uma ramo deste domínio (Duckworth et. al, 2007) já que um indivíduo consciencioso possui uma maior capacidade de trabalhar de forma metodológica e organizada a fim de alcançar seus objetivos (Costa & McCrae, 1992).

A determinação está relacionada com a prática deliberada (Robertson-kraft & Duckworth 2014) e, no esporte, com o engajamento esportivo (Martin J, Byrd , Watts & Dent, 2015; Larkin, O'Connor e Williams, 2016), expertise no esporte (Larkin, O'Connor e Williams, 2016) exercícios de intensidades moderada a alta (Reed, 2014), propensão do atleta a investir uma maior quantidade de tempo em atividades específicas do esporte (Larkin, O'Connor e Williams, 2016) e retenção em programas específicos (Duckworth

e Quinn, 2009; Duckworth, Kirby, Tsukayama, Berstein & Ericsson, 2011; Eskreis-Winkler et.al., 2014).

A GR, devido às exigências técnicas específicas do esporte, necessita de disciplina e comprometimento de forma que as repetições exaustivas, em busca da perfeição dos movimentos, sejam parte da rotina de treino (Laffranchi, 2005). É comum as ginastas rítmicas terem sua iniciação esportiva entre o final da primeira infância e o início da segunda infância. Conforme Bompa (1998), especificamente para a GR, a iniciação se dá entre os 6 e 11 anos de idade, uma vez que os gestos técnicos específicos da GR exigem altos níveis de flexibilidade (Laffranchi, 2005) e o período sensível para desenvolvimento desta qualidade física se dá entre os 6 e 10 anos de idade (Matveev, 1997) e 9 e 14 anos (Zakharov,1992).

Na primeira infância a criança está em fase de intenso desenvolvimento e maturação, tanto cognitivo quanto motora e emocional (Portugal, 2009). Mayer e Skimmyhorn (2016) verificaram que a determinação e mentalidade de crescimento foram associadas com zonas cerebrais consideradas importantes para o controle cognitivo-comportamental. Duckworth et. al (2007), obtiveram resultados superiores de determinação para indivíduos mais velhos, se comparados aos jovens acima de 20 anos, assim como Duckworth & Gross (2014) que obtiveram resultados positivos para a relação do auto-controle e determinação, uma vez que, com a maturação biológica do cortex o indivíduo possui uma maior capacidade em controlar e dominar seus comportamentos motores e emocionais e, por consequência, possuir níveis mais elevados de determinação.

Atualmente, a determinação é mensurada, na maioria dos estudos, pelos instrumentos *Grit Scale* (Duckworth et. al., 2007) e *Short Grit Scale* (Duckworth & Quinn, 2009). Há versões nas línguas francesa e alemã para o *Grit Scale* (Duckworth, 2017), na língua japonesa (Suzuki, Tamesue, Asahi & Ishikawa, 2015) e chinesa

(Duckworth, 2017) para o *Short Grit Scale* e uma versão de 12 ítems do *Grit Scale* para crianças (Duckworth et.al, 2007).

O modo como cada pessoa reage e interage com os outros foi definida por Allport (1961) como personalidade: uma organização dinâmica dentro do indivíduo com sistemas psicofísicos que determinam suas características de comportamento e pensamentos. Estudos mostram que as diferentes características de personalidade afetam parcialmente sentimentos, emoções e comportamentos e, como consequência, estas características influenciam a performance individual. Vários traços de personalidade presumem fazer parte do sucesso atlético e assim, podem ser encontrados diversos tipos de competidores de sucesso tais como: agressivos; afetivos; altruistas; conscienciosos; extrovertidos; entusiastas; enérgicos; com baixo nível de estabilidade emocional; emocionalmente estáveis; auto-determinados, etc (Khan, Ahmed & Abid, 2016)

Como forma de avaliar a personalidade, o modelo dos Cinco Grandes Fatores, surgiu na década de 1990 com o objetivo de representar os cinco traços centrais que interagem e fundamentam a base da personalidade humana (Costa & McCrae, 1992). Este modelo, também conhecido como o *Big Five*, composto por cinco domínios, nomeadamente, estabilidade emocional, extroversão, abertura à experiência, amabilidade e conscienciosidade (Costa & McCrae, 1992). Os domínios respondem questões de forma que os traços de personalidade resumem, predizem e explicam a conduta de um indivíduo, indicando uma compreensão sobre o comportamento da pessoa de maneira que o entendimento do comportamento estará na pessoa e não na situação em que ela está inserida e dessa forma, sugere-se que o motivo do comportamento seja um processo ou mecanismo interno (Silva & Nakano, 2011).

O domínio da Estabilidade emocional está relacionado aos fatores do equilíbrio emocional do indivíduo e avalia aspectos como hostilidade, auto-

consciência, irritabilidade, tensão, ansiedade, preocupação, depressão, impulsividade, auto-punição, medo, nervosismo e vulnerabilidade ao estresse (Costa & McCrae, 1992). Este traço prediz emoções negativas (Robson, Ode, Moeller & Goetz, 2007). Atletas de alto desempenho possuem elevados níveis de estabilidade emocional (Sindik, 2011)

A Amabilidade é o domínio que inclui os traços de altruísmo, complacência, modéstia, simplicidade, conformidade e ternura (Costa & McCrae, 1992). No estudo realizado por Khan, Ahmed & Abid (2016) em atletas de Taekwondo foi encontrado uma relação moderada, inversa, entre desempenho e amabilidade, uma vez que níveis altos de amabilidade, em lutadores, podem comprometer os resultados.

A Abertura à Experiência está relacionada com a avaliação de ideias, valores, criatividade, fantasia, imaginação, interesses, inteligência, estética e arte (Costa & McCrae, 1992). Pessoas com estas características são consideradas intelectuais ou criativas (Eswaran et.al.,2009).

A Extroversão está relacionada às facetas como a agregação social, emoções positivas, assertividade e entusiasmo (Costa & McCrae, 1992). Um alto nível de extroversão leva a emoções positivas como vivacidade, otimismo, felicidade e altos níveis de energia (David, Green, Martin & Slus, 1977) e estas emoções podem afetar o desempenho atlético de forma que o atleta possa superar emoções negativas (Robson et. al., 2007).

A conscienciosidade refere-se à capacidade do indivíduo em ser organizado, persistente, cumprir regras, trabalhar de forma ordenada, realizar através do esforço, ser atento a detalhes, controle e motivação do comportamento direcionado a realização de objetivos, autodisciplina, autoeficácia e deliberação (Costa & McCrae,1992).

Khan, Ahmed & Abid (2016) sugerem que a conscienciosidade está relacionada positivamente com o desempenho esportivo. Mirzaei, Nikbakhsh e Sharififar (2013)

indicam que a conscienciosidade é o único preditor de uma correlação positiva com a performance no esporte. Cianci, Klein e Seijts (2010) apresentaram em seus estudos que a alta conscientização pode facilitar o desempenho apenas em indivíduos com uma meta de aprendizagem. Contudo Bartley & Roesch (2011) afirmaram que indivíduos com alta conscientização tendem a usar o enfrentamento focado no problema e que isto pode levar a um efeito positivo.

Lazarević (2012) realizou um estudo em meninas de GR que apresentaram pontuações mais elevadas em amabilidade, conscienciosidade e abertura à experiências indicando que as meninas superdotadas têm um certo padrão de personalidade que, juntamente com as mais altas habilidades motoras, tornam-as mais bem sucedidas na GR.

Nia e Besharat (2010) relatam que atletas de esportes individuais obtêm maiores escores de conscienciosidade e amabilidade se comparados aos esportes coletivos. Já nos estudos de Allen, Greenless & Jones (2011), verificou-se que atletas de alta competição têm baixos níveis de estabilidade emocional e elevados níveis de consciência e amabilidade e no mesmo estudo, as atletas mulheres possuíam níveis mais elevados de estabilidade emocional, consciência e amabilidade.

Neste sentido, os traços de personalidade podem exercer uma forte contribuição para a formação da identidade dos sujeitos (Costa e McCrae, 1994). A identidade atlética (IA) é definida como o grau de importância, força e exclusividade de vinculação do atleta ao seu papel desportivo (Brewer, Van Raalte, & Linder, 1993; Cabrita, Rosado, Serpa & Veja, 2014), reforçada pelo próprio atleta e pelo contexto em que ele vive (Cabrita, 2014; Cieslak, 2004).

A existência de uma forte IA apresenta-se como positiva para um atleta, pois quanto mais ele se vincula à sua prática esportiva, mais importância, dedicação e compromisso ele irá colocar na sua prática (Chen, Snyder & Magner, 2010; Kendrizerski,

Furr & Schianoni, 1998). Nos estudos realizados sobre a IA, tem-se revelado que este é um construto social, influenciado pelas pessoas significativas do sujeito (amigos, família, colegas e treinadores) e pelo contexto em que está inserido (Cabrita, 2014).

A IA é composta por cinco dimensões: a autoidentidade (grau de consciência pessoal sobre o próprio papel de atleta); afetividade positiva (nível em que um sujeito se sente bem valorizado em resposta aos resultados obtidos numa participação esportiva), afetividade negativa (nível em que um atleta se sente mal, desanimado ou deprimido face aos resultados negativos de sua participação esportiva); identidade social (grau de consciência social do desportista) e exclusividade (importância do papel do atleta em relação as outras atividades diárias) (Cieslak, 2004; Cieslak, Fink & Pastore, 2005; Cabrita, 2014).

Segundo Cabrita (2014) os fatores que contribuem para o desenvolvimento da IA e as consequências que os diferentes níveis desse construto podem ter na vida dos atletas podem ser descritos como antecedentes e consequentes da IA. Os antecedentes podem ser categorizados como sociodemográficos (sexo, idade, etnia, obesidade, lesão e deficiência), envolvimento desportivo (prática, nível competitivo e escalão) e psicológicos (satisfação, compromisso, motivação e suporte afetivo). Os consequentes, podem ser categorizados na saúde emocional (sentido do self, depressão, ansiedade, burnout, consumo de álcool, perturbações alimentares e confusão de identidade), na carreira acadêmica (estreitamento da identidade, imaturidade psicossocial e dificuldades da decisões na carreira) e na carreira esportiva (superstições, desistência, recuperação de lesões e aceitação das normas esportivas).

Na investigação de Cabrita (2014), o traço de personalidade extroversão e o nível competitivo foram determinantes para os níveis de Identidade Atlética. A IA, por sua vez, foi determinante para uma escolha de carreira futura no contexto desportivo. No estudo

de Houle & Kluck (2015), composto por 221 atletas estudantes universitários do sudeste do Estados Unidos, encontrou-se uma relação inversa entre identidade atlética e maturidade profissional.

No estudo de Cabrita (2014), a relação das variáveis da IA e dependência do exercício reforçaram a idéia que atletas com níveis elevados de IA tem um maior risco de que a prática do exercício se torne um comportamento compulsivo e isto dependerá do significado da prática esportiva de quem o pratica. Segundo a autora, esta percepção identitária do atleta pode desencadear um elevado compromisso com o esporte.

Proios (2012) realizou um estudo com 140 atletas de GR, ginástica acrobática e ginástica artística com idades entre 8 e 17 anos no qual os atletas apresentaram um alto nível do seu papel atlético e esta percepção foi significativamente menor com o aumento de categoria. Neste mesmo estudo os resultados revelaram que o grau como um atleta se identifica com o papel atlético pode ser predito através da predisposição do atleta na realização de objetivos. Nos resultados do estudo de Proios (2013) foi encontrado que a IA está relacionada com a orientação moral e a realização de metas sociais, assim como estes constructos também afetam o desempenho escolar.

A maioria dos estudos utilizam o questionário AIMS para avaliação da IA e apesar deste questionário possuir uma série de limitações (Cabrita, Rosado, Leite & Sousa, 2014) há uma versão do mesmo questionário para a população portuguesa (Cabrita et al., 2014) com mesma validade.

As investigações já realizadas não exploram a potencial relação dos constructos determinação, conscienciosidade e IA no esporte. A literatura indica que atletas possuem maiores escores de conscienciosidade e IA e, assim, o objetivo deste estudo foi verificar as relações entre Determinação, Identidade Atlética e Personalidade em ginastas rítmicas e não praticantes de GR acima de 12 anos. Desta forma, esta investigação surge a partir

da seguinte pergunta de pesquisa: Quais as relações entre Determinação, Identidade Atlética e Personalidade em ginastas e não praticantes de GR com idade superior a 12 anos? Para responder a esta questão, o estudo tem como objetivos específicos:

- a) Verificar os níveis de Determinação, Identidade Atlética e Personalidade;
- b) Relacionar os níveis gerais e das dimensões de Determinação com os níveis gerais e das dimensões de Identidade Atlética;
- c) Relacionar os níveis gerais e das dimensões de Determinação com os níveis dos Cinco Grandes Fatores de Personalidade e de Personalidade Global;
- d) Relacionar os níveis gerais e das dimensões de Determinação, de Identidade Atlética e de Personalidade.

Método

Participantes

Este estudo foi composto por 109 meninas com idade igual ou superior à 12 anos ($M = 14,42$; anos $SD = 2,26$) dentre as quais, 49 participaram do Campeonato de GR Distrital de Lisboa em março de 2017 e 60 eram estudantes de uma escola secundária do distrito de Lisboa. Dentre as estudantes, 37 não praticavam esporte extra curricular e 23 praticavam esporte extra curricular diferente de GR, ou seja, das 109 participantes do estudo, 72 meninas praticavam esporte e 37 não praticavam esporte. As categorias da GR são divididas por faixas etárias conforme o código de pontuação de GR da Federação Internacional de Ginástica (FIG) (Fédération Internationale de Gymnastique, 2017). Estas faixas etárias abrangem duas, três ou mais idades. A categoria infantil abrange meninas com idades entre 11 e 12 anos; a categoria juvenil abrange ginastas com 13, 14 e 15 anos e a categoria adulto abrange atletas com idade superior à 16 anos. A maioria dos

campeonatos oficiais da FIG participam apenas as categorias juvenil e adulto. Nos campeonatos organizados pela FIG, a maior prevalência de ginastas são da categoria adulto. Neste estudo, as escolares foram divididas por faixas etárias conforme as categorias da FIG e estão assim descritas no tabela 3.

Tabela 3.

Frequência por faixa etária das não praticantes de GR e ginastas.

Categoria	Idades	Ginastas (%)	EPDE (%)	ENPDE (%)	Total (Σ)(%)
Infantil	12 anos	20 (18,3%)	0%	1 (1%)	21 (19,3%)
Juvenil	13 a 15 anos	20 (18,3%)	18 (16,5%)	21 (19,3%)	59 (54,1%)
Adulto	\geq 16 anos	9 (8,25%)	5 (4,6%)	15 (13,7%)	29 (26,6%)
Total (Σ)(%)		49 (44,95%)	23 (21,1%)	37 (33,9%)	109 (100%)

Mensuração

A recolha de dados foi feita por meio do preenchimento do perfil demográfico e instrumentos de mensuração psicométrica.

Perfil demográfico

Este questionário foi elaborado pelos autores deste estudo com a finalidade investigar as seguintes informações demográficas: a) Escolares: Idade e nível escolar; b) Escolares que praticavam esporte extracurricular: Idade, nível escolar, tipo de esporte, escalão, anos de experiência no esporte e vínculo federativo; c) Ginastas rítmicas: Idade, nível escolar, escalão, anos de experiência no esporte e vínculo federativo.

Instrumentos

Determinação: Para mensurar a determinação foi utilizado o “*Grit Scale – 12 ítems*” (Duckworth et. al, 2007) adaptado na versão da língua portuguesa constituído por uma escala de 5 pontos (1 = “Sou muito assim, 5 = “Não sou nada assim”) representado por duas subescalas constituídas por Perseverança de Esforço e Consistência de Interesses (por exemplo: "eu acabo tudo o que eu começo"). Três ítems da subescala requerem pontuação inversa, nomeadamente, os ítems 6, 9, 10 da escala. A pontuação de determinação (*grit*) se dá pela média final atingida a partir da soma de todos os ítems da escala. Foram utilizados a média do *score* total e a média dos *scores* de cada dimensão para as análises neste estudo.

Especificamente na escala de Determinação (*Grit Scale – 6 ítems*), atendendo a inexistência de uma validade fatorial para a população portuguesa, procedeu-se uma Análise Fatorial Exploratória (AFE). Utilizamos o método da AFE tendo sido calculado o teste de esfericidade de Bartlett ($p < 0,05$) para verificar os pressupostos para a realização do mesmo. Utilizou-se então o método da extração dos fatores, isto é, máxima verossimilhança, com rotação promax e extração de 2 fatores, conforme o modelo teórico de *Grit Scale* de Duckworth et. al. (2007) e assim tendo-se obtido os *scores* fatoriais a partir do método da regressão. O *alpha de Cronbach* (α) foi utilizado para o cálculo da precisão para cada sub-escala e escala total.

Identidade Atlética: Para mensurar a Identidade Atlética (IA), foi utilizada a escala de medida da IA - AIMS versão adaptada validada para população portuguesa por Cabrita et.al (2014). Esta versão conta com um total de 7 ítems divididos em três subescalas: (1) a identidade social, (2) exclusivo e (3) afetividade negativa. A escala de resposta varia de 1 (discordo fortemente) a 7 (concordo fortemente), e permite calcular os valores parciais por dimensão, obtendo uma média geral de IA. As pontuações podem

variar de 7 a 49 pontos. Pontuações mais elevadas indicam níveis mais fortes de identificação com o papel do atleta.

Personalidade: A mensuração da personalidade foi realizada pelo NEO-FFI-20 - Inventário de Personalidade dos Cinco Factores NEO com 20 ítems (Bertoquini & Pais-Ribeiro, 2006) - versão na língua portuguesa. O Inventário de Avaliação da Personalidade NEO-FFI-20 versão portuguesa (Bertoquini & Ribeiro, 2005) é uma versão reduzida do NEO-FFI (Inventário de Personalidade NEO Revisto; Costa & McCrae, 1992) e do NEO-FFI-R (McCrae & Costa, 2004). O NEO-FFI- 20 apresenta boas características psicométricas, mede as mesmas dimensões da personalidade que a versão americana e apresentou ser um instrumento útil para avaliar as cinco grandes dimensões da personalidade (Bertoquini & Ribeiro, 2006). O NEO-FFI-20 está dividido em cinco subescalas que avaliam cinco dimensões que são: (1) amabilidade, (2) estabilidade emocional, (3) abertura as experiências, (4) conscienciosidade e (5) extroversão. Para responder a este questionário, as respostas variam de 0 (discordo fortemente) a 4 (concordo fortemente) e permite calcular os valores parciais por dimensão, obtendo uma média geral e uma média para cada dimensão. Sete ítems possuem pontuação invertida, nomeadamente os ítems: 1, 3, 11, 13, 14, 18 e 19 do questionário. As pontuações podem variar de 0 a 80 para a pontuação global e de 0 a 16 para cada dimensão. Pontuações mais altas correspondem a uma presença mais forte de um traço concreto de personalidade no indivíduo.

Procedimentos

Todos os sujeitos da pesquisa participaram voluntariamente com consentimento livre e informado, garantindo aos participantes a confidencialidade dos dados e a sua utilização apenas para fins de investigação. Para a metodologia da pesquisa, foram

levados em consideração todos os princípios éticos contidos na Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Na amostra de alunas escolares, os questionários foram aplicados pelos próprios investigadores e nas ginastas os questionários foram distribuídos e recolhidos por suas treinadoras que foram contactadas pelos investigadores e treinadas nos procedimentos e regras de aplicação de questionários. Ademais, todos os instrumentos deste estudo têm sido utilizados em pesquisas anteriores.

A análise dos dados foram realizadas no programa de análise *IBM SPSS statistics* 23. Para a estatística descritiva foram calculados as frequências, médias, desvio padrão, mínimo e máximo. Os valores de assimetria e curtose, inspeção do histograma e teste de Kolmogorov-Smirnov foram considerados dentro dos padrões para o aceite da curva de normalidade das variáveis. Nas análises de inferência estatística, o procedimento utilizado para comparação entre grupos foi a correlação de Pearson. O intervalo de confiança foi ajustado a 95% ($\alpha = 0,05$).

Resultados

A escala de Determinação (Grit Scale – 6 ítems), após a AFE, ficou constituída por seis ítems, nomeadamente, 3, 6, 7, 8, 9 e 10. Os dados resultantes da AFE estão sendo analisados no processo de validação da respectiva escala. O fator Interesse ficou então constituído pelos ítems 3, 7 e 8 e o fator Perseverança pelos ítems 6, 9 e 10. Foi verificado $\alpha = 0,654$ para o fator Interesse, $\alpha = 0,697$ para o fator Perseverança e $\alpha = 0,673$ para a escala Total. Estes valores indicam que os resultados da escala de Determinação apresentaram evidências de precisão. Portanto, a escala utilizada nesse estudo apresentou qualidades psicométricas satisfatórias para a população em que foi aplicada.

A tabela 4 apresenta a frequência do nível escolar e vínculo federativo. O mesmo

quadro apresenta os valores parciais das ginastas, das estudantes praticantes de esporte extra curricular diferente de GR (EPDE) e estudantes não praticantes de esporte extra curricular (ENPDE).

Tabela 4.
Frequência por nível escolar e vínculo federativo.

	Ginastas	EPDE	ENPDE	Total (Σ)
1. Ensino	49	23	37	109
2º Ciclo	3	0	0	3
3º Ciclo	31	13	13	57
Secundário	13	10	24	47
Superior	2	0	0	2
2. Vínculo Federativo	49	23	0	72
Federadas	45	11	0	56
Não federadas	4	12	0	16

A tabela 5 apresenta a frequência dos diferentes esportes praticados pela amostra.

Tabela 5.
Frequência dos esportes praticados pela amostra.

Esporte	N
Ginástica Rítmica	49
Natação	8
Voleibol	4
Dança	3
Atletismo	3
Futebol	2
Judo	1
Equitação	1
Ginástica Acrobática	1
ENPDE	37
Total	109

A tabela 6 apresenta os resultados estatísticos descritivos para a variável anos de prática esportiva e as variáveis psicométricas.

Tabela 6.
Dados de estatística descritiva

	<i>M</i>	<i>SD</i>	Mínimo	Máximo
Anos de Prática				
Ginastas	5,27	3,68	1	20
EPDE	4,57	3,69	1	13
Praticantes de esporte	5,04	3,67	1	20
Média da Determinação (<i>Grit</i>)				
Ginastas	3,59	0,68	2,17	5
EPDE	3,70	0,70	2,50	5
ENPDE	3,22	0,66	2,17	5
Variáveis psicométricas				
1.Determinação (<i>Grit</i>)				
Perseverança	3,62	0,68	2,17	5
Interesse	3,80	0,79	2,0	5
Interesse	3,45	0,91	1,67	5
2. IA Global				
IA Social	32,39	9,59	10	49
IA Exclusividade	14,62	3,95	4	21
IA Exclusividade	7,51	3,30	2	14
IA Afeto Negativo	10,25	3,40	2	14
3.Personalidade Global				
Conscienciosidade	46,63	5,44	37	59
Conscienciosidade	11,32	2,57	2	16
Amabilidade	8,11	2,18	4	14
Abertura a Experiência	7,33	2,24	3	13
Extroversão	12,01	1,92	8	16
Estabilidade emocional	7,85	2,01	3	13

Notas: *M*= Média; *DS*= Desvio Padrão

Os resultados das variáveis psicométricas estão apresentados por pontuações globais e dimensões dos constructos. Correlação de Pearson foi calculada para verificar a associação estimada entre as variáveis. Os resultados indicam que, se considerarmos a amostra total, todas as dimensões das escalas de determinação e as dimensões da identidade atlética estão associadas entre elas de forma positiva e significativa. Os resultados da correlação de Pearson entre a determinação e as variáveis psicométricas IA global ($R = 0,450$; $\rho < 0,01$) e personalidade global ($R = 0,328$; $\rho < 0,01$) foram associadas de forma positiva e significativa. Ademais, a determinação também foi associada de forma positiva e significativa entre as dimensões da personalidade conscienciosidade ($R = 0,548$; $\rho < 0,01$) e extroversão ($R = 0,301$; $\rho < 0,01$). As tabelas 8 e 9 apresentam os resultados da correlação de Pearson.

Tabela 7.

Correlação de Pearson entre as variáveis contínuas, dimensões das escalas e pontuação global das escalas psicométricas.

		IA Social	IA Exclusividade	IA Afetividade Negativa	IA Global	Conscienciosidade	Amabilidade	Abertura a Experiência	Extroversão	Neurotiscismo	Personalidade Global	Interesse	Perseverança	Determinação
IA Social	C.P.	1												
	Sig.													
IA Exclusividade	C.P.	,774**	1											
	Sig.	,000												
IA Afetividade Negativa	C.P.	,710**	,652**	1										
	Sig.	,000	,000											
IA Global	C.P.	,930**	,894**	,871**	1									
	Sig.	,000	,000	,000										
Conscienciosidade	C.P.	,395**	,337**	,258**	,370**	1								
	Sig.	,000	,000	,007	,000									
Amabilidade	C.P.	-,009	,016	-,102	-,034	-,078	1							
	Sig.	,929	,868	,290	,724	,420								
Abertura a Experiência	C.P.	,145	,069	-,037	,070	,121	-,017	1						
	Sig.	,133	,473	,701	,467	,209	,857							
Extroversão	C.P.	,509**	,528**	,338**	,511**	,401**	,122	,164	1					
	Sig.	,000	,000	,000	,000	,000	,205	,088						
Neurotiscismo	C.P.	,115	,150	,059	,120	-,010	-,139	,141	,278**	1				
	Sig.	,232	,120	,541	,213	,920	,149	,143	,003					
Personalidade Global	C.P.	,454**	,431**	,211*	,410**	,586**	,322**	,515**	,761**	,452**	1			
	Sig.	,000	,000	,028	,000	,000	,001	,000	,000	,000				
Interesse	C.P.	,297**	,274**	,323**	,331**	,332**	,136	-,059	,089	-,194*	,134	1		
	Sig.	,002	,004	,001	,000	,000	,160	,543	,356	,044	,164			
Perseverança	C.P.	,388**	,327**	,315**	,384**	,548**	,027	,085	,402**	-,084	,398**	,256**	1	
	Sig.	,000	,001	,001	,000	,000	,784	,380	,000	,385	,000	,007		
Determinação	C.P.	,429**	,377**	,403**	,450**	,548**	,106	,012	,301**	-,178	,328**	,814**	,770**	1
	Sig.	,000	,000	,000	,000	,000	,275	,900	,001	,064	,001	,000	,000	

Notas: **A correlação é significativa no nível 0,01 (bilateral); * A correlação é significativa no nível 0,05 (bilateral); C.P.= Correlação de Pearson; Sig = Significancia Bilateral; N= 109

Discussão

Para entender as relações entre determinação e outros traços de personalidade em atletas, o objetivo deste estudo foi examinar as associações entre Determinação, Identidade Atlética (IA) e personalidade em ginastas e não praticantes de ginástica rítmica (GR) com idade superior à 12 anos.

Os resultados apontaram que a determinação foi moderadamente relacionada à perseverança ($R = 0,770$; $\rho < 0,01$) e uma forte relação com a faceta consistência de interesse do construto determinação ($R = 0,814$; $\rho < 0,01$) assim como os estudos de Duckworth et.al (2007).

Relativamente à determinação e as dimensões da personalidade, os resultados deste estudo apresentaram relações positivas e significativas entre determinação e conscienciosidade ($R = 0,548$; $\rho < 0,01$) e conscienciosidade e perseverança ($R = 0,548$; $\rho < 0,01$), indo ao encontro de estudos anteriores (Duckworth et.al, 2007; Duckworth & Quinn, 2009; Duckworth et. al, 2011; Ivcevic & Brackett, 2015; Meriac, Slifka & LaBat, 2015; Reed, Pritschet & Cutton, 2012; Riemlfield, Kovas, Dale & Plomin, 2016). Assim, pode-se entender e confirmar que atletas possuem uma capacidade de trabalhar de forma ordenada, metodológica, com foco e disciplina, modulando seus comportamentos e ações, vencendo possíveis contratemplos que podem ocorrer durante a temporada (a exemplo lesões, desgaste físico, perda de peso), a fim de atingir objetivos esportivos a longo prazo.

Também foi encontrada uma relação de intensidade fraca entre determinação e extroversão o que corrobora com os resultados da meta-análise realizada por Rhodes e Smith (2006) sobre atividade física e personalidade, em que os traços de personalidade, extroversão e conscienciosidade, obtiveram correlações positivas com a atividade física. Assim, pode-se sugerir que atletas com níveis de determinação mais elevados possuem

uma capacidade de trabalhar de forma metodológica, ordenada e perseverante a fim de atingir um objetivo a longo prazo.

Determinação e Identidade Atlética foram relacionados positivamente tanto para as pontuações globais quanto para as pontuações por dimensão. A intensidade de associação entre determinação e as dimensões da IA foram consideradas fracas, inclusive a IA global. Os resultados apontaram também uma relação positiva entre determinação, conscienciosidade e extroversão assim como o estudo de Matej, Faganel e Bednarik (2005) que apresentou relações positivas entre IA e os traços conscienciosidade e extroversão. Extroversão foi uma dimensão da personalidade que teve associação positiva e de intensidade moderada com a IA, confirmando os achados de Cabrita et. al (2014). Indivíduos extrovertidos são caracterizados por uma busca de contextos interativos (Costa & McCrae, 1994) e neste sentido, pode ser potencializado pelo contexto desportivo (Cabrita et. al, 2014). O contexto esportivo é uma maneira ideal para expressar o traço de personalidade extroversão para indivíduos com níveis elevados de extroversão (Cabrita et. al. 2014) e, em conformidade, a configuração competitiva da GR se encaixa de forma que atenda a estes aspectos.

Adicionalmente, no estudo de Cabrita et. al (2014), apenas o traço de personalidade extroversão e nível competitivo foram considerados determinantes da IA. Neste estudo o nível competitivo das atletas não foi avaliado e a amostra pode ter sido composta por diferentes níveis de competidoras, impossibilitando a comparação dos estudos.

A partir da relação da determinação com todas as dimensões da IA e a personalidade pode-se entender que pode ocorrer um efeito dominó: conforme a dedicação e esforço que a atleta investe no esporte, mais a atleta se reconhece como atleta e vinculando-se, desta forma, cada vez mais sua identidade ao esporte e condicionando

seus projetos de vida em torno da vida atlética e trabalhando de forma metodológica a fim de alcançar metas esportivas.

De um modo geral pode-se concluir que a atletas com níveis de determinação mais elevados possuem uma identidade atlética mais forte e que a personalidade do atleta possui influências nestes constructos. Adicionalmente, atletas com níveis de determinação mais elevados possuem níveis de conscienciosidade e extroversão mais altos e a prática esportiva pode alavancar o nível destes traços. Sugere-se, então que as futuras pesquisas realizadas, no âmbito da determinação, sejam analisadas outras variáveis como, por exemplo, se o nível competitivo é determinante para estes constructos e uma análise de regressão para identificar possíveis modelos que apresentem as relações entre Determinação e diferentes variáveis de forma direta ou indireta.

Referências

- Allport, G. W.(1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt.
- Allen, M. S., Greenlees, I., & Jones, M. V. (2011). An investigation of the five-factor model of personality and coping behaviour in sport. *Journal of Sports Sciences*. 29 (8), 841 - 850.
- Bartley, C.E & Roesch, S.C (2011). Coping with daily stress: The role of conscientiousness. *Personality Individual Differences* 50:79–83
- Bertoquini, V., & Pais-Ribeiro, L. (2005). Estudo de formas muito reduzidas do modelo dos cinco fatores de personalidade [Reduced forms of the big five personality model]. *Psychologica*, 43, 193-210.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. I., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' Muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24, 237–254.
- Bompa, T. (1998) *Training Guidelines for Young Athletes in Total Training for Young Champions*. Human Kinetics, Champaign, IL.
- Cabrita, T., Rosado, A., Leite, T., & Sousa, P. (2014). Adaptação da escala de identidade atlética (AIMS-plus) para a população Portuguesa [Adaptation of the athletic identity scale (AIMS-Plus) for the Portuguese population]. *Psicologia:Reflexão e Crítica*, 27(1)
- Cabrita, T., Rosado, A., Serpa, S., & Vega, R. (2014). Relaciones entre identidad atlética y personalidad en el deporte de competición. *Revista Psicología del Deporte*. 23(2).
- Cabrita, Tília (2014): *Identidade atlética*. Tília Cabrita. (Tese de Doutoramento, FMH/U.Lisboa) Lisboa. Portugal
- Chen, Steave; Snyder, Shonna & Magner, Monica (2010): The Effects of Sport

- Participation on Student-Athletes' and Non-Athlete Students' Social Life and Identity. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 2010, 3, 176-193
- Cianci, A.M., Klein, H.J., & Seijts, G.H. (2010). The Effect Of Negative Feedback On Tension And Subsequent Performance: The Main And Interactive Effects Of Goal Content And Conscientiousness. *Journal Application Psychology*; 95: 618-630.
- Cieslak, T. (2004). *Describing and measuring the athletic identity construct: Scale development and validation*. Unpublished doctoral dissertation, Ohio State University, Columbus.
- Cieslak, T., Fink, J., & Pastore, D. (2005). Measuring the athletic identity construct: Scale development and validation. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27, 48.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO personality inventory manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P., & McCrae, R. (1994). Stability and change in personality from adolescence through adulthood. In C. Halverson, Jr., G. Kohnstamm, & R. Martin (Eds.), *The developing structure of temperament and personality from infancy to adulthood* 139-155 Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Cruz, M.J.P (2002): *O valor artístico em ginástica rítmica: estudo do valor artístico dos exercícios apresentados no campeonato da Europa de 1998*. Dissertação apresentada para a obtenção de grau de Mestre em Treino de Alto Rendimento em atividades gímnicas de competição. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humanda da Universidade Técnica de Lisboa
- David, J. P., Green, P. J., Martin, R., & Slus, J. (1997). Differential Roles of Neuroticism, Extroversion and Event Desirability for Mood in Daily Life: An Integrative Model Of Top-Down And Bottom-Up Influence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (1) 149-159
- Duckworth, A.L., Peterson, C., Matthews, M.D., & Kelly, D.R. (2007). *Grit: perseve-*

- rance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 1087-1101. PubMed doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Duckworth, A.L., & Quinn, P.D. (2009). Development and validation of the Short *Grit* Scale (GR1T-S). *Journal of Personality Assessment*, 91, 166-174. PubMed doi: 10.1080/00223890802634290
- 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 Psychological & Personality Science*, 2, 174-181. doi: 10.1177/1948550610385872
- Duckworth, A.L., & Gross, J.J. (2014). Self-control and *grit*: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 319-325.
- Duckworth, A.(2016). *Grit: o poder da perseverança e da paixão*. Portugal: Vogais.
- Duckworth, A. (2017). *Homepage*. Consultado em Março 31, 2017, em: <https://angeladuckworth.com/research/>
- Eskreis-Winkler, L., Duckworth, A. L., Shulman, E., & Beal, S. (2014). The *grit* effect: Predicting retention in the military, the workplace, school and marriage. *Frontiers in Personality Science and Individual Differences*, 5(36), 1-12.
- Eswaran J., Patnaik D., Filippakopoulos P., Wang F., Stein R.L., Murray J.W., Higgins J.M. G. & Knapp S. (2009). Structure and functional characterization of the atypical human kinase haspin. *Proc. Natl. Acad. Sci. USA*.
- Fédération Internationale de Gymnastique (2017). Code de pointage Gymnastique Rhythmique: 2017-2020. FIG (Ed). Retirado de: http://www.fig-gymnastics.com/publicdir/rules/files/rg/201705_RG%20ChallengeCup%20Rules%202017-20_V.2.0_F.pdf

- Houle, J.L.W & Kluck, A. S. (2015). An Examination of the Relationship between Athletic Identity and Career Maturity in Student-Athletes. *Human Kinetics Journals*. 9: 1:24-40 doi: 10.1123/jcsp.2014-0027
- Ivcevic, Z., Brackett, M. (2014). Predicting school success: Comparing Conscientiousness, *Grit*, and Emotion Regulation Ability. *Journal of Research in Personality*, 52, 29–36
- Kendziersky, D., Furr, R., & Schiavoni, J. (1998). Physical activity self-definitions: Correlates and perceived criteria. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20(2), 176-193.
- Khan, B., Ahmed, A. E Abid, G. (2016). Using The ‘Big-Five’-For Assessing Personality Traits Of The Champions: An Insinuation For The Sports Industry. *Pakistan Journal of Commerce and Social Sciences*. 10(1), 175-191.
- Lebre, E. (1993). *Estudo Comparativo Das Exigências Técnicas E Morfofuncionais Em Ginastas Rítmicas Esportivas*.(PHD Thesis) Porto, Univerity, Sports Faculty. Porto.
- Laffranchi, Bárbara (2005): *Planejamento, aplicação e controle da preparação técnica da ginástica rítmica: análise do rendimento técnico alcançado nas temporadas de competição*. Barbara Laffranchi. (Tese de Doutorado, FADEUP) Porto. Portugal.
- Larkin, P., O’Connor, D., e Williams, A. M. (2016) Does *Grit* Influence Sport-Specific Engagement and Perceptual-Cognitive Expertise in Elite Youth Soccer? *Journal of Applied Sport Psychology*, 28:2, 129-138, doi: 10.1080/10413200.2015.1085922
- Lazarević, Lj., Petrović B. E Damnjanović, K. (2012) Personality Traits Of Young Gifted Rhythmic Gymnasts *Facta Universitatis Series: Physical Education and Sport* .10 (2), 115 – 126.

- Martin J.J. , Byrd B. , Watts M. L. , Dent M. (2015) *Gritty, Hardy, and Resilient: Predictors of Sport Engagement and Life Satisfaction in Wheelchair Basketball Players.* *Journal of Clinical Sport Psychology* , 9,345-359 doi: <http://dx.doi.org/10.1123/jcsp.2015-0015>
- Matveev, L. P. *Treino Desportivo: metodologia e planejamento*. 1ª ed. Guarulhos: Phorte, 1997.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hřebíčková, M., Avia, M. D., et al. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and lifespan development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 173–186
- Mayer, J. D., Skimmyhorn, W. (2016). Personality attributes that predict cadet performance at West Point. *Journal of Research in Personality*, 66, 14–26.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T (2004). A contemplated revision of the NEO Five-factor Inventory. *Personality Individual Differences*, 36, 587-596.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., Avia, M. D., & Smith, P. B. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 173–186.
- Meriac, J.P. Slifka, J. S., LaBat, L. R. (2015) Work ethic and *grit*: An examination of empirical redundancy. *Personality and Individual Differences*, 86, 401–405
- Mirzaei, A., Nikbakhsh, R. & Sharififar, F. (2013). The relationship between personality traits and sport performance. *European Journal of Experimental Biology*, 3(3), 439-442.
- Nia, M., & Besharat, B. (2010). Comparison of athletes' personality characteristics in individual and team sports. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 808–812.
- Portugal, Gabriela. Desenvolvimento e aprendizagem na infância. In: CONSELHO

- NACIONAL DE EDUCAÇÃO (org.). Relatório do estudo – A educação das crianças dos 0 aos 12 anos. Lisboa: Ministério da Educação, 2009.
- Proios, M. (2013) Athletic Identity And Achievement Goals Of Gymnastics Athletes. *Science of Gymnastics Journal*. 4(3), 15 – 24.
- Proios, M. (2012). Factor validity of the Athletic Identity Measurement Scale in a Greek sample. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10, 305–313. doi:10.1080/1612197X.2012.705518
- Reed, J. (2014). A survey of *Grit* and exercise behaviour. *Journal of Sport Behavior*. 37, 390-406
- Reed, J, Pritschet, B.L., and Cutton, D.M. (2012) Grit, conscientiousness, and the transtheoretical model of change for exercise behavior *Journal of Health Psychology* 18(5) 612–619 doi: 10.1177/1359105312451866.
- Rimfeld, K.; Kovas, Y.; Dale, P. S.; Plomin, R. (2016). True *grit* and genetics: Predicting academic achievement from personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111(5), 780-789. Retirado em <http://dx.doi.org/10.1037/pspp0000089>
- Robertson-Kraft, C. & Duckworth, A.L. (2014). True *Grit*: Trait-level Perseverance and Passion for Longterm Goals Predicts Effectiveness and Retention among Novice Teachers. *Teachers College Record*. 116 (3), 1-27
- Robinson, M. D., Ode, S., Moeller, S. K., & Goetz, P. W. (2007). Neuroticism and Affective priming: Evidence for a Neuroticism-Linked Negative Schema. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1221-1231.
- Rhodes, R.E. & Smith, N.E.I (2006). Personality correlates of physical activities: A review and meta-analysis. *British Journals of Sports Medicine*, 40(12). Retirado de <http://dx.doi.org/10.1136/bjism.2006.028860>,
- Silva, I. B., & Nakano, T. C. (2011). Modelo dos cinco grandes fatores da personalidade:

análise de pesquisas. *Avaliação Psicológica*, 10(1), 51-62. Recuperado em 22 de junho de 2017, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167704712011000100006&lng=pt&tlng=pt.

Sindik, J. (2011). Differences between Top Senior Basketball Players from different team position in Big Five personality Traits. *Acta Kinesiologica*, 5(2), 21-35.

Stronach, M., & Adair, D. (2010). Lords Of The Square Ring: Future Capital And Career TranSition Issues For Elite Indigenous Australian Boxers. *Cosmopolitan Civil Societies Journal*, 2, 46–70.

Suzuki Y, Tamesue D, Asahi K, Ishikawa Y (2015) *Grit and Work Engagement: A Cross- Sectional Study*. *PLoS ONE* 10(9): e0137501
doi:10.1371/journal.pone.0137501

Thomas, A. (1983). *Esporte: Introdução à psicologia*. Rio de Janeiro, RJ: Ao livro Técnico.

Tusak, M., Faganel, M., & Bednarik, J. (2005). Is athletic identity an important motivator? *International Journal of Sport Psychology*, 36, 39-49.

Weinberg, R. & Gould, D. (2007). *Fundamentos da Psicologia do Esporte e Exercício*. Ed. Artmed.

Zakharov, A (1992). *Ciência do treinamento desportivo*. Rio de Janeiro. Grupo Palestra Sport.

Capítulo IV

Relações entre determinação e variáveis de perfil sócio-demográfico em atletas de Ginástica Rítmica e não praticantes com idade superior a 12 anos.

Relações entre determinação e variáveis de perfil sócio demográfico em atletas de Ginástica Rítmica e não praticantes com idade superior a 12 anos.

Anelise Atkinson da Cunha¹; Dr. António Fernando Boletto Rosado²; Dr. Andréa Duarte Pesca³.

^{1,2}Faculdade de Motricidade Humana/U.Lisboa ³Faculdade Cesusc

Resumo: Determinação (*Grit*) é um traço de personalidade relacionada ao sucesso e é definida como perseverança e paixão para metas a longo prazo (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). Estudar as possíveis variáveis de perfil determinantes para a determinação podem ser fatores fundamentais para o desempenho desportivo. **Objetivo:** O presente estudo tem como objetivo analisar as variáveis de perfil determinantes para a determinação em ginastas e não praticantes de Ginástica Rítmica (GR) com idade superior a 12 anos. **Método:** 109 meninas participaram do estudo, dentre as quais 60 não praticavam GR e 49 eram ginastas ($M = 14,42$ anos; $SD = 2,26$). A determinação foi mensurada através do questionário *Grit Scale* (Duckworth et. al, 2007) na versão portuguesa em validação fatorial exploratória (Cunha, Rosado & Pesca, 2107) entitulado como *Grit Scale- 6 ítems*. **Resultados:** Não foram encontradas diferenças significativas para determinação entre ginastas e meninas que não praticam GR. Também não foram encontradas diferenças significativas para as variáveis de perfil idade, faixa etária, anos de prática, escolaridade e vínculo federativo para a amostra do estudo. Os resultados indicam que apenas a prática esportiva é fator determinante para níveis de determinação mais elevados. **Conclusões:** Consideramos que os determinantes do *grit* não permitem conclusões estáveis uma vez que encontramos divergências entre os nossos resultados e outros estudos, aconselhando mais pesquisas sobre este constructo.

Palavras-chave: Determinação; Perseverança; Paixão; Sucesso; Ginástica Rítmica;

Grit: Study of social demographic profile variables in rhythmic gymnastic and non-practicing gymnasts aged over 12 years.

Anelise Atkinson da Cunha¹; António Fernando Boleto Rosado²; Andréa Duarte Pesca³.

^{1,2}Faculdade de Motricidade Humana/U.Lisboa ³Faculdade Cesusc

Abstract: Grit is a personality trait related to success and is defined as perseverance and passion for long-term goals (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). Studying the possible determinant profile variables can be key factors for sports performance. **Goal:** The aim of this study was to analyze the determinant profile variables for the grit of gymnasts and non - rhythmic gymnasts (GR), with ages greater than 12 years. **Method:** 109 girls participated in the study, of which 60 did not practice GR and 49 were gymnasts (M = 14.42 years, SD = 2.26). The grit was measured using the Grit Scale questionnaire (Duckworth et al, 2007) in the Portuguese version in the exploratory factorial validation process (Cunha, Rosado & Pesca, 2107). **Results:** No significant differences were found for grit between gymnasts and girls who did not practice GR. Also, no significant differences were found for the variables of age profile, age group, years of practice, schooling and federative bond for the study sample. The results indicate that only sports practice is a determining factor for higher levels of grit. **Conclusions:** We consider that the determinants of grit do not allow stable conclusions since we find divergences between our results and other studies, advising more research about this construct.

Key-words: *Grit*; Perseverance; Passion; Success; Rhythmic Gymnastics;

O sucesso esportivo advém de uma junção de diversos fatores e, especificamente na vertente psicológica, diversos processos podem participar no desempenho desportivo (Cruz, 1996). A determinação é um constructo recente da psicologia, que vem sendo estudado por diversas áreas na sociedade acadêmica e ao sucesso (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007).

Duckworth et. al, (2007) constataram que a determinação é um traço de personalidade que desempenha um papel importante na predição de sucesso, tal qual é definida como perseverança e paixão para metas a longo prazo. Os mesmos autores consideram que o sucesso é uma resultante de dois fatores: a) na capacidade do indivíduo em trabalhar arduamente em uma atividade por muito tempo e b) na capacidade do indivíduo em manter um grande interesse nesta mesma atividade tendo o intuito de alcançar um objetivo ao longo do tempo.

A Ginástica Rítmica (GR), devido as suas especificações técnicas, requer longas horas de treino, anos de prática, grandes desgastes físicos, cumprimento de uma alimentação sadia e regrada e muitas vezes, uma vida social limitada (Laffranchi, 2005).

Neste sentido, uma componente psicológica adequada propicia condições mentais e emocionais para a ginasta suportar o treinamento, de modo que possa lidar com erros e frustrações que podem ocorrer durante o treino ou competições, tornando-se apta a atingir o máximo de suas potencialidades e alcançar o sucesso (Thomas, 1983). Assim, traços de personalidade podem influenciar comportamentos no atleta.

Nos estudos encontrados sobre a determinação, este constructo foi relacionado com a prática deliberada (Duckworth, Kirby, Tsukayama, Berstein & Ericsson, 2011), predição de sucesso acadêmico (Duckworth et. al, 2007) e retenção em programas específicos (Duckworth e Quinn, 2009; Duckworth et al., 2011; Eskreis-Winkler, Duckworth, Shulman, & Beal 2014). Já no esporte, atletas com *scores* mais elevados em determinação possuíam maior engajamento desportivo (Martin, Byrd, Watts & Dent,

2015; Larkin, O'Connor e Williams, 2016), maior expertise no esporte (Larkin et.al, 2016), maior capacidade em realizar exercícios de intensidades de moderada a alta (Reed, 2014) e maior propensão do atleta a investir uma maior quantidade de tempo em atividades específicas do esporte (Larkin et al., 2016).

A GR, devido às exigências técnicas específicas do esporte, necessita de disciplina e comprometimento de forma que as repetições exaustivas, em busca da perfeição dos movimentos, sejam parte da rotina de treino (Laffranchi, 2005).

É comum as ginastas rítmicas terem sua iniciação esportiva entre o final da primeira infância e o início da segunda infância já que, conforme Bompa (1998), especificamente para a GR, a iniciação se dá entre os 6 e 11 anos de idade, uma vez que os gestos técnicos específicos da GR exigem altos níveis de flexibilidade (Laffranchi, 2005) e o período sensível para desenvolvimento desta qualidade física se dá entre os 6 e 10 anos de idade (Matveev, 1997) e 9 e 14 anos (Zakharov, 1992)

Na primeira infância a criança está em fase de intenso desenvolvimento e maturação, tanto cognitivo quanto motora e emocional (Portugal, 2009). Mayer e Skimmyhorn (2016) verificaram que a determinação e mentalidade de crescimento foram associadas com zonas cerebrais consideradas importantes para o controle cognitivo-comportamental. Duckworth et al. (2007) obtiveram resultados superiores de determinação para indivíduos mais velhos (acima de 65), se comparados jovens adultos (25 a 34 anos) Neste mesmo estudo, os adultos foram divididos por faixas etárias de 9 anos e quanto maior a diferença de faixa etárias, maior os scores de determinação para indivíduos mais velhos.

Duckworth e Gross (2014) obtiveram resultados positivos para a relação do auto-controle e determinação e nesse sentido com a maturação biológica cerebral o indivíduo tem uma maior capacidade em controlar e dominar seus comportamentos motores e emocionais e, por consequência, possuir níveis mais elevados de determinação. Mayers

et. al. (2016) encontraram relações positivas entre determinação e regiões do cortex cerebral responsáveis pelo controle cognitivo-comportamental.

Duckworth e Quinn (2009) obtiveram maior representatividade feminina em seus estudos e não encontraram diferenças significativas em seus resultados. Indicando que o sexo não é fator determinante para a determinação.

Duckworth et al. (2007) realizaram um estudo em adultos e apontam que a escolaridade está relacionada com a determinação. Segundo os autores, uma qualificação acadêmica mais alta está relacionada a níveis de determinação também mais elevados e, neste sentido, quanto maior a pontuação de determinação, menor eram as mudanças na carreira. Em conformidade, no estudo realizado por Robertson-Kraft e Duckworth (2015) professores iniciantes (primeiro ano de trabalho) com níveis de determinação mais elevados estavam mais propensos a finalizarem o ano letivo ou continuarem no cargo.

No mesmo estudo de Duckworth e colaboradores (2007) com estudantes universitários e os melhores alunos da universidade e a determinação foi relacionada positivamente com o desempenho acadêmico. Entretanto, a determinação também foi relacionada inversamente com baixas pontuações acadêmicas, para os melhores estudantes. Neste sentido, os autores sugeriram que é possível alguns alunos serem espertos e possuírem baixo nível de determinação e que alunos com alto nível de determinação e coeficiente de inteligência não tão elevado podem estar entre os melhores alunos sendo compensado pela capacidade de trabalhar arduamente e maior determinação.

Atualmente a determinação é mensurada, na maioria dos estudos, pelos instrumentos *Grit Scale* (Duckworth et al., 2007) e *Short Grit Scale* (Duckworth & Quinn, 2009). Há versões destes instrumentos nas línguas francesa e alemã para o *Grit Scale* (Duckworth, 2017), *Short Grit Scale* na língua japonesa (Suzuki, Tamesue, Asahi &

Ishikawa, 2015) e chinesa (Duckworth, 2017) e uma versão do *Grit Scale* para crianças (Duckworth et al., 2007).

As investigações já realizadas não exploram a potencial relação da determinação na GR e as diferenças de *scores* de determinação entre ginastas e escolares que não praticam GR de mesma faixa etária. A literatura indica que atletas possuem maiores scores de determinação e com a idade a determinação tende a ter níveis mais elevados. O objetivo deste estudo foi verificar a potencial influência das variáveis de perfil sociodemográfico no traço de personalidade determinação em ginastas rítmicas e não praticantes de GR com idade acima de 12 anos. Assim, esta investigação surge a partir da seguinte pergunta de pesquisa: Quais as relações entre as variáveis de perfil e o traço de personalidade determinação entre ginastas rítmicas e não praticantes de GR com idade superior a 12 anos? Para responder a estas questões, o estudo terá como objetivos específicos:

- a) Verificar características sociodemográficas em ginastas rítmicas e não praticantes de GR acima de 12 anos.
- b) Verificar os níveis de Determinação das participantes.
- c) Comparar os níveis de Determinação entre ginastas rítmicas, escolares que praticam outros esportes e escolares não praticantes.
- d) Relacionar os níveis de Determinação com as variáveis sociodemográficas das participantes.

Método

Participantes

O estudo foi composto por de 109 meninas com idade igual ou superior a 12 anos ($M = 14,42$; anos $SD = 2,266$) dentre as quais 49 participaram do Campeonato de GR

Distrital de Lisboa em março de 2017 e 60 eram estudantes de uma escola secundária do distrito de Lisboa. Dentre as estudantes, 37 não praticavam esporte extra curricular (ENPDE) e 23 praticavam esporte extra curricular diferente de GR (EPDE). Os escalões da GR são divididos por faixas etárias conforme o código de pontuação da Federação Internacional de Ginástica (FIG). Estas faixas etárias abrangem normalmente duas idades. A categoria infantil abrange meninas com idades entre 11 e 12 anos; a categoria juvenil abrange ginastas com 13 e 14 anos e a categoria sênior abrange atletas com idade superior à 15 anos. A maioria dos campeonatos oficiais da FIG participam apenas os escalões juvenil e sênior. Nos campeonatos organizados pela FIG, a maioria das participantes são da categoria sênior (Fédération Internationale de Gymnastique, 2017). Neste estudo, as escolares foram divididas por faixas etárias assim descritas no tabela 8.

Tabela 8.

Frequência por faixa etária das não praticantes de GR e ginastas.

Categoria	Idades	Ginastas (%)	EPDE (%)	ENPDE (%)	Total (Σ)(%)
Infantil	12 anos	20 (18,3%)	0%	1 (1%)	21 (19,3%)
Juvenil	13 a 15 anos	20 (18,3%)	18 (16,5%)	21 (19,3%)	59 (54,1%)
Adulto	\geq 16 anos	9 (8,25%)	5 (4,6%)	15 (13,7%)	29 (26,6%)
Total (Σ)(%)		49 (44,95%)	23 (21,1%)	37 (33,9%)	109 (100%)

Mensuração

A recolha de dados foi feita por meio do preenchimento do perfil demográfico e instrumentos de avaliação.

Perfil demográfico

Este questionário foi elaborado pelos autores deste estudo com a finalidade investigar as seguintes informações demográficas: a) Escolares: Idade e nível escolar; b) Escolares que praticavam esporte extracurricular: Idade, nível escolar, tipo de esporte,

escalão, anos de experiência no esporte e vínculo federativo; c) Ginastas Rítmicas: Idade, nível escolar, escalão, anos de experiência no esporte e vínculo federativo.

Instrumentos

Determinação: Para avaliar a determinação foi utilizado a Grit Scale - 6 ítems (Cunha, Rosado & Pesca, 2017) adaptado para a versão da língua portuguesa produzido no âmbito deste estudo por uma escala de 5 pontos (1 = “Sou muito assim, 5 = “Não sou nada assim”) representado por duas subescalas constituídas por perseverança de esforço e consistência de interesses (por exemplo: "eu termino o que eu começo"). Três ítems da subescala requerem pontuação inversa, nomeadamente os ítems 6, 9 e 10 do questionário. A pontuação final de determinação se dá pela média final de todos os ítems. Foram utilizados a média do *score* total e a média dos *scores* parciais neste estudo.

Todos os sujeitos da pesquisa participaram voluntariamente com consentimento livre e informado, garantindo-lhes a confidencialidade dos dados e a sua utilização apenas para fins de investigação. Para a metodologia da pesquisa, foram levados em consideração todos os princípios éticos contidos na Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Na amostra de alunas escolares, os questionários foram aplicados pelos próprios investigadores e nas ginastas os questionários foram distribuídos e recolhidos por suas treinadoras que foram contactadas pelos investigadores e treinadas nos procedimentos e regras de aplicação de questionários.

A análise dos dados foram realizadas no programa de análise IBM *SPSS statistics* 23. Para a estatística descritiva foram calculados as frequências, médias, desvio padrão, mínimo e máximo. Os valores de assimetria e curtose, inspeção do histograma e teste de Kolmogorov-Smirnov foram considerados dentro dos padrões para o aceite da

distribuição normal das variáveis. Nas análises de inferência estatística, o procedimento utilizado para comparação entre grupos foi ANOVA one-way e a correlação de Pearson. O intervalo de confiança foi ajustado a 95% ($\alpha = 0,05$).

Resultados

A tabela 9 apresenta a frequência do nível escolar e vínculo federativo. O mesmo quadro apresenta os valores parciais das ginastas, das estudantes praticantes de esporte extra curricular diferente de GR (EPDE) e estudantes não praticantes de esporte extra curricular (ENPDE).

Tabela 9.
Frequência por nível escolar e vínculo federativo.

	Ginastas	EPDE	ENPDE	Total (Σ)
1. Ensino.	49	23	37	109
2º Ciclo	3	0	0	3
3º Ciclo	31	13	13	57
Secundário	13	10	24	47
Superior	2	0	0	2
2. Vínculo Federativo.	49	23	0	72
Federadas	45	11	0	56
Não federadas	4	12	0	16

A tabela 10 apresenta a frequência dos diferentes esportes praticados pela amostra.

Tabela 10.
Frequência dos esportes praticados pela amostra.

Esporte	N
Ginástica Rítmica	49
Natação	8
Voleibol	4
Dança	3
Atletismo	3
Futebol	2
Judo	1
Equitação	1
Ginástica Acrobática	1
ENPDE	37
Total	109

A tabela 11 apresenta dados de análise estatística descritiva para anos de prática

Esportiva, média de determinação por faixa etária e média de determinação por vínculo federativo da amostra.

Tabela 11.

Dados descritivos para anos de prática esportiva; Média de determinação por: faixa etária, vínculo federativo, prática esportiva e escolaridade.

	N	Média	Desvio Padrão	Erro Padrão	Mínimo	Máximo
1. Anos de prática esportiva.						
EPDE	23	4,56	3,69	0,77	1,00	13
Ginasta	49	5,26	3,68	0,52	1,00	20
2. Determinação por faixa etária.						
Infantil	21	3,21	0,69	0,15	2,17	5
Juvenil	59	3,57	0,67	0,09	2,17	5
Adulto	29	3,52	0,74	0,14	2,17	4,67
Total	109	3,49	0,70	0,12	2,17	5
3. Determinação por prática esportiva.						
ENPDE	37	3,22	0,66	0,11	2,17	5
EPDE	23	3,70	0,70	0,15	2,50	5
Ginasta	49	3,59	0,68	0,10	2,17	5
Total	109	3,49	0,70	0,12	2,17	5
4. Determinação por praticantes de esporte.						
Não pratica esporte	37	3,22	0,66	0,11	2,17	5
Pratica esporte	72	3,62	0,68	0,08	2,17	5
Total	109	3,49	0,70	0,12	2,17	5
5. Determinação por vínculo federativo.						
Não pratica esporte	37	3,22	0,66	0,11	2,17	5
Federado	56	3,63	0,69	0,09	2,17	5
Não Federado	16	3,60	0,68	0,17	2,50	5
Total	109	3,49	0,70	0,12	2,17	5
6. Determinação por Escolaridade.						
2º Ciclo	3	3,55	,51	,29	3	3
3º Ciclo	57	3,48	,72	,09	2,17	5
Secundário	47	3,44	,68	,10	2,17	4,67
Superior	2	4,33	.	.	4,33	4,33
Total	109	3,49	0,70	0,12	2,17	5

A tabela 12 apresenta os resultados obtidos do teste da ANOVA “one-way” para diferenças entre grupos para: a) EPDE, ENPDE e Ginastas; b) Praticantes e não praticantes de esporte; c) faixa etária; d) vínculo federativo e e) escolaridade.

Tabela 12
ANOVA “one-way” para Média de Determinação.

	Soma dos Quadrados	gl	Quadrado Médio	F	Sig.
1.M de Determinação por faixa etária					
Entre Grupos	1,97	2	,987	2,058	,133
Nos grupos	50,81	106	,479		
Total	52,78	108			
2.M de Determinação por prática esportiva (Ginastas, EPDE, ENPDE)					
Entre Grupos	4,16	2	2,083	4,542	,013
Nos grupos	48,62	106	,459		
Total	52,78	108			
3.M Determinação entre praticantes e não praticantes de esporte					
Entre Grupos	3,95	1	3,949	8,652	,004
Nos grupos	48,83	107	,456		
Total	52,78	108			
4.M Determinação por vínculo federativo					
Entre Grupos	3,95	2	1,978	4,294	,016
Nos grupos	48,83	106	,461		
Total	52,78	108			
5.M Determinação por Escolaridade					
Entre Grupos	0,38	1	0,038	0,077	0,782
Nos grupos	50,74	102	0,497		
Total	50,78	103			

Notas: M = Média

Após testes *post hoc* de Tukey HSD, Scheffe e Bonferroni não foram encontradas diferenças significativas para as variáveis escolaridade e faixa etária.

Após testes *post hoc* de Tukey HSD, Scheffe e Bonferroni foram encontradas diferenças significativas para a variável vínculo federativo e tipo de prática esportiva. A tabela 13 apresenta os resultados *post hoc* para vínculo federativo.

Tabela 13.

Resultados “post hoc” para a variável dependente Determinação e fator federação.

	(I) Federação		Diferença média (I-J)	Erro Padrão	Sig.	Intervalo de Confiança 95%	
						Limite inferior	Limite superior
Tukey HSD	Não pratica esporte	Federado	-,40726*	,14379	,015*	-,7491	-,0655
		Não Federado	-,38345	,20308	,147	-,8662	,0993
	Federado	Não pratica esporte	,40726*	,14379	,015*	,0655	,7491
		Não Federado	,02381	,19240	,992	-,4335	,4812
	Não Federado	Não pratica esporte	,38345	,20308	,147	-,0993	,8662
		Federado	-,02381	,19240	,992	-,4812	,4335
Scheffe	Não pratica esporte	Federado	-,40726*	,14379	,021*	-,7643	-,0503
		Não Federado	-,38345	,20308	,173	-,8876	,1207
	Federado	Não pratica esporte	,40726*	,14379	,021*	,0503	,7643
		Não Federado	,02381	,19240	,992	-,4539	,5015
	Não Federado	Não pratica esporte	,38345	,20308	,173	-,1207	,8876
		Federado	-,02381	,19240	,992	-,5015	,4539
Bonferroni	Não pratica esporte	Federado	-,40726*	,14379	,017*	-,7570	-,0575
		Não Federado	-,38345	,20308	,185	-,8774	,1106
	Federado	Não pratica esporte	,40726*	,14379	,017*	,0575	,7570
		Não Federado	,02381	,19240	1,000	-,4442	,4918
	Não Federado	Não pratica esporte	,38345	,20308	,185	-,1106	,8774
		Federado	-,02381	,19240	1,000	-,4918	,4442

Notas: *. A diferença média é significativa no nível 0.05.

O teste de Tukey HSD apresentou diferença significativa para o grupo de atletas federados e não praticantes de esporte ($p = 0,015$). O teste de Scheffe acusou diferença significativa entre os grupos que não praticam esporte e federados ($p = 0,21$). O teste Bonferroni acusou diferença significativa entre não praticantes de esporte e atletas federados ($p = 0,017$).

Tabela 14.

Resultados “post hoc” para a variável dependente Determinação e fator tipo de prática.

	(I) Estud. Prática		Diferença média (I- J)	Erro Padrão	Sig.	Intervalo de Confiança 95%	
						Limite inferior	Limite superior
Tukey HSD	Não pratica esporte extracurricular	Estudante pratica esporte	-,48218	,17983	,023*	-,9096	-,0547
		Ginasta	-,36431	,14750	,040*	-,7149	-,0137
	Estudante pratica esporte	Não pratica esporte extracurricular	,48218	,17983	,023*	,0547	,9096
		Ginasta	,11786	,17118	,771	-,2890	,5248
	Ginasta	Não pratica esporte extracurricular	,36431	,14750	,040*	,0137	,7149
		Estudante pratica esporte	-,11786	,17118	,771	-,5248	,2890
Scheffe	Não pratica esporte extracurricular	Estudante pratica esporte	-,48218	,17983	,031*	-,9286	-,0357
		Ginasta	-,36431	,14750	,052	-,7305	,0019
	Estudante pratica esporte	Não pratica esporte extracurricular	,48218	,17983	,031*	,0357	,9286
		Ginasta	,11786	,17118	,789	-,3071	,5429
	Ginasta	Não pratica esporte extracurricular	,36431	,14750	,052	-,0019	,7305
		Estudante pratica esporte	-,11786	,17118	,789	-,5429	,3071
Bonferroni	Não pratica esporte extracurricular	Estudante pratica esporte	-,48218	,17983	,026*	-,9196	-,0447
		Ginasta	-,36431	,14750	,045*	-,7231	-,0055
	Estudante pratica esporte	Não pratica esporte extracurricular	,48218	,17983	,026*	,0447	,9196
		Ginasta	,11786	,17118	1,000	-,2985	,5343
	Ginasta	Não pratica esporte extracurricular	,36431	,14750	,045*	,0055	,7231
		Estudante pratica esporte	-,11786	,17118	1,000	-,5343	,2985

Notas: *. A diferença média é significativa no nível 0.05.

O teste de Tukey HSD apresentou diferença significativa para o grupo de ginastas e não praticantes de esporte ($\rho = 0,04$) e estudantes praticantes de esporte diferente de GR e não praticantes de esporte ($\rho = 0,023$). O teste de Bonferroni apresentou diferença significativa para o grupo ginastas e não praticantes de esporte ($\rho = 0,045$) e estudantes praticantes de esporte diferente de GR e não praticantes de esporte ($\rho = 0,026$). O teste

de Scheffe apresentou diferença significativa entre praticantes de esporte diferente de GR e não praticantes de esporte ($\rho = 0,031$).

A tabela 15 apresenta os resultados de correlação de Pearson para a variável anos de prática esportiva e média de determinação.

Tabela 15.
Correlações entre as variáveis anos de prática e determinação.

		Anos de Prática	Determinação
Anos de Prática	Correlação de Pearson	1	
	Sig. (bilateral)		
	N	72	
Determinação	Correlação de Pearson	,051	1
	Sig. (bilateral)	,669	
	N	72	109

Discussão

O estudo teve como objetivo analisar as relações das variáveis de perfil demográfico e Determinação entre ginastas rítmicas e não praticantes de GR com idade superior a 12 anos.

Os valores encontrados para a correlação de Pearson e idade rejeitam que a idade seja fator determinante de *grit*. Estes resultados vão de encontro aos achados de Duckworth et.al (2007) que, segundo os autores, com o passar dos anos os níveis de determinação são mais elevados. Entretanto, o estudo de Duckworth et.al (2007) foi realizado em sujeitos já adultos e com média de idade de 45 anos e amplitude de idade entre 25 e acima de 65 anos. As diferenças significativas encontradas foram maiores quanto maior a diferença de idade entre as faixas etárias. A amplitude de cada faixa etária também foi diferente e maior (9 anos) se comparada a utilizada deste estudo. Essa pode ser uma razão para a faixa etária e idade não terem sido determinantes para os níveis de *grit* neste estudo.

Assim como a faixa etária não foi relacionada com a determinação, também não houve diferenças estatísticas significativas para escolaridade e níveis de determinação ($p = 0,782$). No estudo realizado por Duckworth et al. (2007), em adultos com nível de escolaridade entre ensino secundário incompleto e pós graduados, o nível escolar foi fator determinante, no qual pós graduados possuíam escores de determinação mais elevados. No mesmo estudo, os resultados apontaram que quanto maior os escores de determinação, menores eram as mudanças na carreira. É possível que os resultados para nível escolar, neste estudo, não tenham sido determinantes em *grit* uma vez que a faixa etária da amostra seja na sua grande maioria de adolescentes e que estas estejam em fase de definições de suas escolhas tanto para a carreira profissional quanto para a carreira atlética. A adolescência é um período preparatório para a fase adulta no qual há mudanças maturacionais na personalidade, maturação biológica e desenvolvimento sociocultural (Vygotski, 1996).

Os resultados demonstram que, para valores absolutos, a média de determinação em ginastas foi ligeiramente inferior que praticantes de outras modalidades ($M_{ginastas} - M_{EPDE} = -0,13$) e superior se comparado a não praticantes de esporte ($M_{ginastas} - M_{ENPDE} = 0,37$). Entretanto, esta diferença não foi estatisticamente significativa ($p > 0,05$). Os resultados apontaram que a determinação está relacionada com a prática esportiva ($p < 0,05$). Assim, o tipo de modalidade esportiva praticada não é fator determinante para a determinação, mas sim a prática esportiva.

O vínculo federativo apresentou relação estatisticamente significativa com a determinação ($p = 0,016$) e após os resultados de testes *post hoc* Tukey HSD, Scheffe e Bonferroni, foram encontradas diferenças significativas entre os grupos de atletas federadas e ENPDE - Tukey HSD ($p = 0,015$), Scheffe ($p = 0,021$) e Bonferroni ($p = 0,017$). Não foram encontradas diferenças entre atletas federados e não federados. Estes resultados vão ao encontro dos resultados para níveis de determinação entre praticantes e

não praticantes de esporte, uma vez que o vínculo federativo se dá apenas entre praticantes de esporte já que os não praticantes de esporte não possuem vínculo federativo.

Apesar do resultado da correlação de Pearson para anos de prática e determinação estar muito próximo do limiar ($p = 0,051$), o tempo de prática esportiva não foi fator determinante para níveis de determinação mais elevados para a amostra deste estudo. Este resultado contrapõe-se com os achados de Larkin, O'Connor e Williams (2016) que obtiveram resultados positivos entre horas de treino e determinação, maior propensão em o atleta a investir em atividade específicas do esporte. Duckwoth et al. (2011) que encontraram relações entre prática deliberativa e determinação em finalistas do curso de soletração com idade média de 12, 88 anos. No estudo de Duckwoth et al. (2011), o método utilizado para avaliar a prática deliberativa foi através de três análises: a prática deliberativa (através da análise do tempo acumulado no engajamento do indivíduo para melhorar a prática), ao tempo gasto por semana no estudo da atividade e tempo de leitura por lazer. Os autores encontraram resultados significativos apenas para a prática deliberativa, já o tempo gasto por semana na atividade e realizar uma atividade por lazer não foram significativos. A diferença dos resultados deste estudo e de Duckwoth et al. (2011) talvez possa ser explicada pelo método utilizado para análise da variável tempo de prática. Duckwoth et al. (2011) avaliaram a prática deliberativa como o tempo real gasto em vida destinado a melhorar a atividade e assim, difere-se da variável que utilizamos neste estudo, nomeadamente anos de prática.

Em suma, apenas a realização de uma prática esportiva além do ensino escolar é considerada um fator determinante para níveis mais elevados de determinação. São necessárias novas pesquisas sobre a relação das variáveis idade, faixa etária, anos de prática esportiva e determinação uma vez que foram encontrados resultados diferentes entre a presente pesquisa e estudos anteriores. Neste estudo, estas variáveis não indicaram relações diretas com a determinação. Entretanto, é possível que estas variáveis interfiram

indiretamente na determinação e neste sentido, sugere-se que as futuras pesquisas analisem como as interações destas variáveis se associam ao referido constructo.

Referências

- Bompa, T. (1998) *Training Guidelines for Young Athletes in Total Training for Young Champions*. Human Kinetics, Champaign, IL.
- Cruz, J.F. (1996). Características, competências e processos psicológicos associados ao sucesso e ao alto rendimento desportivo. In J.F.Cruz (Ed). *Manual de psicologia do esporte*. (pp.147-172). Braga:S.H.O.-Sistemas Humanos e Organizacionais, Lda.
- 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, 1087-1101. PubMed doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Duckworth, A.L., & Quinn, P.D. (2009). Development and validation of the Short *Grit* Scale (GR1T-S). *Journal of Personality Assessment*, 91, 166-174. PubMed doi: 10.1080/00223890802634290
- 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 Psychological & Personality Science*, 2, 174-181. doi: 10.1177/1948550610385872
- Duckworth, A.L., & Gross, J.J. (2014). Self-control and *grit*: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 319-325.

Duckworth, A.(2016). *Grit: o poder da perseverança e da paixão*. Portugal: Vogais.

Duckworth, A. (2017). *Homepage*. Consultado em Março 31, 2017, em:

<https://angeladuckworth.com/research/>

Eskreis-Winkler, L., Duckworth, A. L., Shulman, E., & Beal, S. (2014). The *grit* effect:

Predicting retention in the military, the workplace, school and marriage.

Frontiers in Personality Science and Individual Differences, 5(36), 1-12.

Fédération Internationale de Gymnastique (2017). Code de pointage Gymnastique

Rythmique: 2017-2020. FIG (Ed). Retirado de <http://www.fig->

[gymnastics.com/publicdir/rules/files/rg/201705_RG%20ChallengeCup%20Rules%202017-20_V.2.0_F.pdf](http://www.fig-gymnastics.com/publicdir/rules/files/rg/201705_RG%20ChallengeCup%20Rules%202017-20_V.2.0_F.pdf)

Laffranchi, Bárbara (2005): *Planejamento, aplicação e controle da preparação técnica*

da ginástica rítmica: análise do rendimento técnico alcançado nas temporadas

de competição. Barbara Laffranchi. (Tese de Doutoramento, FADEUP) Porto.

Portugal.

Larkin, P., O'Connor, D., & Williams, A. M. (2016) Does *Grit* Influence Sport-Specific

Engagement and Perceptual-Cognitive Expertise in Elite Youth Soccer? *Journal of Applied Sport Psychology*, 28:2, 129-138, doi: 10.1080/10413200.2015.10859

22

Martin J.J. , Byrd B. , Watts M. L. , Dent M. (2015) *Gritty, Hardy, and Resilient:*

Predictors of Sport Engagement and Life Satisfaction in Wheelchair Basketball

Players. Journal of Clinical Sport Psychology , 9,345-359 doi: <http://dx.doi.org/>

[10.1123/jcsp.2015-0015](http://dx.doi.org/10.1123/jcsp.2015-0015)

Matveev, L.P. (1997): *Treino desportivo: metodologia e planejamento*. Guarulhos, SP:

Phorte Editora.

- Mayer, J. D., Skimmyhorn, W., (2016). Personality attributes that predict cadet performance at West Point. *Journal of Research in Personality*, 66, 14–26
- Portugal, Gabriela. Desenvolvimento e aprendizagem na infância. In: CONSELHO NACIONAL DE EDUCAÇÃO (org.). Relatório do estudo – A educação das crianças dos 0 aos 12 anos. Lisboa: Ministério da Educação, 2009.
- Reed, J. (2014). A survey of *Grit* and exercise behaviour. *Journal of Sport Behavior*. 37, 390-406
- Robertson-Kraft, C. & .Duckworth, A.L. (2014)). True *Grit*: Trait-level Perseverance and Passion for Longterm Goals Predicts Effectiveness and Retention among Novice Teachers. *Teachers College Record*. 116 (3), 1-27
- Suzuki Y, Tamesue D, Asahi K, Ishikawa Y (2015) *Grit* and Work Engagement: A Cross- Sectional Study. *PLoS ONE 10(9): e0137501*
doi:10.1371/journal.pone.0137501
- Thomas, A. (1983). *Esporte: Introdução à psicologia*. Rio de Janeiro, RJ: Ao livro Técnico.
- Vygotski, L. S. *Obras escogidas*. Tomo IV. Madri: Visor, 1996.
- Zakharov, A. (1992) *A ciência do treinamento desportivo*. Rio de Janeiro. RJ: Grupo Palestra Sport.

Capítulo V
Discussão Final

Discussão Final

Esta dissertação teve como objetivo analisar o constructo determinação, no contexto desportivo, e sua relação com os constructos psicológicos Identidade Atlética (IA) e Personalidade uma vez que o panorama académico internacional evidencia diversas lacunas a serem preenchidas sobre estes temas.

De forma sucinta, apresenta-se uma tabela com os métodos utilizados para alcançar os objetivos iniciais propostos por esta pesquisa.

Tabela 16.

Panorama dos estudos.

Capítulo	Objetivo	Amostra	Instrumentos	Resultados
2	Panorama sobre as investigações produzidas acerca da determinação.	23 Artigos Científicos sobre determinação realizados entre 2007 e 2017.	Revisão Sistemática de Literatura (Petticrew & Roberts 2006).	Maioria dos estudos de origem americana; Determinação parece ser um bom preditor de sucesso e relacionada principalmente ao traço conscienciosidade.
3	Correlacionar Determinação, IA e Traços de Personalidade.	109 meninas (M = 14,42 anos; SD = 2,266) das quais, 49 eram ginastas e 60 não praticantes de GR.	<i>Grit Scale</i> (Duckworth et.al 2007) adaptada na versão portuguesa em validação fatorial exploratória (Cunha, Rosado & Pesca, 2017) entitulado como Escala de determinação; AIMS-plus (Cieslak, 2004; adaptado e validado para a população portuguesa por Cabrita et.al 2014); NEO-FFI -20 (Bertoquini & Pais-Ribeiro, 2006)	Determinação, IA e traços de personalidade Extroversão e Conscienciosidade estão relacionados.
4	Relacionar as variáveis de perfil e determinação.	109 meninas (M = 14,42 anos; SD = 2,266) das quais, 49 eram ginastas e 60 não praticantes de GR.	<i>Grit Scale</i> – 6 ítems em validação fatorial exploratória (Cunha, Rosado & Pesca, 2017).	Apenas a prática esportiva é fator determinante para níveis de determinação mais elevados.

Ao visualizar os resultados obtidos é possível perceber que, conforme estudos anteriores, a determinação é um traço de personalidade que tem relação com a dimensão conscienciosidade do modelo dos cinco grandes fatores. Esta pesquisa ainda encontrou a determinação relacionada à dimensão extroversão e ao constructo Identidade atlética. Além disso, prática esportiva foi o único determinante para níveis de grit mais elevados.

A partir destas relações, pode-se compreender que a prática esportiva pode levar a uma série de ações comportamentais e efeitos psíquicos na vida de um atleta equiparados à um efeito dominó em que conforme a dedicação e esforço que a atleta investe no esporte, mais a atleta se reconhece como desportista, mais se vincula sua identidade ao esporte e conseqüentemente condiciona seus projetos de vida em torno da vida atlética.

É possível também que estas relações e influências entre os constructos e as variáveis sejam dadas de forma diferente. Por exemplo, indivíduos mais conscienciosos talvez possam se adaptar mais facilmente a vida atlética (no qual que requer uma série de regras, disciplina e conseqüentemente mudanças de hábitos para trabalhar de forma metodológica) e conforme o passar do tempo e os resultados obtidos, possam objetivar metas mais difíceis dentro do esporte e uma vez que alcançam um nível competitivo mais elevado, a sua IA também se fortifique, já que, de acordo com Cabrita (2014), nível competitivo é fator determinante para a IA.

A prática esportiva foi considerada o único fator demográfico que sugere a influência em níveis de determinação mais elevados. Entretanto, até o momento, não foram encontrados estudos que analisem programas de atividades específicas dentro do esporte que possam aumentar os níveis de determinação de forma a auxiliar o rendimento esportivo. No estudo realizado por Lucas et.al. (2015) no qual objetivou analisar o aumento da perseverança com uma série de jogos de anagramas no qual cada fase do jogo houve um aumento da dificuldade, concluíram que a determinação se desdobra em

condições difíceis e também começam a identificar mecanismos pelos quais afeta a persistência sob pressão.

Ivcevic & Brackett (2014) a partir dos resultados dos seus estudos em escolares, sugerem que os programas educacionais devem ter como objetivo desenvolver um amplo conjunto de comportamentos relacionados à consciência, bem como um rico repertório de estratégias de regulação emocional para enfrentar experiências desafiadoras.

Assim, sugere-se que, em pesquisas futuras, a análise de programas desportivos específicos que visem o aumento da determinação para auxiliar no rendimento esportivo. Sugere-se também que em futuros estudos faça-se uma análise de regressão das variáveis de perfil e variáveis psicométricas para entender como a relação destas variáveis pode influenciar, seja de forma direta ou indireta os níveis de determinação e assim poder comparar os resultados obtidos com os realizados em pesquisas anteriores.

Pode-se concluir então que a determinação é um constructo psicológico que apesar de ser recente no âmbito acadêmico e na área do esporte, está relacionada a identidade atlética e tem influência na personalidade do atleta. Atletas possuem níveis de determinação mais elevados independente da modalidade praticada e por a determinação ser um traço de personalidade, indivíduos mais conscienciosos e extrovertidos possuem níveis de determinação mais elevados.

Por fim, os resultados encontrados sugerem implicações importantes para a ciência, os psicólogos do esporte, atletas, técnicos e demais profissionais que lidam com o esporte de rendimento. A partir dos resultados desta pesquisa, julga-se que foi possível preencher algumas lacunas existentes dentro da investigação científica no contexto português e lançar aos demais pesquisadores possibilidades de novas investigações a fim de incrementar o conhecimento sobre a determinação no esporte.

Referências Finais

- Allport, G. W.(1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. I., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' Muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24, 237–254.
- Cabrita, Tília (2014): *Identidade atlética*. Tília Cabrita. (Tese de Doutorado, FMH/U.Lisboa) Lisboa. Portugal
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO personality inventory manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Dicio. (2017) Dicionário On Line Português. Retirado de:
<https://www.dicio.com.br/determinacao/>
- 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, 1087-1101. PubMed doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Ivcevic, Z., Brackett, M. (2014). Predicting school success: Comparing Conscientiousness, *Grit*, and Emotion Regulation Ability. *Journal of Research in Personality*, 52, 29–36
- Lucas, G. M., Gratch, J., Cheng, L. & Marsella, S. (2015): When the going gets tough: *Grit* predicts costly perseverance. *Journal of Research in Personality* 59, 15–22
- Martens, M., & Lee, F. (1998). Promoting life-career development in the student athlete: How can career centers help?. *Journal of Career Development*, 25, 123-134.
- Silva, Izabella Brito, & Nakano, Tatiana de Cássia. (2011). Modelo dos cinco grandes fatores da personalidade: análise de pesquisas. *Avaliação Psicológica*, 10(1), 51-62. Recuperado em 22 de junho de 2017, de

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167704712011000100006&lng=pt&tlng=pt.

QUESTIONÁRIOS

CONSENTIMENTO INFORMADO

Anelise Atkinson da Cunha, está atualmente a realizar uma investigação inserida no Mestrado em Treino de Alto Rendimento, na área da Psicologia do Esporte, na Faculdade de Motricidade Humana, em Lisboa, sob a orientação científica do Professor Doutor António Fernando Boletto Rosado e você está sendo convidado para participar da pesquisa no âmbito da psicologia do esporte.

Você não precisa participar da pesquisa se não quiser, é um direito seu e não terá nenhum problema se desistir.

Ninguém saberá que você está participando da pesquisa; não falaremos a outras pessoas e nem daremos a estranhos as informações que você nos der.

Os resultados desta pesquisa serão publicados, mas sem identificar as atletas que participaram.

Quando terminarmos a pesquisa enviaremos um relatório ao seu técnico.

Se você tiver alguma dúvida, você pode me perguntar. Eu escrevi o número do telemóvel e e-mail na parte de baixo deste texto.

Desde já agradeço a sua colaboração e compreensão.

Anelise Atkinson da Cunha.

Telemóvel: (+351) 911017571

E-MAIL: aneliseatkinson@gmail.com

Nestas condições, consinto que me sejam aplicados os questionários propostos pela investigadora e responderei o melhor possível.

Assinatura

DADOS PESSOAIS

1. Data de aplicação do questionário: ____/____/2017.

2. Idade _____ anos.

3. Nível de escolaridade:

Escola primária/1º ciclo
Ciclo preparatório/2º ciclo
3º ciclo (7º-9º ano)
Secundário (10º-12º ano)
Superior

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

4. Esporte:

Não Pratico esporte extracurricular

Pratico esporte extracurricular

Qual? _____

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

5. Escalão: _____

6. Tipo de prática esportiva:

Esporte Federado
Esporte não-Federado
Amador
Profissional

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

7. Anos de prática: _____

Orientações para preenchimento da escala abaixo:

Por favor, leia cuidadosamente cada afirmação. Não existem respostas certas ou erradas. Responda a todas as questões. Coloque um X na quadricula abaixo do número que melhor reflecte o seu grau de acordo.

	Sou muito assim	Sou bastante assim	De algum modo sou assim	Não sou muito assim	Não sou nada assim
	1	2	3	4	5
1. Já ultrapassei várias contrariedades para conseguir alcançar um objetivo importante.					
2. Novas ideias e projectos afastam-me, por vezes, de projectos anteriores.					
3. Os meus interesses variam de ano para ano.					
4. Os contratempos não me desencorajam.					
5. Já estive obcecado com uma ideia ou projecto por um curto periodo de tempo, tendo-me desinteressado mais tarde.					
6. Sou muito trabalhador.					
7. É frequente estabelecer um objectivo mas acabar por seguir um diferente.					
8. Tenho dificuldade em me manter focado em projectos que demorem mais do que alguns meses para completar.					
9. Eu acabo tudo o que começo.					
10. Já alcancei um objectivo que me levou anos de esforço para o alcançar.					
11. Interesse-me por novos desafios regularmente.					
12. Sou aplicado.					

Esta escala é composta por algumas afirmações referentes à vivência esportiva dos atletas. Por favor, leia cuidadosamente cada afirmação. Não existem respostas certas ou erradas. Responda a todas as questões. Coloque um x na quadrícula abaixo do número que melhor reflecte o seu grau de concordância.

	Discordo fortemente	Discordo	Discordo em parte	Neutro	Concordo em parte	Concordo	Concordo fortemente
	1	2	3	4	5	6	7
1. Considero-me a mim próprio um atleta.							
2. Tenho muitos objectivos relacionados com o esporte.							
3. A maioria dos meus amigos são atletas.							
4. O esporte é a parte mais importante da minha vida.							
5. Gasto mais tempo a pensar em esporte do que em qualquer outro assunto.							
6. Preciso de praticar esporte para me sentir bem comigo mesmo.							
7. Os outros vêem-me principalmente como um atleta.							
8. Eu sinto-me mal comigo próprio quando tenho um fraco desempenho no esporte.							
9. O esporte é a única coisa importante na minha vida.							
10. Ficarei muito deprimido, se ficar lesionado e não puder competir.							

Esta escala é composta por algumas afirmações referentes às características de personalidade. Por favor, leia cuidadosamente cada afirmação. Não existem respostas certas ou erradas. Responda a todas as questões. Coloque um X na quadrícula abaixo do número que melhor reflecte o seu grau de concordância.

	Discordo Fortemente	Discordo	Neutro	Concordo	Concordo Fortemente
	1	2	3	4	5
1. Raramente estou triste ou deprimido(a).					
2. Sou uma pessoa alegre e bem disposta.					
3. A poesia pouco ou nada me diz.					
4. Tendo a pensar o melhor acerca das pessoas.					
5. Sou eficiente e eficaz no meu trabalho.					
6. Sinto-me, muitas vezes, desamparado(a), desejando que alguém resolva os meus problemas por mim.					
7. Muitas vezes, sinto-me a rebentar de energia.					
8. Às vezes ao ler poesia e ao olhar para uma obra de arte sinto um arrepio ou uma onda de emoção.					
9. A minha primeira reacção é confiar nas pessoas.					
10. Sou uma pessoa muito competente.					
11. Raramente me sinto só ou abatido(a).					
12. Sou uma pessoa muito activa.					
13. Acho as discussões filosóficas aborrecidas.					
14. Algumas pessoas consideram-me frio(a) e calculista.					
15. Esforço-me por ser excelente em tudo o que faço.					
16. Houve alturas em que experimentei ressentimento e amargura.					
17. Sou dominador(a), cheio(a) de força e combativo(a).					
18. Não dou grande importância às coisas da arte e da beleza.					
19. Tendo a ser descrente ou a duvidar das boas intenções dos outros.					
20. Sou uma pessoa aplicada, conseguindo sempre realizar o meu trabalho.					

Muito obrigada pela colaboração

Tabela 17.

Dimensões e itens das respectivas escalas utilizadas nos estudos.

Escala	Dimensões	Descrição dos itens
Determinação Gri Scale-6 ítems (Cunha, Rosado & Pesca, 2017)	Interesse	1. Os meus interesses variam de ano para ano 2. É frequente estabelecer um objetivo mas acabar por seguir um diferente 3. Tenho dificuldade em me manter focado em projectos que demorem mais do que alguns meses para completar.
	Perseverança	1. Sou muito trabalhador 2. Eu acabo tudo o que começo 3. Já alcancei um objetivo que me levou anos de esforço para o alcançar
Personalidade NEO- FFI-20 (Bertoquini & Pais- Ribeiro, 2006)	Amabilidade	1. Tendo a pensar o melhor acerca das pessoas 2. A minha primeira reação é confiar nas pessoas 3. Algumas pessoas consideram-me frio(a) e calculista 4. Tendo a ser descrente ou a duvidar das boas intenções dos outros.
	Conscienciosidade	1. Sou eficiente e eficaz no meu trabalho 2. Sou uma pessoa muito competente 3. Sou uma pessoa aplicada, conseguindo sempre realizar o meu trabalho 4. Esforço-me por ser excelente em tudo o que faço
	Abertura a Experiência	1. A poesia pouco ou nada me diz 2. Às vezes ao ler poesia e ao olhar para uma obra de arte sinto um arrepio ou uma onda de emoção 3. Acho as discussões filosóficas aborrecidas 4. Não dou grande importância às coisas da arte e da beleza.
	Estabilidade Emocional	1. Raramente estou triste ou deprimido(a) 2. Sinto-me, muitas vezes, desamparado(a), desejando que alguém resolva os meus problemas por mim. 3. Raramente me sinto só ou abatido(a) 4. Houve alturas em que experimentei ressentimento e amargura.
	Extroversão	1. Sou uma pessoa alegre e bem disposta 2. Muitas vezes, sinto-me a rebentar de energia 3. Sou uma pessoa muito activa 4. Sou dominador(a), cheio(a) de força e combativo(a).
	Identidade Atlética versão da língua Portuguesa (Cabrita et al. 2014)	Identidade Social
Exclusividade		1. O esporte é a parte mais importante da minha vida 2. Gasto mais tempo a pensar em esporte do que em qualquer outro assunto
Afetividade Negativa		1. Eu sinto-me mal comigo próprio, quando tenho um fraco desempenho no esporte. 2. Eu ficarei muito deprimido, se ficar lesionado e não puder competir.

Escala AIMS – versão na língua portuguesa (Cabrita et al. 2014) para mensurar a Identidade Atlética.

Esta escala é composta por algumas afirmações referentes à vivência esportiva dos atletas. Por favor, leia cuidadosamente cada afirmação. Não existem respostas certas ou erradas. Responda a todas as questões. Coloque um x na quadrícula abaixo do número que melhor reflecte o seu grau de concordância.

	Discordo fortemente	Discordo	Discordo em parte	Neutro	Concordo em parte	Concordo	Concordo fortemente
	1	2	3	4	5	6	7
1. Considero-me a mim próprio um atleta.							
2. Tenho muitos objectivos relacionados com o esporte.							
3. A maioria dos meus amigos são atletas.							
4. O esporte é a parte mais importante da minha vida.							
5. Gasto mais tempo a pensar em esporte do que em qualquer outro assunto.							
6. Eu sinto-me mal comigo próprio, quando tenho um fraco desempenho no esporte.							
7. Eu ficarei muito deprimido, se ficar lesionado e não puder competir.							