



A influência do Perfeccionismo parental e do treinador numa amostra de jovens atletas de futebol

Filipe Soares Cabeleira

Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Dissertação orientada por:

Prof.^a Doutora Cláudia Carmo

2014

UNIVERSIDADE DO ALGARVE

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

*A influência do Perfeccionismo parental e dos treinadores numa
amostra de jovens atletas de futebol*

Filipe Soares Cabeleira

Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Dissertação orientada por:

Prof.^a Doutora Cláudia Carmo

2014

A influência do Perfeccionismo parental e dos treinadores numa amostra de jovens atletas de futebol

Declaração de autoria de trabalho

“Declaro ser o autor deste trabalho, que é original e inédito. Autores e trabalhos consultados estão devidamente citados no texto e constam da listagem de referências incluída.”

Filipe Soares Cabeleira

“A Universidade do Algarve tem o direito, perpétuo e sem limites geográficos, de arquivar e publicitar este trabalho através de exemplares impressos reproduzidos em papel ou de forma digital, ou por qualquer outro meio conhecido ou que venha a ser inventado, de o divulgar através de repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição com objetivos educacionais ou de investigação, não comerciais, desde que seja dado crédito ao autor e editor.”

Copyright© Filipe Soares Cabeleira

Agradecimentos

Gostaria de agradecer à minha família que sempre me apoiou e contribuiu para a concretização deste sonho. Estão presentes em todos os bons e maus momentos da minha vida e espero que este seja mais um motivo de orgulho para eles.

Queria agradecer à Ana Faísca, minha mulher e amiga, que me tem apoiado ao longo do curso com o intuito de eu concretizar este sonho. Sem ti não seria possível chegar aqui.

Agradeço especialmente à professora Cláudia Carmo por toda a disponibilidade e apoio no processo de elaboração, análise e revisão deste trabalho. Agradeço os conselhos e ensinamentos. Agradeço ter estado sempre presente quando necessitei. A sua amabilidade, conhecimento e experiência suavizaram a concretização desta difícil tarefa que foi a dissertação.

Gostaria de agradecer a todos os professores que ao longo do meu percurso académico me ensinaram e me ajudaram a crescer com consciência e sentido de humanidade, sempre os recordarei com carinho e saudade.

Queria agradecer aos meus amigos por me possibilitarem divertir enquanto me dedicava com afinco à dissertação. Obrigado pelos momentos felizes que me proporcionaram, mas principalmente obrigado pela vossa amizade.

Gostaria de agradecer a disponibilidade e amizade dos presidentes e treinadores do Futebol Clube São Luís, do Futebol Clube Ferreira's e do Sporting Clube Farense, que cooperaram e facilitaram todo o processo de recolha de dados junto dos seus atletas. Gostaria também de agradecer aos atletas que participaram no estudo.

A todos os que de alguma forma contribuíram para que eu chegasse a este ponto, muito obrigado pelo apoio, amizade e por contribuírem para fazermos desta dissertação uma realidade. Este trabalho também é vosso.

Resumo

A investigação relativamente à génese do Perfeccionismo tem vindo a aumentar nas últimas décadas. No âmbito desportivo, o Perfeccionismo dos atletas também tem sido alvo de profundo interesse, uma vez que o clima familiar e o ambiente sociocultural poderão influir no desenvolvimento deste traço de personalidade. O Perfeccionismo dos atletas parece ser determinante e contribuir para o sucesso individual e da equipa, pelo que é pertinente o estudo da sua génese.

Neste contexto, definimos como principal objetivo analisar a influência do Perfeccionismo parental, do Perfeccionismo do treinador e do estilo de autoridade parental, no desenvolvimento do Perfeccionismo em jovens atletas praticantes de futebol. Procurou-se igualmente avaliar o suporte empírico do Modelo da Aprendizagem Social (Bandura, 1977) e do Modelo das Expectativas Sociais formulados por Flett, Hewitt, Oliver, e Macdonald (2002) na compreensão do desenvolvimento do Perfeccionismo.

Participaram no estudo 63 jovens atletas do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 13 e os 18 anos ($M= 15.68$, $DP= 1.65$), 42 pais (pai e mãe), e 7 treinadores de clubes de futebol do distrito de Faro. Os instrumentos aplicados aos jovens atletas (filhos) consistiram num Questionário Sociodemográfico, no *Sport Multidimensional Perfeccionismo Scale-2* de Gotwals e Dunn (2009), no Questionário de Autoridade Parental de Buri (1991) e no *Multidimensional Perfeccionismo Scale* de Hewitt e Flett (1991). Os pais e os treinadores responderam à *Multidimensional Perfeccionismo Scale* de Hewitt e Flett (1991).

A análise dos resultados permitiu suportar parcialmente os dois modelos explicativos do desenvolvimento do Perfeccionismo. Relativamente ao Perfeccionismo parental verificou-se que existem correlações positivas e negativas estatisticamente significativas com os níveis de Perfeccionismo dos atletas (filhos). O mesmo não se verificou quando se analisou o Perfeccionismo do treinador e o Perfeccionismo dos atletas. Relativamente aos Estilos de Autoridade Parental, os resultados mostraram que ambos os pais são percebidos com os mesmos níveis de Autoritarismo, Democracia e Permissividade. Por último os Estilos de Autoridade Parental apresentaram associações positivas com várias dimensões do Perfeccionismo dos atletas.

Palavras-Chave: Perfeccionismo em atletas, transmissão do Perfeccionismo, Perfeccionismo parental, estilos de autoridade parental.

Abstract

The research concerning the theme of Perfectionism has been growing in the last decades. In sports context, the athlete's Perfectionism has been also a subject of interest, once that the contribution of family atmosphere as well the social cultural environment has been recognized in the development of Perfectionism.

In this context, we define as the main objective, to analyze the influence of parental Perfectionism, the coach Perfectionism and perceived parental authority style, in the development of Perfectionism in young footballers. We also seek to evaluate the empirical support of the Social Learning Theory (Bandura, 1977) and the Social Expectations Theory made by Flett, Hewitt, Oliver, and Macdonald (2002).

The study had 63 young male athletes, aged between 13 and 18 years old ($M=15.68$, $DP=1.65$), 42 parents (father and mother), and 7 coaches of teams from the district of Faro, Portugal. The instruments applied to the young athletes (sons) consisted of a sociodemographic questionnaire, the Sport Multidimensional Perfectionism Scale-2 from Gotwals e Dunn (2009), the Parental Authoritative Questionnaire from Buri (1991) and Multidimensional Perfectionism Scale from Hewitt and Flett (1991). Parents and coaches responded to the Multidimensional Perfectionism Scale from Hewitt and Flett (1991).

The results revealed that the two theories about the development of Perfectionism were partially supported. The parental Perfectionism corresponded positively and negatively with the Perfectionism levels of the athletes. The same did not happen between the Perfectionism of the coach and the athletes. The results of the Perceived Parental Authority style showed that both parents are perceived with the same level of Authoritarianism, Democracy and Permissiveness. Finally the Perceived Parental Authority showed positive associations with several dimensions of athletes Perfectionism.

Keywords: Athlete's Perfectionism, transmission of Perfectionism, parental Perfectionism, styles of parental authority.

Índice

1. Introdução.....	1
2. Método	15
2.1. Participantes.....	15
2.2. Instrumentos.....	16
2.2.1. Questionário Sociodemográfico	16
2.2.2. Multidimensional Perfectionism Scale (HMPS)	16
2.2.3. Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto 2 (SPORT- MPS2)	18
2.2.4. Questionário de Autoridade Parental (PAQ).....	19
2.3. Procedimentos.....	21
2.3.1. Recolha de dados	21
2.3.2. Tratamento de dados.....	22
3. Resultados	22
3.1. A relação do Perfeccionismo parental e do treinador na transmissão do Perfeccionismo aos atletas	22
3.2. A influência da perceção dos estilos parentais no desenvolvimento do Perfeccionismo dos atletas	27
4. Discussão.....	31
5. Considerações Finais.....	38
6. Referências Bibliográficas	41
Anexos.....	48

Índice de Tabelas

Tabela 1. Correlação entre as dimensões de Perfeccionismo da escala SPORT-MPS2 e da escala HMPS dos atletas ($N = 63$)	23
Tabela 2. Correlação entre as dimensões de Perfeccionismo parental ($N = 42$) e as dimensões de Perfeccionismo HMPS dos atletas ($N = 63$).....	24
Tabela 3. Correlação entre as dimensões de Perfeccionismo dos atletas ($N = 63$) medido com o SPORT-MPS2 e as dimensões de Perfeccionismo parental medido com o HMPS ($N = 42$).....	26
Tabela 4. Correlação entre a percepção dos Estilos Parentais ($N = 42$) e os níveis de Perfeccionismo da escala SPORT-MPS2 dos atletas ($N = 63$).....	27
Tabela 5. Correlação entre a Percepção dos Estilos Parentais ($N = 42$) e o Perfeccionismo nos atletas ($N = 63$).....	29
Tabela 6. Contributo diferencial do estilo parental (PAQ) no desenvolvimento de Perfeccionismo dos atletas (HMPS).....	30

Índice de Anexos

Anexo 1 - Pedido de autorização para usar a SPORT-MPS2 e solicitação do instrumento ao autor.

Anexo 2 - Pedido de autorização aos Presidentes dos Clubes de Futebol para recolha de dados.

Anexo 3 - Pedido de autorização aos Encarregados de Educação.

Anexo 4 – Consentimento Informado.

Anexo 5 - Questionário Sociodemográfico

Anexo 6 - Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto 2 (SPORT-MPS2; Gotwals & Dunn, 2009)

Anexo 7 - *Multidimensional Perfectionism Scale* (HMPS; Hewitt & Flett, 1991; adaptação Soares, Gomes, Macedo, & Azevedo, 2003)

Anexo 8 – Questionário de Autoridade Parental (PAQ; Buri, 1991; adaptação Morgado, Maroco, Miguel, Machado, & Dias, 2006).

Lista de Siglas

FMPS - *Multidimensional Perfectionism Scale* de Frost et al. (1990)

HMPS - *Multidimensional Perfectionism Scale* de Hewitt e Flett (1991)

PAQ – Questionário de Autoridade Parental de Buri (1991)

PAO - Perfeccionismo Auto-Orientado

POO - Perfeccionismo Orientado aos Outros

PSP - Perfeccionismo Socialmente Prescrito

SPORT-MPS2 - Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto de Gotwals & Dunn (2009)

1. Introdução

O interesse e a investigação acerca do Perfeccionismo têm vindo a crescer por parte de clínicos e investigadores (e.g., Gotwals, Stoeber, Dunn, & Otto, 2012; Macedo, 2012; Stoeber, 2011), porém, parece ainda não existir consenso na sua definição e nos fatores que contribuem para o seu desenvolvimento (Shafran & Mansell, 2001).

Se por um lado existe algum consenso na literatura clássica sobre as origens do Perfeccionismo (e.g., Adler, 1956; Hamachek, 1978; Hollender, 1965; Missildine, 1963), que apontam a infância como o período crucial do desenvolvimento do Perfeccionismo e atribuem aos pais um papel determinante no seu desenvolvimento, por outro lado, o estudo empírico dos fatores que contribuem para a formação das tendências perfeccionistas é ainda restrito e pouco conclusivo, com alguns aspetos deste constructo ainda por esclarecer (Shafran, Egan, & Wade, 2010).

Segundo Tozzi et al. (2004), estas situações pouco esclarecedoras em relação ao constructo, residem na insuficiência de respostas consensuais a três questões importantes, mas controversas: quais as características nucleares do Perfeccionismo, a definição do Perfeccionismo deve abranger o aspeto positivo e negativo e se o Perfeccionismo deve ser encarado como um constructo unidimensional ou multidimensional.

Em paralelo com o crescente interesse em relação à génese do Perfeccionismo na população geral, tem-se assistido a um crescimento exponencial de investigações relevantes sobre este construto no contexto desportivo (Appleton, Hall, & Hill, 2011; Dunn, Dunn, & Rasquinha, 2014; Gotwals, 2011; Longbottom, Grove, & Dimmock, 2010; Stoeber, 2011; Vieira, Junior, & Vieira, 2013; Wachter, 2014).

Segundo Macedo (2012), na nossa sociedade existe um vazio de valores partilhados, surgindo um individualismo associado a um distanciamento dos valores de solidariedade e coesão sociais. Este individualismo de carácter hedonista é encorajado pela economia consumista que estimula o indivíduo a valorizar a procura de prazer e satisfação pessoal.

Segundo o mesmo autor, este clima social exerce uma pressão permanente no sentido de sermos perfeitos, na nossa consciência e na imagem social que transmitimos. No entanto, esta perfeição é frequentemente desprovida de moralidade e surge desligada

dos seus aspetos mais positivos, como a realização dos potenciais pessoais, e a realização de feitos em prol do bem comum.

No quadro geral da literatura científica em psicologia, tem-se vindo a reconhecer a importância do ambiente sociocultural e do clima familiar no desenvolvimento do Perfeccionismo.

Em concordância, Flett, Hewitt, Oliver, e Macdonald (2002), propuseram um modelo desenvolvimental do Perfeccionismo onde defendem que a cultura, os professores, os pares e a ocupação são causas ambientais que podem gerar pressão nos indivíduos para serem perfeitos. Flett et al. (2002) demonstraram que as interações pais-filhos e algumas características parentais podem influenciar o desenvolvimento do Perfeccionismo nos filhos. Para além da influência dos pais, estudos de Hewitt e Flett (1991) incluem também aspetos mais latos que dizem respeito a pressões perfeccionistas impostas pelas pessoas significativas que rodeiam o indivíduo.

No contexto desportivo, a pressão para ser perfeito pode provir de várias fontes ambientais, como os treinadores e os pais (Dunn, Causgrove Dunn, & Syrotuik, 2002), através da pressão para ter sucesso em competição e atingir determinados desempenhos.

O Perfeccionismo tem sido alvo de investigações que estudam a influência parental e dos treinadores no desenvolvimento do Perfeccionismo dos atletas (Appleton, Hall, & Hill, 2011; Anshel & Eom, 2003; Dunn, Dunn, & Rasquinha, 2014). Neste sentido, os estudos do Perfeccionismo no contexto desportivo têm incidido fundamentalmente na análise da motivação (Longbottom, Grove, & Dimmock, 2010), gestão do stresse (Gaudreau & Antl 2008), estabelecimento de metas (Stoeber, Uphill, & Hotham, 2009), habilidades sociais (Flett, Hewitt, & Rosa, 1996), ansiedade (Antony, Purdon, Huta, & Swinson, 1998), controlo emocional (Valence, Dunn, & Dunn, 2006) e coesão de grupo (Vieira, Junior, & Vieira, 2013) em jovens atletas. Estudos recentes também associam o Perfeccionismo no desporto ao *burnout* de jovens atletas (Gotwals, 2011), aos níveis de desempenho de atletas de triatlo (Stoeber, Uphill, & Hotham, 2009) e a medalhas de ouro nos Jogos Olímpicos (Gould, Dieffenbach, & Moffett, 2002).

Tendo em conta o papel do Perfeccionismo no desporto, justifica-se identificar e compreender os fatores que estão associados ao seu desenvolvimento neste contexto em particular, visto ser um fator que contribui para o sucesso individual, para a auto realização e auto eficácia do atleta, bem como para o desempenho da equipa (Longbottom et al. 2010; Stoeber, Uphill, & Hotham, 2009).

O foco no Perfeccionismo surgiu originalmente através de Hollender (1978), definindo-o como o hábito de se exigir a si próprio e aos outros uma alta qualidade no desempenho, muito superior à requerida pela situação. Segundo Hamachek (1978), os perfeccionistas são indivíduos que se esforçam ao máximo para alcançar aquilo a que se propõem, mas a sua intensa dedicação nunca é percebida como suficiente.

Burns (1980) levou o conceito um pouco mais além, definindo o perfeccionista como alguém com expectativas inatingíveis, que se debate compulsivamente para atingir objetivos impossíveis. O mesmo autor descreveu ainda o indivíduo perfeccionista como tendo um pensamento dicotómico “tudo ou nada”, ou seja, quando falha vê-se como um completo fracasso e esse pensamento causa um medo de errar e uma reação exacerbada aos erros. As primeiras definições do Perfeccionismo (Burns, 1980; Hollender, 1978) centravam-se exclusivamente nos aspetos intrapessoais do constructo Perfeccionismo, como as crenças e atitudes disfuncionais, sendo o Perfeccionismo considerado um conceito unidimensional e meramente negativo.

A perspetiva unidimensional e os efeitos negativos do Perfeccionismo, dominou os anos 80. Devido às insatisfações com as concepções exclusivamente unidimensionais, por alegadamente não darem ênfase às dimensões inter-pessoais e motivacionais, deu-se início a uma expansão da concepção do Perfeccionismo enquanto constructo multidimensional. Em meados dos anos 90 o Perfeccionismo começa a ser encarado segundo uma perspetiva multidimensional (Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991). Já Hamachek (1978) tinha sugerido a necessidade de diferenciar entre o Perfeccionismo normal e neurótico. O Perfeccionismo normal é caracterizado por uma procura de padrões razoáveis e realistas que levam a um aumento de autoestima e a um sentimento de bem estar e auto-satisfação. O neurótico é definido pelo mesmo autor como a tendência para a preocupação excessiva com os erros e de um estabelecimento de padrões excessivamente elevados. Sendo que estes últimos exigem de si um nível normalmente superior àquele que habitualmente se pode conseguir, o que aumenta o desconforto consigo próprios.

A literatura científica considera que o sujeito perfeccionista se caracteriza por definir padrões excessivamente elevados, por criticar excessivamente os seus desempenhos e por exigir de si e dos outros a perfeição em todos os aspetos da vida (Hewitt & Flett, 2002). O perfeccionista está bastante focado no futuro e sofre por antecipação, isto é, por coisas que ainda não aconteceram. A sua autoestima depende do

sucesso em atingir os objetivos. Quando atinge os objetivos, o indivíduo com traços perfeccionistas tem tendência a desvalorizá-los, mas valoriza o que não atingiu, convence-se que é difícil vencer e fácil perder. Ser mediano no seu desempenho é entendido como vergonhoso (Barrow & Moore, 1983). Neste sentido, este traço de personalidade é marcado por uma tendência para a preocupação excessiva com os erros, para a generalização dos fracassos, ruminação e interpretação de feedbacks como sendo críticos ou negativos (Alden, Bieling, & Wallace, 1994; Gilbert, Durrant, & McEwan, 2006).

Na literatura são apontados dois períodos cruciais no desenvolvimento do Perfeccionismo: a primeira infância, onde a maioria das crianças se caracteriza pela dicotomia certo/errado, largamente influenciada pelos pais, incluindo um aumento dos comportamentos para realizar todas as coisas de forma perfeita; e a adolescência, onde prevalecem os elevados níveis de autoconsciência e as pressões para ser perfeito, que para além do núcleo familiar, emergem também nesta fase no meio social e dos pares (Evans et al., 1997).

O Perfeccionismo desenvolve-se ainda em criança e ao longo da adolescência, como tal é importante refletir acerca dos modelos que estudam o desenvolvimento deste traço de personalidade. Não contexto desportivo este traço pode também ser estimulado desde fases muito precoces do desenvolvimento (Gotwals, Stoeber, Dunn, & Stoll, 2012).

Flett et al. (2002), realizaram uma revisão de literatura acerca do desenvolvimento do Perfeccionismo e apontaram cinco modelos teóricos que sublinham a importância da família, e mais concretamente dos pais no desenvolvimento e manutenção deste traço de personalidade: o Modelo das Expectativas Sociais, o Modelo da Aprendizagem Social, o Modelo da Resposta Social, o Modelo da Educação Parental Ansiosa e a Perspetiva integrada de Flett et al. (2002).

O Modelo da Aprendizagem Social (Bandura, 1977) é um dos modelos explicativos do desenvolvimento do Perfeccionismo. Este modelo defende que as tendências perfeccionistas dos pais são imitadas pelas crianças, e que pelo facto dos filhos estarem permanentemente expostos ao comportamento dos pais, têm tendência a adquirir cognições e comportamentos perfeccionistas. As crianças têm a tendência a idealizar os pais como perfeitos, e por isso querem ser o mais parecido com eles (Flett et al., 2002).

Alguns estudos protagonizados por Bandura e Kupers (1964), permitiram concluir que os filhos tendem a imitar e a adotar os padrões de avaliação dos pais, tanto na sua própria avaliação como na avaliação dos outros. Neste estudo, várias crianças foram expostas a um modelo adulto que apenas recompensava com padrões elevados e outro modelo que recompensava com padrões baixos. Os autores verificaram que as crianças expostas a modelos que as recompensassem só depois de atingirem os padrões elevados tinham uma menor probabilidade de se auto-recompensarem a não ser que também atingissem padrões elevados. Por outro lado, crianças expostas a modelos que as recompensavam por atingirem padrões baixos, imitavam o padrão de auto-recompensa.

Bandura, Grusec, e Menlove (1967) mostraram que a aprendizagem social funciona como um elemento crucial no desenvolvimento do Perfeccionismo. Os autores realizaram um estudo com crianças cujo objetivo foi explorar os processos que estavam envolvidos no estabelecimento de padrões elevados e na autoavaliação. Os resultados sugerem que as crianças que desenvolvem um estilo inflexível e extremista de autoavaliação e autorreforço, são as mesmas que têm um modelo adulto com padrões irrealistas, modelo este que não compensa a criança e também dificulta o relacionamento com os pares, cujas recompensas podem ser alcançadas através de baixos níveis de desempenho.

Algumas investigações desenvolvidas por Scanlan e Lewthaithe (1988) têm estudado a perspectiva da aprendizagem social relativamente à influência dos pais, treinadores e ambiente familiar na participação de jovens atletas (Côté, 1999).

Apesar dos estudos de Bandura (1964, 1967) apontarem claramente que a aprendizagem social constitui um elemento chave do desenvolvimento de novas aprendizagens, Flett et al. (2002) afirmam que ainda é preciso realizar investigações sobre a modelagem no desenvolvimento do perfeccionismo.

Outro modelo explicativo do desenvolvimento do Perfeccionismo é o Modelo das Expectativas Sociais, que refere que os comportamentos perfeccionistas se desenvolvem em resposta à aprovação parental associada a expectativas e críticas parentais elevadas (Hamachek, 1978; Missildine, 1963, citado por Kearns et al., 2008). Hamachek (1978), tinha mostrado na sua abordagem ao Perfeccionismo que a criança perfeccionista que ao comportar-se de forma “perfeita” é aprovada pelos pais.

Este modelo é baseado no trabalho de Rogers (1951, citado por Flett et al., 2002), que aponta a aprovação parental como um elemento que depende da correspondência dos altos padrões estabelecidos pelos mesmos. Pais com expectativas elevadas e excessivamente críticos com os seus filhos, favorecem o desenvolvimento de Perfeccionismo, pois ocorre uma internalização dessas expectativas, associada a uma autoavaliação negativa e baixa autoestima. Os sujeitos com este tipo de Perfeccionismo, percebem as suas falhas, como consequência das suas características, da falta de valor enquanto pessoa (Flett et al., 2002).

A criança esforça-se para atingir os padrões de desempenho excessivamente elevados dos pais, de modo a alcançar a sua aprovação e evita cometer erros, no sentido de não decepcionar os pais. Essa luta intensa por não cometer falhas e aceder às expectativas dos pais perpetua-se, resultando em Perfeccionismo (Burns, 1980).

O Modelo das Expectativas Sociais preconiza também que os sujeitos com altos níveis de Perfeccionismo e que caracterizam o seu valor pessoal dependendo se atingem os padrões demasiado elevados, são sujeitos que estão mais suscetíveis a desenvolverem perturbações psicopatológicas (Flett et al., 2002). Este modelo explica que devido à impossibilidade de corresponderem aos padrões impostos pelos pais, os filhos experienciam um sentimento crónico de desamparo e desesperança (Flett et al., 2002).

Este Modelo refletiu-se no conteúdo de alguns instrumentos de avaliação do Perfeccionismo, entre eles o HMPS (Hewitt e Flett, 1991). O HMPS integra a subescala Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP), que está relacionada com as exigências impostas pelos outros, tanto da família como outras figuras significativas como pares, professores ou treinadores (Flett et al., 2002). Sujeitos com elevados níveis de PSP, são suscetíveis a sentimentos de abandono em resposta ao retorno negativo dos outros. Estes sujeitos consideram normalmente que a aprovação dos outros depende do seu desempenho (Hewitt & Flett, 1991). Este modelo assume assim importância quer na avaliação quer na compreensão do Perfeccionismo.

O Modelo da Aprendizagem Social e o Modelo das Expectativas Sociais postulam que a criança tende a imitar os comportamentos perfeccionistas observados nos pais (Barrow & Moore, 1983), e que os pais dos filhos perfeccionistas exigem constantemente padrões de desempenho excessivos, fornecendo um feedback positivo apenas quando as suas expectativas são alcançadas.

Contuso, de acordo com Flett et al. (2002), este modelo compreende ainda algumas falhas, nomeadamente no facto do modelo se ter focado exclusivamente nas elevadas expectativas parentais e sociais e não contemplar a possibilidade da ausência das mesmas. Tendo em conta o que sugeriu Hamachek (1978), o desenvolvimento do Perfeccionismo também se pode manifestar quando o ambiente familiar é caracterizado pela negligência parental e falta de expectativas para com os filhos.

Segundo Flett et al. (2002), outro modelo presente na literatura para explicar o desenvolvimento do Perfeccionismo é o Modelo da Resposta Social. Este traço de personalidade desenvolve-se na criança através de uma reação ou resposta social, quando expostas a um ambiente familiar e social hostil (e.g. carência de afeto, ambiente caótico, hostilidade parental, maus tratos físicos ou psicológicos). A criança responde a esse contexto adverso adotando tendências perfeccionistas, sendo essa resposta um mecanismo de coping para lidar com esse ambiente a que está exposta.

De acordo com Flett et al. (2002), o Modelo da Educação Parental Ansiosa é outro modelo que também poderá estar na base do desenvolvimento de tendências perfeccionistas. Este modelo considera que a criança desenvolve tendências perfeccionistas por ser exposta à preocupação excessiva, por parte dos pais, para não cometer erros, o que promove nos filhos esforços irrealistas para alcançar a perfeição. Estes pais são normalmente bastante protetores e excessivamente controladores, no sentido de alertarem continuamente os filhos para a necessidade de evitar cometer erros que possam colocá-los em perigo ou que possam levar a uma avaliação negativa por parte dos outros. Assim, este modelo considera que pais preocupados com a perfeição, com as consequências negativas dos erros e extremamente ansiosos têm maior probabilidade de promover o desenvolvimento de tendências perfeccionistas nos filhos.

Por último, Flett et al. (2002) propuseram o Modelo Integrador do desenvolvimento do Perfeccionismo, no qual integram diversos fatores presentes nos modelos referidos anteriormente e que refletem a influência de três contextos, os contextos individuais, familiares e ambientais na base do Perfeccionismo. Desta forma, os autores referem que os fatores individuais, intrínsecos à criança, integram o temperamento, os estilos de vinculação e consideram a importância da abertura da criança à socialização e a perceção das suas competências numa área específica onde o Perfeccionismo se pode desenvolver.

Globalmente, os modelos explicativos da gênese do perfeccionismo, para além de apontarem a infância e a adolescência como momentos importantes no desenvolvimento deste traço de personalidade, destacam o papel fulcral da interação entre pais e filhos no desenvolvimento do perfeccionismo.

No âmbito deste trabalho será aprofundado o Modelo das Expectativas Sociais e o Modelo da Aprendizagem Social, uma vez que são os que assinalam, mais especificamente, as características perfeccionistas dos pais e de outros significativos, como mais importantes na transmissão do perfeccionismo.

A evidência empírica de alguns destes modelos tem surgido na literatura, não só no contexto familiar (pais-filhos), e, no contexto escolar, mas também no contexto desportivo. Apesar da existência de literatura neste âmbito, os resultados são ainda pouco conclusivos e sujeitos a diferentes interpretações, como se pode verificar no estudo de Gotwals et al. (2012) onde os autores analisaram mais de 30 estudos sobre o desenvolvimento do Perfeccionismo em atletas.

O Modelo da Aprendizagem Social e o Modelo das Expectativas Sociais postulam que a criança tende a imitar os comportamentos perfeccionistas observados nos pais (Barrow & Moore, 1983), e que os pais dos filhos perfeccionistas exigem constantemente padrões de desempenho excessivos, fornecendo um feedback positivo apenas quando as suas expectativas são alcançadas.

Flynn, Hewitt, Flett e Caelian (citados por Flett et al., 2002) procuraram explorar a relação entre o Perfeccionismo autoavaliado dos filhos e a sua perceção do Perfeccionismo dos pais. Os resultados do estudo indicaram que as dimensões Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO), Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) e Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) dos filhos se correlacionavam respetivamente com a perceção dos filhos sobre o PAO, PSP e POO do pai e da mãe. Assim, o estudo sugere que a aprendizagem social influencia o desenvolvimento do Perfeccionismo, em especial quando os níveis de Perfeccionismo dos pais são percecionados pelos filhos. Uma outra conclusão deste estudo relaciona-se com a existência de associação entre os níveis de PSP dos filhos e a perceção dos filhos sobre o POO da mãe suportando também o Modelo das Expectativas Sociais.

Vieth e Trull (1999) desenvolveram uma investigação com 188 participantes mais os respetivos pais. Os autores pretenderam analisar a relação entre os níveis de Perfeccionismo dos pais e dos filhos. Este estudo pretendeu testar o contributo do

Modelo das Expectativas Sociais, analisando a tendência dos pais para apresentarem expectativas e padrões exigentes sobre os outros, sendo avaliada pela dimensão POO e a percepção que os filhos apresentam sobre expectativas elevadas que os outros colocam em si, sendo avaliada pela dimensão PSP. Segundo os resultados obtidos, o POO dos pais não estava relacionado com o PSP dos filhos, pelo que não foi possível suportar empiricamente o Modelo das Expectativas Sociais que postulava a existência de relação entre a tendência dos pais para apresentar expectativas e críticas elevadas (POO) e a tendência dos filhos para perceberem os outros como exigentes e críticos (PSP). Este estudo parece contrariar os resultados do estudo de Flynn, Hewitt, Flett, e Caelian (citados por Flett et al, 2002) no que se refere ao Modelo das Expectativas Sociais.

Com o mesmo objetivo, Azizi e Besharat (2011), exploraram a relação entre o Perfeccionismo de filhos e o Perfeccionismo parental numa amostra de 400 crianças Iranianas. Os resultados sugerem que as dimensões do Perfeccionismo parental estão relacionadas com as dimensões do Perfeccionismo dos filhos. Mais especificamente, as dimensões do Perfeccionismo paterno que mais contribuem para o desenvolvimento do Perfeccionismo nos filhos são o PSP e o POO. A dimensão do Perfeccionismo da mãe que mais contribui no desenvolvimento do Perfeccionismo dos filhos é a PSP.

Diprima, Ashby, Gnilka e Noble (2011), realizaram um estudo com o objetivo de estudar a relação entre o Perfeccionismo e algumas variáveis familiares. A amostra era composta por 253 jovens com idades compreendidas entre os 11 e os 15 anos. Os resultados sugeriram uma associação entre as características familiares positivas (e.g., coesão, valorização da moralidade, valores e religião) e o Perfeccionismo adaptativo dos jovens. Os autores concluíram que os adolescentes com Perfeccionismo adaptativo percebem o seu ambiente familiar com características mais positivas, comparativamente com os adolescentes com Perfeccionismo desadaptativo.

Dunn, Gotwals, Causgrove Dunn, e Syrotuik (2006) realizaram um estudo com uma amostra de 138 atletas de futebol americano com uma média de 18 anos. Os autores utilizaram o SPORT-MPS2, um instrumento de avaliação do perfeccionismo no desporto, para analisar de que forma as seis dimensões: Padrões Pessoais (PP), Preocupação em cometer Erros (PE), Percepção da Pressão Parental (PPP), Percepção da Pressão do Treinador (PPT) e Organização(O) influenciavam o Perfeccionismo dos atletas. Os autores concluíram que as dimensões PP, PE e PPT se correlacionavam positivamente com o Perfeccionismo nos atletas. De acordo com os autores (Dunn et al.,

2002, 2006) estas são dimensões que traduzem uma orientação desadaptativa do Perfeccionismo, ou seja, à medida que os valores do PP, PE e PPT aumentam, o Perfeccionismo desadaptativo também aumenta. Pontuações elevadas nestas três dimensões, parecem ser típicas de atletas que se auto-criticam, que se culpam quando não atingem os altos níveis de desempenho e que acreditam que os padrões e as críticas impostas pelo treinador são injustas ou injustificadas (Flett et. Al, 2002). Os autores concluíram que a Percepção que os atletas têm da Pressão do Treinador pode influenciar o Perfeccionismo nos atletas.

Appleton, Hall e Hill (2010), no sentido de testarem os Modelos da Aprendizagem Social e das Expetativas Sociais neste contexto específico, o desportivo, procuraram analisar as relações entre as tendências perfeccionistas de pais e filhos, num grupo de jovens atletas (basquetebol, remo, rãguebi, ténis, judo, natação, squash, hóquei no gelo, judo, corfebol e críquete) com uma média de 14 anos. Os autores avaliaram os níveis de perfeccionismo dos pais e dos filhos, e avaliaram a percepção que os filhos têm dos níveis de perfeccionismo dos pais. Os resultados sugerem uma relação significativa entre a dimensão PAO e POO dos filhos com as mesmas dimensões do perfeccionismo dos pais, percecionadas pelos filhos, corroborando o Modelo da Aprendizagem Social e reforçando a ideia de que o perfeccionismo dos atletas pode desenvolver-se através da imitação dos pais. Outro resultado pertinente, sugere que a a percepção do POO nos pais, prediz o desenvolvimento de PSP nos filhos. Foi ainda possível verificar que o perfeccionismo dos filhos foi predito pela percepção que estes têm sobre o perfeccionismo parental, mas não pelo perfeccionismo parental autoavaliado pelos pais, sugerindo que a percepção dos atletas sobre o perfeccionismo dos pais é um preditor significativo do seu perfeccionismo.

Os resultados do estudo parecem suportar o Modelo da Aprendizagem Social no desenvolvimento do PAO, PSP e POO ao mesmo tempo que parece suportar o Modelo das Expetativas Sociais no desenvolvimento do PSP, uma vez que as expetativas elevadas e o reforço contingente dos pais (POO) parece contribuir para o desenvolvimento do PSP nos filhos. Sendo assim, pode considerar-se que o PSP se desenvolve por imitação do PSP dos pais, mas também devido às elevadas expetativas parentais.

Um estudo recente de Hill e Davis (2014) com 238 treinadores de várias modalidades, teve como objetivo estudar como o Perfeccionismo influenciava as

variações na regulação emocional. Estes autores postulam que a forma como os treinadores regulam as emoções tem implicações no seu desempenho e bem-estar, que consequentemente tem influência nos seus atletas.

Os resultados sugerem que o Perfeccionismo por parte dos treinadores influencia a regulação emocional dos atletas. Foi possível concluir que os treinadores com altos valores de PAO e baixos valores de PSP, manifestavam também uma boa capacidade de regulação emocional, enquanto que treinadores com baixos valores de PAO e valores altos de PSP, manifestavam uma baixa capacidade de regulação emocional. Os autores concluem que o Perfeccionismo tem influência no desempenho dos treinadores e na sua capacidade de lidar com os atletas.

Tendo em conta a revisão da literatura, podemos concluir que o Perfeccionismo parental e dos treinadores pode contribuir de forma potencial no desenvolvimento do Perfeccionismo dos filhos/atletas. Contudo o papel do treinador ainda não é muito claro.

Para uma melhor compreensão acerca da forma como os pais interagem com os seus filhos e o modo de como estes percebem os seus pais, torna-se importante estudar os estilos parentais.

Segundo Darlin e Steinberg (1993), o estilo parental é definido como “uma constelação de atitudes perante a criança, que são interpretadas pela criança, e que têm impacto emocional nela. Considera-se que o estilo parental reflecte os valores e crenças globais dos pais” (p. 488). Os estilos parentais são inferidos a partir de práticas parentais, dirigidas a determinados objetivos, mas também a partir de outros aspetos do comportamento parental que comunicam determinada atitude afetiva.

Baumrind (1966), definiu três estilos parentais que os principais cuidadores utilizam para interagirem com os seus filhos: o estilo parental autoritário, permissivo e democrático ou participativo. O primeiro refere-se aos pais que recorrem ao controlo e estabelecem padrões de conduta absolutos aos seus filhos e despendem pouco tempo a dialogar com os seus filhos. Pelo contrário, os pais com um estilo democrático são encorajadores, incentivam os seus filhos a serem independentes mas ao mesmo tempo colocam regras e limites nas suas ações, exigem bastante mas controlam os filhos de forma moderada, apoiando e ajudando a satisfazer as necessidades dos filhos. Os pais com estilo democrático são afetuosos, valorizam a obediência e a autonomia. Por último os pais com estilo permissivo são afetuosos, mas passivos e pouco exigentes com os seus filhos, por isso raramente disciplinam os filhos e têm expectativas baixas para eles,

são comunicativos e tendem a desempenhar um papel de amigo em vez de pais perante o seu filho (Baumrind, 1966).

Os três estilos parentais descritos anteriormente têm por base duas dimensões relacionadas com o comportamento parental, uma dimensão relacionada com o controlo exercido pelos pais e outra dimensão relacionada com o afeto, aceitação e suporte (Barber, 2002). O controlo parental promove a aceitação de regras e normas sociais, podendo ser tanto um facilitador no controlo comportamental como um inibidor no controlo psicológico. O controlo comportamental traduz-se na comunicação de regras de conduta, no incentivo ao cumprimento das regras e conseqüentemente na monitorização e supervisão dessas regras, enquanto o controlo psicológico consiste numa ação intrusiva com recurso a técnicas de manipulação emocional que pode interferir no desenvolvimento psicológico e emocional do filho (Barber, 2002).

Num estudo pioneiro de Flett, Hewitt, e Singer (1995), com uma amostra de 100 jovens de ambos os sexos, explorou-se a associação entre as dimensões do Perfeccionismo e a perceção dos estilos de autoridade parental, utilizando a Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS; Hewitt & Flett, 1991) e o Questionário de Autoridade Parental (PAQ; Buri, 1991). Os resultados apontaram para uma associação entre os níveis de Perfeccionismo desadaptativo dos estudantes e a perceção de que tinham sido educados segundo um estilo parental autoritário. Especificamente, verificou-se uma associação positiva entre o Perfeccionismo desadaptativo o estilo parental autoritário de ambos os progenitores.

Kawamura, Frost e Harmatz (2002) realizaram estudos que analisaram como o Perfeccionismo se associa especificamente com os três estilos parentais definidos por Diana Baumrind (1966). Kawamura et al. (2002) usaram como amostra 337 estudantes universitários. Nesse estudo utilizou-se a Escala Multidimensional do Perfeccionismo de Frost et al. (1990) para comparar as pontuações das subescalas Padrões Pessoais, Preocupação com os Erros e Dúvidas sobre as Ações com as pontuações do Questionário de Autoridade Parental de Buri (1991), que mede cada um dos estilos parentais de Baumrind (1966). Os resultados demonstraram uma relação positiva entre as subescalas que traduzem tendências perfeccionistas, nomeadamente a subescala Preocupação com os Erros e Dúvidas sobre as Ações, com as percepções de uma educação autoritária.

McArdle e Duda (2008) realizaram um estudo no Reino Unido com 180 jovens atletas de 18 desportos diferentes. A amostra tinha uma média de 14 anos. Os autores concluíram que os jovens adolescentes que percebem os seus pais como duros, críticos e punitivos têm mais tendência para valorizar os seus erros e a interpretá-los como falhas pessoais, sendo estas características típicas de níveis elevados de perfeccionismo.

Sapieja et al. (2011), numa amostra de 194 jovens jogadores de futebol, realizaram uma análise por *clusters* e usaram a Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto 2 (SPORT-MPS-2; Gotwals & Dunn, 2009) para agrupar os atletas em três grupos diferentes: perfeccionistas positivos, perfeccionistas negativos e não perfeccionistas. Cada grupo respondeu ainda ao *Parenting Style Inventory-2* (PSI-2; Darling & Toyokawa, 1997), para medir a perceção dos atletas em relação aos estilos parentais. Os resultados mostram que as subescalas do SPORT-MPS2: Preocupação com os Erros, Pressão Parental Percebida, Perceção da Pressão do Treinador e Dúvidas Sobre as Ações (dimensões de Perfeccionismo negativo) tiveram todas correlações negativas com o estilo parental participativo/democrático (tanto da mãe como do pai). Os resultados confirmam que os perfeccionistas positivos percebem os seus pais como mais participativos e democráticos do que o grupo dos perfeccionistas negativos. Os atletas com elevados níveis de Perfeccionismo e não perfeccionistas não variam na sua perceção de autoridade parental.

Os estudos referidos anteriormente partilham a ideia de que o estilo parental autoritário pode levar os jovens a adotarem uma conduta perfeccionista no decorrer da sua vida (Flett et al., 1995; Frost et al., 1991; Kawamura et al., 2002). Os pais que controlam excessivamente os filhos transmitem-lhes a ideia de que é crucial atenderem aos seus padrões elevados de desempenho. Inúmeros estudos comprovam precisamente que o Perfeccionismo se desenvolve mais facilmente nas famílias com pais excessivamente críticos (e.g., Flett, Hewitt, & Singer, 1995; Frost, Lahart, & Rosenblate, 1991).

No contexto desportivo, a revisão da literatura parece demonstrar que os pais desempenham também um papel fundamental na vida desportiva dos filhos durante a infância e adolescência (Côté, 1999; Sapieja et al., 2011). A pressão e as expectativas parentais demasiado elevadas aparecem associadas a resultados negativos, como a desistências, baixos níveis de prazer na prática desportiva e insatisfação (Brustad,

1988). Por oposição, as boas práticas parentais, como o apoio parental, incentivo e respostas parentais positivas perante o desempenho dos filhos estão associadas a uma maior motivação intrínseca (Babkes & Lewthwaite, 1984, citados por Sapieja et al., 2011), bem como a níveis elevados de prazer na prática desportiva (Leff & Hoyle, 1995).

De acordo com Hewitt e Flett (1991), as figuras significativas contribuem para o desenvolvimento de tendências perfeccionistas nos jovens. Neste sentido os treinadores são atores sociais que desempenham um papel de influências perfeccionistas nos jovens atletas, tanto nos treinos como em competição. Anshel e Eom (2003) sublinharam a importância da influência dos treinadores e dos pais no desenvolvimento e manutenção do perfeccionismo dos atletas. Referem que numa profissão como a de treinador, onde existem altas exigências para serem perfeitos, para alcançarem mais vitórias que derrotas e, onde a perda do emprego está sempre em eminência, a avaliação e a compreensão do papel dos traços perfeccionistas dos treinadores nos atletas é importante.

Appleton, Hall e Hill (2011) apoiam a distinção entre o perfeccionismo dos pais e dos treinadores no desenvolvimento do perfeccionismo em atletas. Contudo, e apesar de alguns estudos concluírem que os treinadores influenciam a etiologia do Perfeccionismo nos jovens atletas, os estudos nem sempre confirmam esta influência.

A presente investigação teve como principal objetivo analisar a influência do Perfeccionismo parental, do Perfeccionismo do treinador e do estilo de autoridade parental, no desenvolvimento do Perfeccionismo de jovens atletas praticantes de futebol. Procurou-se assim, avaliar o suporte empírico do Modelo da Aprendizagem Social e do Modelo das Expectativas Sociais (Flett et al., 2002), anteriormente descritos, para a compreensão do desenvolvimento do Perfeccionismo.

De modo a concretizar este objetivo geral, procedeu-se à avaliação dos níveis de Perfeccionismo numa amostra de jovens atletas, nos pais (pai e mãe) e nos treinadores; avaliou-se a perceção dos jovens atletas quanto ao estilo de autoridade parental e delinearão-se os seguintes objetivos específicos:

- 1) Analisar a associação entre os níveis de Perfeccionismo dos jovens atletas (filhos) e os níveis de Perfeccionismo dos pais (pai e mãe) e do treinador;
- 2) Examinar a existência de diferenças na perceção dos Estilos de autoridade parental (autoritário, democrático e permissivo) em função do sexo do progenitor (pai/mãe);

3) Explorar as relações entre a percepção dos Estilos de autoridade parental e as dimensões de Perfeccionismo nos jovens atletas (filhos);

4) Analisar o contributo dos Estilos de autoridade parental no desenvolvimento do perfeccionismo dos filhos.

2. Método

2.1. Participantes

Os participantes foram selecionados por conveniência atendendo à disponibilidade dos treinadores dos clubes. A amostra foi constituída por 63 atletas do sexo masculino inscritos em vários clubes de futebol no Algarve, com idades compreendidas entre os 13 e os 18 anos ($M = 15.68$, $DP = 1.65$). Os clubes que participaram no estudo foram o Sporting Clube Farense, Futebol Clube São Luís e o Futebol Clube Ferreiras. Todos os participantes são de nacionalidade portuguesa e a maioria reside no concelho de Faro (52.4%), seguindo-se o concelho de Albufeira (28.6%) e de Olhão (9.5%), como os mais representativos.

Foram selecionados seis escalões: um escalão de iniciados (F.C. São Luís), um escalão de juvenis (F.C.São Luís), três escalões de juniores e um escalão de seniores (F.C.Ferreiras).

A maioria dos jovens (65.1%) assinalou ambos os pais como os principais cuidadores durante a infância. Dos jovens, 27.0% assinalou a mãe como a principal cuidadora e apenas 1.6% selecionou o pai como o principal cuidador durante a infância.

Dos questionários de autoresposta enviados aos pais dos atletas (HMPS), obtivemos 42 envelopes de resposta (66.7%). A amostra dos pais é composta por 42 mães, com idades compreendidas entre os 30 e os 54 anos ($M = 43.29$, $DP = 5.75$) e por 42 pais, com idades compreendidas entre os 32 e os 63 anos ($M = 45.73$, $DP = 6.67$). Relativamente ao treinador, participaram 7 treinadores, todos do sexo masculino. A maioria dos atletas (68.3%) referiu que é o primeiro ano que estão a ser treinados pelo atual treinador, 14.3% é o segundo ano, 4.8% é o terceiro ano e 12.7% dos atletas estão com o atual treinador há quatro ou mais anos.

2.2. Instrumentos

De forma a atingir os objetivos propostos no presente estudo, foram aplicados os seguintes instrumentos de avaliação: Questionário Sociodemográfico com o intuito de recolher informação sócio-demográfica dos atletas; a Escala Multidimensional de Perfeccionismo de Hewitt e Flett (HMPS; Hewitt & Flett, 1991; adaptação de Soares et al., 2003) de forma a avaliar o nível de Perfeccionismo dos filhos atletas, dos pais e dos treinadores dos atletas; a Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto 2 (SPORT-MPS2) de Gotwals e Dunn (2009), traduzido no âmbito deste trabalho, para avaliar os níveis de Perfeccionismo dos filhos atletas; e o Questionário de Autoridade Parental - *Parental Authoritative Questionnaire* de Buri (PAQ; Buri, 1991; adaptação de Morgado, Maroco, Miguel, Machado, & Dias, 2006), para avaliar a perceção dos filhos quanto aos estilos parentais.

2.2.1 Questionário Sociodemográfico

O questionário de dados sociodemográficos (Anexo 5) é composto por 15 questões relativos à caracterização dos participantes, nomeadamente, idade, concelho, freguesia, nacionalidade, escolaridade, cuidador principal durante a infância, número de anos a praticar futebol, número de anos no clube atual, currículo de clubes, número de anos com o atual treinador da equipa, motivos que o cativam no atual clube, idade do pai, profissão do pai, idade da mãe, profissão da mãe.

2.2.2. Multidimensional Perfectionism Scale (HMPS)

A Escala Multidimensional de Hewitt e Flett (HMPS, 1991) foi adaptada para a população portuguesa por Soares, Gomes, Macedo, e Azevedo (2003; Anexo 7). A HMPS foi desenvolvida a partir de um modelo teórico multidimensional e postula a existência de três componentes intrapessoais e interpessoais do Perfeccionismo. A

componente intrapessoal é medida através da dimensão Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) (e.g., “Preocupo-me muito em ter um resultado perfeito em tudo o que faço”), e a componente interpessoal é medida através das dimensões Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) (e.g., “Espero muito das pessoas que são importantes para mim”) e Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) (e.g., “Sinto que as outras pessoas exigem demais de mim”). O PAO é uma dimensão intrapessoal que mede pensamentos e comportamentos que estabelecem padrões excessivamente elevados para o próprio, crítica excessiva do próprio desempenho, e encontra-se relacionada com elevados níveis de ansiedade, culpa, desajustamento, anorexia nervosa, depressão, que resultam da motivação em atingir a perfeição e evitar erros. O PSP é uma dimensão interpessoal que mede o nível em que as exigências perfeccionistas provêm dos outros e são dirigidas para o próprio. No PSP, os sujeitos percebem que os demais significativos estabelecem exigências irrealistas relativas ao próprio, com uma avaliação exigente e exercem pressão para que este seja perfeito. O POO é uma dimensão interpessoal que mede pensamentos e comportamentos que estabelecem as tendências para impôr expectativas e exigências perfeccionistas aos outros. O POO leva a uma culpabilização excessiva do outro, perda de confiança e sentimentos de hostilidade perante os outros. Esta dimensão pode estar associada a indivíduos com capacidade de liderança e capacidade de motivar os outros. A parte negativa é que esta dimensão pode levar a frustrações nas relações interpessoais, como a desconfiança, solidão, problemas conjugais ou familiares. Valores altos das dimensões POO e PAO estão associados ao Perfeccionismo desadaptativo (Enns & Cox, 2002^a; Hewitt & Flett, 1991). Finalmente, o PSP é uma dimensão interpessoal que está relacionada com as exigências impostas pelos outros e pelas exigências percebidas pelo indivíduo, principalmente provenientes das pessoas significativas. O facto de o indivíduo interpretar os padrões impostos pelos outros como excessivos e incontroláveis, podem gerar nele sentimentos de zanga, ansiedade e depressão. Estes indivíduos demonstram preocupação com a opinião dos outros devido ao medo de críticas negativas e tentam evitar ao máximo a desaprovação social (Hewitt & Flett, 1991). A versão original da escala apresenta uma boa consistência interna, demonstrando validade convergente e discriminante, bem como validade preditiva num amplo espectro de diagnósticos psiquiátricos em investigações com amostras clínicas e de controlo (e.g., Antony, et al., 1998; Egan, et al., 2011; Enns & Cox, 2002). A escala pretende medir os níveis de Perfeccionismo dos participantes e é composta por 45 itens,

avaliados numa escala de sete níveis, em que 1 corresponde a “discordo completamente” e 7 corresponde a “concordo completamente”. Dos 45 itens que compõem a escala, 19 são cotados em sentido inverso. A pontuação total é obtida através da soma da pontuação em cada item e pode variar entre 45 e 315, correspondendo uma pontuação elevada a níveis mais elevados de Perfeccionismo.

Na adaptação portuguesa protagonizada por Soares, Gomes, Macedo, e Azevedo (2003), os autores realizaram um estudo com 943 estudantes universitários de ambos os sexos, sendo 619 (65.6%) do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 17 e os 51 anos ($M = 20.15$; $DP = 3.48$). Para avaliação da estabilidade temporal, 464 participantes (65.3% do sexo feminino) da totalidade da amostra responderam pela segunda vez ao questionário com um intervalo de 4 a 6 semanas apresentando boas propriedades psicométricas, nomeadamente índices de fiabilidade adequados (coeficiente de alfa de Cronbach = .89) e uma estrutura fatorial similar à da versão original do instrumento. De acordo com os autores da adaptação portuguesa (Soares, et al., 2003), os itens mais associados a cada um dos fatores correspondem quase integralmente às subescalas da HMPS descritas no estudo original por Hewitt e Flett (1991).

2.2.3. Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto 2 (SPORT-MPS2)

A Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto 2 (SPORT-MPS2; Gotwals & Dunn, 2009; Anexo 6) é uma versão melhorada da primeira versão criada em 2002, a Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto (SPORT-MPS) de Dunn et al., que se baseou no modelo multidimensional de Frost et al. (1990). A primeira versão do SPORT-MPS foi traduzida e adaptada para a língua portuguesa por Cruz (2006). A sua validade, fidelidade e estrutura factorial está já bem documentada.

A SPORT-MPS2 pretende avaliar a tendência para o Perfeccionismo por parte dos atletas, sendo constituída por seis subescalas e 42 itens, respondidos numa escala tipo “Likert” de cinco pontos (1= discordo totalmente; 5= concordo totalmente).

As seis subescalas são: Padrões Pessoais, que engloba as expectativas pessoais e exigências excessivas que o atleta estabelece para si próprio na competição e enquanto

desportista (e.g., “Detesto quando não sou o melhor no desporto que pratico”); Preocupação em Cometer Erros, que aponta os sentimentos negativos do atleta face à possibilidade de falhar na competição e ter um desempenho abaixo do esperado, bem como a crença de que os erros cometidos resultam numa perda de respeito por parte dos significativos (e.g., “Se falhar na competição, sinto-me uma pessoa falhada”); Percepção da Pressão Parental, que descreve as percepções do atleta acerca das expectativas elevadas dos pais e críticas que efetuam quando não consegue atingir níveis elevados de rendimento na competição. Tendo em conta os participantes neste estudo, os itens dessa subescala foram adequados à necessidade de refletirem não apenas a pressão parental, mas sim de toda a família (e.g., “A minha família, incluindo os pais, esposa/marido, namorada, espera de mim a excelência no desporto”); a quarta subescala é a Percepção da Pressão do Treinador: refere-se às percepções do atleta acerca dos níveis de performance estabelecidos pelos treinadores bem como as interações negativas estabelecidas com os técnicos quando o atleta não consegue atingir elevados níveis de rendimento na competição (e.g., “O meu treinador estabelece padrões de exigência muito altos para mim na competição”). Dunn et al. (2002) afirmam que a Percepção da Pressão do Treinador reflete a dimensão PSP de Hewitt e Flett (1991); As restantes subescalas são Dúvidas Sobre as Próprias Ações (e.g. “Se falho em competição, eu sinto que falho enquanto pessoa”) e Organização (e.g. “Eu sigo uma rotina para me preparar bem para a competição”). Valores mais elevados nas dimensões descritas anteriormente significam uma maior orientação para o Perfeccionismo na subescala em causa.

2.2.4. Questionário de Autoridade Parental (PAQ)

O Questionário de Autoridade Parental (PAQ; Anexo 8) de Buri (1991) é um questionário que pretende avaliar a percepção dos filhos relativamente aos estilos parentais permissivo, autoritário e democrático definidos por Baumrind (1971). A adaptação da escala para a população portuguesa foi realizada por Morgado, Maroco, Miguel, Machado, e Dias (2006) numa amostra composta por 537 adolescentes entre os 14 e os 16 anos. A versão portuguesa da escala mostrou valores de consistência interna adequados (alfa de Cronbach de .77, .78 e .66, para o Estilo parental autoritário, democrático e permissivo, respetivamente).

Segundo Baumrind (1971), os pais com estilo autoritário são controladores, estabelecem padrões de conduta absolutos aos seus filhos, e despendem pouco tempo a dialogar com os seus filhos. Os pais com um estilo democrático são definidos como encorajadores, mas ao mesmo tempo colocam regras e limites nas suas ações, exigem bastante mas controlam os filhos de forma moderada, apoiando e ajudando a satisfazer as necessidades dos filhos, são afetuosos, valorizam a obediência e a autonomia. Por último os pais com estilo permissivo são afetuosos, mas passivos e pouco exigentes com os seus filhos, por isso raramente disciplinam os filhos e têm expectativas baixas para eles, são comunicativos mas desempenham maioritariamente o papel de amigo em vez de pais. O instrumento é constituído por 30 itens medido por uma escala de tipo Likert de cinco pontos, variando de “discordo totalmente” (1) a “concordo muito” (5). Os itens encontram-se agrupados em três subescalas que correspondem aos diferentes estilos parentais. São eles o Estilo Parental Autoritário (e.g., “Ao longo do meu crescimento, sempre que os meus pais me diziam para fazer alguma coisa, eles esperavam que eu o fizesse, imediatamente, sem os questionar”), o Estilo Parental Democrático (e.g., “Os meus pais sempre encorajaram o diálogo quando eu achava que as regras e restrições familiares não faziam sentido”) e o Estilo Parental Permissivo (e.g., “Os meus pais sempre consideraram que as crianças precisam de ter liberdade para tomar as suas próprias decisões e fazer o que quiserem fazer, mesmo que tal não esteja de acordo com aquilo que os pais querem”). Cada subescala é composta por 10 itens. O questionário tem duas colunas, uma para o pai e uma para a mãe, nas quais o sujeito terá que preencher o seu grau de concordância. O PAQ origina por isso seis resultados distintos para cada participante: três relativos ao progenitor do sexo masculino e três relativos ao progenitor do sexo feminino, que correspondem ao nível de autoridade, democracia e permissividade percebido pelo filho na relação parental. Cada uma das subescalas pode atingir valores entre os 10 e os 50 pontos. A perceção do estilo parental que caracteriza cada um dos pais é determinada pela subescala com valor mais elevado.

No estudo original de língua inglesa, o Questionário de Autoridade Parental (PAQ; Buri, 1991) foi aplicado a uma amostra de estudantes do ensino universitário. Os resultados apresentaram uma boa validade de conteúdo e uma boa estabilidade temporal (teste-reteste) no intervalo de duas semanas, com coeficientes de correlação de Pearson a variar entre .77 e .92, para a subescala Democrática e Permissiva do pai. Em relação à consistência interna do questionário, os valores de alfa de Cronbach obtidos

para cada uma das seis subescalas mostraram-se bastante adequados em todas as subescalas, variando entre .74 (Permissividade paterna) e .87 (Autoritarismo paterno) (Buri, 1991).

2.3. Procedimentos

2.3.1. Recolha de dados

Pelo facto dos participantes serem atletas de futebol, o processo de recolha de dados teve início com um pedido de autorização por escrito aos presidentes dos respectivos clubes de futebol. No pedido de autorização constou um breve enquadramento ao tema, o objetivo geral do estudo e um resumo do procedimento de recolha de dados aos atletas, pais e treinadores das equipas (Anexo 2). De seguida solicitou-se aos atletas menores de idade que entregassem ao encarregado de educação pedidos de autorização para o atleta participar no estudo (Anexo 3). Posteriormente procedeu-se à recolha de dados, solicitando-se aos participantes o preenchimento do questionário sócio-demográfico (Anexo 5), a HMPS (Anexo 7), o SPORT-MPS2 (Anexo 6) e o PAQ (Anexo 8), sendo previamente explicado o carácter anónimo e voluntário do preenchimento. O preenchimento deu-se antes dos treinos, durante ou no fim, consoante a preferência dos diferentes treinadores, de forma a não prejudicar o normal funcionamento dos treinos. Depois do preenchimento dos questionários presencialmente, foi entregue aos atletas um envelope com uma versão para o pai e outra versão para a mãe. Nestas duas versões estavam presentes a escala de avaliação de Perfeccionismo de Hewitt (HMPS; Anexo 7). Para que fosse possível associar os questionários dos participantes aos questionários dos pais, foi pedido a cada participante para escrever nos seus questionários e nos dos pais os últimos quatro algarismos do seu cartão de cidadão. Foi também entregue pessoalmente a HMPS aos treinadores de cada uma das equipas.

2.3.2. Tratamento de dados

Para análise estatística, recorreu-se ao Statistical Package for Social Sciences (versão 20.0), tendo-se procedido à análise de correlações (coeficiente de correlação de Pearson) e à análise de regressão múltipla para avaliar a associação entre as variáveis em estudo. No caso de respostas omissas (situação pontual), procedeu-se à imputação de valores, atendendo ao valor médio da dimensão correspondente ao item com a resposta deixada em branco.

3. Resultados

Com o intuito de responder aos objetivos propostos para este trabalho, procedeu-se à descrição e análise dos resultados. Num primeiro momento pretendeu-se analisar os valores médios das variáveis em estudo na nossa amostra. Num segundo momento pretendeu-se analisar a relação entre as dimensões do Perfeccionismo parental e do treinador e as dimensões de Perfeccionismo dos atletas, assim como o contributo do Perfeccionismo parental e do treinador na explicação do Perfeccionismo dos filhos. Em seguida, procedeu-se à análise da relação entre a perceção dos estilos parentais e o Perfeccionismo dos atletas e finalmente procedeu-se à análise do contributo dos estilos parentais no desenvolvimento do Perfeccionismo dos filhos.

3.1. A relação do Perfeccionismo parental e do treinador na transmissão do Perfeccionismo aos atletas

Os resultados obtidos através da autoavaliação (HMPS) do Perfeccionismo dos atletas mostraram que a dimensão que os atletas assinalaram mais frequentemente, ou seja, com valores médios mais elevados foi a dimensão Perfeccionismo Auto Orientado (PAO) ($M = 87.51$), seguida do Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) ($M = 47.90$), sendo a dimensão com média mais baixa o Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) ($M = 43.63$). Quanto ao HMPS_{total}, os atletas apresentaram uma média de $M = 195.48$.

Quanto aos valores médios obtidos pelo SPORT-MPS 2, as dimensões com valores médios mais elevados foram as dimensões Padrões Pessoais (PP) (M = 24.16) e a dimensão Preocupação com os Erros (PE) (M = 24.04). A dimensão com valores médios mais baixos foi a dimensão Dúvida sobre as Ações (M = 14,81). O valor médio do SPORTtotal dos atletas foi de 121.65).

A Tabela 1 demonstra os coeficientes de correlação entre os níveis de Perfeccionismo dos atletas medidos através da Escala Multidimensional de Hewitt e Flett (HMPS) e da Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto (SPORT-MPS 2).

Tabela 1.

Correlação entre as dimensões de Perfeccionismo da escala SPORT-MPS2 e a escala HMPS dos atletas (N = 63)

Subescalas	SPORT - MPS 2			Atletas			SPORTtotal
	PP	DA	PE	PPP	PPT	O	
PAO	.58***	-.03	.29*	.03	.08	.12	.29*
PSP	.33**	.32*	.32**	.49***	.22	.05	.49***
POO	.06	-.24	.14	-.25*	-.23	.17	-.10
HMPS total	.57***	.03	.39**	.14	.08	.21	.38**

*Nota. N = número total de participantes da amostra; HMPS=Escala multidimensional de Perfeccionismo de Hewitt e Flett (1991); PAO = Perfeccionismo Auto-Orientado; PSP = Perfeccionismo Socialmente Prescrito; POO = Perfeccionismo Orientado para os Outros; HMPS total = Valor total de Perfeccionismo avaliado pela HMPS; SPORT-MPS2= Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto de Gotwals e Dunn (2009); PP = Padrões Pessoais; DA = Dúvidas sobre as Ações; PE= Preocupação com os Erros; PPP= Perceção da Pressão Parental; PPT= Perceção da Pressão do Treinador; O = Organização; SPORTtotal = Valor total de Perfeccionismo avaliado pela SPORT-MPS2. Assinalam-se a negrito as correlações moderadas e estatisticamente significativas. * p < .05; ** p < .01; *** p < .001.*

Uma análise geral da Tabela 1 evidencia que a relação entre os níveis de Perfeccionismo dos atletas é, na grande maioria dos casos, positiva e de magnitude fraca ou moderada ($r \geq .2$ e $r \leq .6$).

Os resultados obtidos mostram que o Perfeccionismo Auto Orientado (PAO) se correlaciona moderadamente com a subescala de Padrões Pessoais (PP) ($r = .58$), sendo esta a correlação mais forte. O PAO correlaciona-se também com a Preocupação com os Erros (PE) e o SPORTtotal, com magnitude fraca ($r = .29$; $r = .29$).

O Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) é a subescala do HMPS que apresenta maior quantidade de correlações estatisticamente significativas com as subescalas do SPORT-MPS 2, apresentando correlações significativas de magnitude fraca com as subescalas Padrões Pessoais (PP), Dúvidas sobre as Ações (DA) e

Preocupações com os Erros (PE) respetivamente, $r = .33$, $r = .32$ e $r = .32$. O Perfeccionismo Socialmente Prescrito dos atletas apresenta também correlações significativas de magnitude moderada com a Perceção da Pressão Parental (PPP) e com o SPORTTotal com $r = .49$.

Relativamente ao Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) do HMPS constatou-se uma associação negativa, e única, com a Perceção da Pressão Parental (PPP), de magnitude fraca ($r = -.25$).

Verificaram-se também associações significativas entre o HMPS total dos atletas com a subescala Padrões Pessoais de magnitude moderada ($r = .57$) e com a Preocupação com os Erros ($r = .39$) e o total do SPORT-MPS2 ($r = .38$).

A Tabela que se segue (Tabela 2) apresenta detalhadamente as correlações entre os níveis de Perfeccionismo parental e dos atletas.

Tabela 2.

Correlação entre as dimensões de Perfeccionismo parental (N = 42) e as dimensões de Perfeccionismo HMPS dos atletas (N = 63)

Subescalas	HMPS Atletas			
	PAO	PSP	POO	HMPSTotal
HMPS				
PAO				
Pai	.35*	.04	.02	.33*
Mãe	.25	.23	.17	.33*
PSP				
Pai	.43**	.15	.17	.44**
Mãe	.13	.30	.17	.17
POO				
Pai	.02	-.21	.13	-.05
Mãe	.11	-.18	.14	.05
HMPS Total				
Pai	.40**	.03	.22	.38*
Mãe	.29	.09	.26	.33*

Nota. N = número total de participantes da amostra; HMPS=Escala multidimensional de Perfeccionismo de Hewitt e Flett (1991); PAO=Perfeccionismo auto-orientado; PSP=Perfeccionismo socialmente prescrito; POO=Perfeccionismo orientado aos outros; HMPSTotal= valor total de Perfeccionismo avaliado pelo HMPS; Assinalam-se a negrito as correlações moderadas e estatisticamente significativas. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

A análise realizada aos níveis de Perfeccionismo parental e atletas (Tabela 2) permitiu constatar que o PAO (pai) relaciona-se positivamente com o PAO dos atletas ($r = .35$) e com o HMPS_{total} dos atletas ($r = .33$). O PAO (mãe) apresenta correlação significativa apenas com o HMPS_{total} ($r = .33$) dos atletas.

A dimensão PSP do pai, associa-se positivamente de forma moderada com o PAO dos atletas ($r = .43$) e com o HMPS_{total} dos atletas ($r = .44$). Contudo não existem correlações significativas entre o PSP da mãe e as dimensões dos atletas (PAO, PSP e HMPS_{total}).

Não se verificam correlações significativas entre o PSP e o POO dos atletas e as várias dimensões dos pais (pai e mãe).

No que concerne ao total da escala HMPS do pai, verifica-se a existência de relação positiva e significativa com o PAO dos atletas ($r = .4$) e com o HMPS_{total} dos atletas ($r = .38$). Quanto ao HMPS_{total} da mãe, verifica-se a existência de relação significativa com o HMPS_{total} dos atletas ($r = .33$).

A Tabela 3 apresenta as correlações entre os níveis de Perfeccionismo dos atletas e as dimensões de Perfeccionismo parental.

Tabela 3.

Correlação entre as dimensões de Perfeccionismo dos atletas (N = 63) medido com o SPORT-MPS2 e as dimensões de Perfeccionismo parental medido com o HMPS (N = 42)

Subescalas	SPORT - MPS 2			Atletas			SPORTtotal
	PP	DA	PE	PPP	PPT	O	
PAO							
Pai	.24	-.11	.15	.30	.17	.14	.23
Mãe	.17	-.12	.15	.22	-.01	-.02	.12
PSP							
Pai	.38*	.13	.22	.37*	.25	.18	.4**
Mãe	.10	-.01	.07	.29	.09	-.14	.11
POO							
Pai	-.10	-.07	.15	.16	.10	.12	.10
Mãe	.21	.06	-.02	-.05	-.11	.23	.09
HMPS total							
Pai	.26	-.03	.24	.40**	.23	.16	.33*
Mãe	.25	-.06	.14	.28	.01	.02	.18

*Nota. N = número total de participantes da amostra; HMPS=Escala multidimensional de Perfeccionismo de Hewitt e Flett (1991; adaptação de Soares et al.,2003); PAO = Perfeccionismo Auto-Orientado; PSP = Perfeccionismo Socialmente Prescrito; POO = Perfeccionismo Orientado para os Outros; HMPS total = Valor total de Perfeccionismo avaliado pela HMPS; SPORT-MPS2= Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto de Gotwals e Dunn (2009); PP = Padrões Pessoais; DA = Dúvidas sobre as Ações; PE= Preocupação com os Erros; PPP= Perceção da Pressão Parental; PPT= Perceção da Pressão do Treinador; O = Organização;SPORTtotal = Valor total de Perfeccionismo avaliado pela SPORT-MPS2. Assinalam-se a negrito as correlações moderadas e estatisticamente significativas. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.*

A análise dos resultados obtidos permite verificar que apenas existem correlações estatisticamente significativas entre as dimensões de Perfeccionismo dos atletas e o pai, não se registando qualquer correlação significativa entre os níveis de Perfeccionismo dos atletas com a mãe. Talvez por esta modalidade ser uma atividade predominantemente masculina e provavelmente incentivada pelo pai.

Das correlações que se verificam entre os atletas e o progenitor masculino, verificamos a ocorrência de associações positivas entre o PSP do pai e a dimensão Padrões Pessoais ($r = .38$), Perceção da pressão parental ($r = .37$) e o SPORTtotal ($r = .40$). Verificam-se também valores de correlação significativa entre a Perceção da

Pressão Parental e o HMPS_{total} e entre o total dos dois instrumentos apenas no progenitor masculino.

Não se observaram correlações estatisticamente significativas, entre os níveis de perfeccionismo dos atletas e os níveis de perfeccionismo do treinador.

3.2. A influência da percepção dos estilos parentais no desenvolvimento do Perfeccionismo dos atletas

A análise dos valores médios da Percepção do Estilo Parental (PAQ) permitiu concluir que o estilo parental mais frequentemente percebido pelos atletas foi o Estilo Parental Democrático (M = 36.45). O estilo parental com valores médios mais baixos, ou seja menos percebido foi o Estilo Parental Permissivo (M = 25).

Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas na avaliação que os filhos fazem da percepção de um estilo parental paterno e materno.

Na Tabela 4, são apresentados os valores de correlação entre a percepção dos estilos parentais e os níveis de Perfeccionismo dos atletas.

Tabela 4.

Correlação entre a percepção dos Estilos Parentais (N = 42) e os níveis de Perfeccionismo da escala SPORT-MPS2 dos atletas (N = 63)

Subescalas	SPORT-MPS 2 Atletas						SPORT _{total}
	PP	DA	PE	PPP	PPT	O	
PAQ							
Autoritário							
Pai	.07	.23	.20	.33**	.07	.04	.27*
Mãe	.06	.23	.16	.34**	.16	-.06	.26*
Democrático							
Pai	.01	.05	.06	.03	.13	.26*	.13
Mãe	.02	.02	-.03	-.02	.07	.22	.06
Permissivo							
Pai	.02	.43***	.11	.49***	.37**	.04	.40**
Mãe	.00	.42***	.13	.47***	.35**	.06	.40***

*Nota: N = número total de participantes da amostra; PAQ= Questionário dos Estilos Parentais de Buri (1991); SPORT-MPS2= Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto de Gotwals e Dunn (2009); PP = Padrões Pessoais; DA = Dúvidas sobre as Ações; PE= Preocupação com os Erros; PPP= Percepção da Pressão Parental; PPT= Percepção da Pressão do Treinador; O = Organização; SPORT_{total} = Valor total de Perfeccionismo avaliado pela SPORT-MPS2 Assinalam-se a negrito as correlações moderadas e estatisticamente significativas. * p < .05; ** p < .01; *** p < .001.*

A análise da Tabela 4 permite verificar as associações entre a percepção dos estilos parentais e as subescalas do Perfeccionismo na amostra total de atletas ($N = 63$).

Globalmente, podemos observar que a percepção dos estilos paternos e maternos, na maioria dos casos, comungam nas subescalas em que apresentam valores de correlação estatisticamente significativos.

Uma análise mais detalhada da associação entre os estilos parentais e as dimensões de Perfeccionismo permitiu-nos verificar que a percepção dos pais autoritários, correlacionou-se de forma positiva de magnitude fraca com a percepção da pressão parental (PPP) ($r = .33$) e com o SPORTtotal ($r = .27$). O mesmo se pode dizer da mãe perfeccionada como autoritária, que se associa também de forma positiva, embora de intensidade fraca, com a Percepção da Pressão Parental (PPP) ($r = .34$) e com o SPORTtotal ($r = .26$).

Ao examinar a correlação entre a percepção de pais e mães democráticos e as dimensões do Perfeccionismo dos filhos, verificámos que não existem correlações estatisticamente significativas, à exceção da percepção do pai como democrático e a dimensão de Perfeccionismo Organização de forma positiva e fraca ($r = .26$).

Por fim, a avaliação do estilo parental permissivo de ambos os pais associa-se positivamente de forma moderada com várias dimensões do Perfeccionismo, sendo elas as Dúvidas sobre as Ações (DA), Percepção da Pressão Parental (PPP), Percepção da Pressão do Treinador (PPT) e o SPORTtotal. Observámos especificamente que na dimensão Percepção da Pressão Parental (PPP) se verificaram as correlações mais fortes de ambos os pais, com os pais permissivos a $r = .49$ e as mães permissivas a $r = .47$.

A análise da Tabela 5 permite verificar as associações entre a percepção dos estilos parentais e as dimensões do Perfeccionismo na amostra total de atletas.

Tabela 5.

Correlação entre a Percepção dos Estilos Parentais (N=42) e o Perfeccionismo nos atletas (N=63).

Subescalas	HMPS			
	PAO	PSP	POO	HMPSTotal
PAQ				
Autoritário				
Pai	-.07	.39**	-.16	.03
Mãe	-.12	.33**	-.20	-.04
Democrático				
Pai	.18	-.17	.22	.22
Mãe	.13	-.30*	.14	.02
Permissivo				
Pai	-.21	.49***	-.38**	-.07
Mãe	.21	.48**	-.39**	.07

*Nota: N = número total de participantes da amostra; PAQ= Questionário dos Estilos Parentais de Buri (1991); HMPS=Escala multidimensional de perfeccionismo de Hewitt e Flett (1991; adaptação de Soares et al.,2003); PAO=Perfeccionismo auto-orientado; PSP=perfeccionismo socialmente prescrito; POO=perfeccionismo orientado aos outros; HMPStotal= valor total de perfeccionismo avaliado pelo HMPS; Assinalam-se a negrito as correlações moderadas e estatisticamente significativas. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$*

A análise geral da Tabela 5 permite verificar que a percepção dos estilos de autoridade parental apresentam maioritariamente correlações positivas e significativas com a dimensão Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) dos atletas. Verificamos também que não existem correlações estatisticamente significativas entre o Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) dos atletas e as percepções dos estilos parentais.

A percepção dos pais e mães autoritários, correlacionou-se de forma positiva e magnitude fraca com o PSP dos atletas, a apresentar correlações no valor de $r = .39$ para os pais e $r = .33$ para as mães. Já as mães democráticas se correlacionam negativamente como o PSP dos atletas, com $r = -.30$.

A percepção dos pais e mães permissivos correlaciona-se de forma positiva e magnitude moderada com o PSP dos atletas, respetivamente $r = .49$ e $r = .48$.

Observa-se também uma correlação estatisticamente significativa negativa entre o Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) dos atletas e a percepção de estilo permissivo de ambos os pais, pai, $r = .38$ e a mãe $r = .39$.

Para estimar o contributo das variáveis parentais na explicação do Perfeccionismo, recorreu-se à técnica de regressão múltipla:

Tabela 6.

Contributo diferencial do estilo parental (PAQ) no desenvolvimento de Perfeccionismo dos atletas (HMPS)

	PAO	PSP	POO
Contributo paterno total	$R^2 = .072$	$R^2 = .327^{**}$	$R^2 = .184^{**}$
Autoritário	$\beta = .09$	$\beta = .54^*$	$\beta = -.11$
Democrático	$\beta = -.53$	$\beta = -.31$	$\beta = .29$
Permissivo	$\beta = -.49$	$\beta = .56^{**}$	$\beta = -.39^{**}$
Contributo materno total	$R^2 = .056$	$R^2 = .313^{**}$	$R^2 = .160^*$
Autoritário	$\beta = -.18$	$\beta = .33$	$\beta = -.08$
Democrático	$\beta = .33$	$\beta = -.44^{**}$	$\beta = .13$
Permissivo	$\beta = -.45$	$\beta = .55^{**}$	$\beta = -.42^*$

Nota. β = Coeficiente de regressão padronizado; R^2 = Coeficiente de determinação; PAO = Perfeccionismo Auto orientado; PSP = Perfeccionismo socialmente prescrito; POO = Perfeccionismo Orientado para os Outros.; * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Através da análise dos resultados do contributo dos estilos parentais no desenvolvimento do Perfeccionismo dos atletas, podemos concluir que, ao se avaliar o contributo total dos estilos parentais do pai e da mãe, verifica-se que os dois progenitores têm contributos globais semelhantes para o Perfeccionismo Socialmente Prescrito dos atletas (Pai: $R^2 = 32.7\%$; Mãe: $R^2 = 31.3\%$). Ainda relativamente ao PSP, no caso do contributo paterno, o estilo autoritário e o estilo permissivo têm um contributo positivo e significativo. No caso da mãe, o estilo democrático tem um contributo negativo e significativo, enquanto o estilo permissivo tem um contributo positivo.

Ao avaliarmos o contributo total dos estilos parentais do pai e da mãe verifica-se também que os dois progenitores têm contributos globais semelhantes para o desenvolvimento do Perfeccionismo Orientado para os Outros (Pai: $R^2 = 18.4\%$; Mãe: $R^2 = 16\%$).

4. Discussão

Após realizadas as análises estatísticas aos resultados obtidos no presente estudo, procedeu-se à discussão dos mesmos.

Quanto ao estudo do perfeccionismo dos atletas, os valores alcançados neste trabalho, quando comparados com os obtidos por Soares et al. (2003), na adaptação da escala HMPS para a população portuguesa, podemos constatar que a dimensão com valores médios mais elevados no estudo de Soares et al. (2003) foi o Perfeccionismo Auto Orientado (PAO), seguido do Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP), resultados idênticos aos do presente estudo. Apesar da ordem das médias das três dimensões serem idênticas, PAO, PSP e POO, o presente estudo apresenta valores médios de PAO e HMPS_{total} ligeiramente superiores ao estudo de Soares et. al (2003), enquanto que os valores médios do PSP e POO do presente estudo apresentam valores próximos mas ligeiramente abaixo dos apresentados na adaptação portuguesa. Relativamente ao HMPS_{total}, os valores obtidos no presente estudo, foram superiores aos encontrados por Soares et al. (2003), possivelmente derivado às diferentes características da amostra dos dois estudos. No estudo de Soares et al. (2003), a amostra foi constituída apenas por estudantes, variando de um mínimo de 17 anos a um máximo de 51 anos, sendo a idade média de 20.15, enquanto no presente estudo os participantes têm idades compreendidas entre os 13 e os 18 anos, com uma idade média de 15.68.

O presente estudo teve como principal objetivo analisar a influência do Perfeccionismo parental, do Perfeccionismo do treinador e do estilo de autoridade parental no desenvolvimento do Perfeccionismo em jovens atletas. Procurámos suportar empiricamente dois modelos explicativos do Perfeccionismo que sustentam o desenvolvimento deste traço de personalidade quer através da imitação das tendências perfeccionistas do país (Modelo da Aprendizagem Social) quer através da resposta dos filhos às elevadas e irrealistas expectativas parentais (Modelo das Expectativas Sociais).

Para testar o Modelo da Aprendizagem Social verificámos se as dimensões, Perfeccionismo Auto-orientado (PAO), Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) e Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) dos pais se relacionavam com as mesmas dimensões nos filhos (atletas). Por outro lado, averiguámos se a relação entre o POO dos pais (padrões demasiado exigentes aos outros e aprovação condicional) e a

percepção de elevadas expectativas e críticas parentais poderia explicar o PSP dos filhos, de acordo com o Modelo das Expectativas Sociais.

Os dois modelos explicativos do desenvolvimento do Perfeccionismo foram parcialmente suportados pelos resultados.

Esta conclusão reforça o pressuposto de que não existe uma relação exclusiva de causalidade, existindo um encadeamento de fatores que dizem respeito aos pais, aos filhos e a outras pessoas da envolvimento social como professores, pares ou treinadores e, mesmo, ao contexto sociocultural abrangente (Macedo, 2012).

O estudo das relações entre o Perfeccionismo parental e o Perfeccionismo dos atletas indicou uma associação positiva moderada entre o PAO paterno e a mesma dimensão nos atletas. O mesmo não ocorre na dimensão PSP e POO, não se verificando associações entre o PSP e POO dos pais com as mesmas dimensões nos atletas. Estes resultados não apoiam o Modelo da Aprendizagem Social que postula uma correspondência entre as dimensões dos pais e as mesmas dimensões nos filhos e parecem contrariar resultados anteriores descritos na literatura (Frost, et al., 1991; Vieth & Trull, 1999) que encontraram correspondência entre as dimensões de Perfeccionismo de pais e filhos.

Neste contexto, consideramos pertinente referir que o Perfeccionismo parental não tem sido avaliado sempre do mesmo modo na literatura. Quando a avaliação do Perfeccionismo parental é efetuada pelos filhos e não através da autoavaliação dos pais, como no presente estudo, a associação entre o Perfeccionismo parental e o Perfeccionismo dos filhos tende a ser mais intensa. Num estudo recente com atletas e respetivos pais, Appleton et al. (2010) concluíram que o Perfeccionismo dos filhos é mais facilmente predito pela percepção que os filhos têm do Perfeccionismo parental do que pelos níveis de Perfeccionismo diretamente autoavaliados pelos pais. No mesmo sentido, já Frost et al. (1991) haviam referido que quando o Perfeccionismo é avaliado com base em medidas de autoavaliação a associação entre Perfeccionismo parental e o Perfeccionismo dos filhos nem sempre é significativa. Desta forma, tendo em conta que os níveis de Perfeccionismo parental foi medido através da autoavaliação, e não pela percepção que os atletas têm do Perfeccionismo dos pais, os valores de associação são naturalmente mais baixos.

No que diz respeito ao Modelo das Expectativas Sociais, os resultados sugerem que os atletas têm uma associação positiva entre a Percepção da Pressão Parental, e o

PSP do pai. O que parece significar que os pais preocupados com a aprovação social dirigem aos atletas expectativas irrealistas e críticas elevadas. Já o mesmo não se verifica com o PSP das mães, pois não se encontram associações significativas. Este resultado suporta assim parcialmente o Modelo das Expectativas Sociais que afirma desenvolver-se o PSP em resposta a pais demasiado exigentes e críticos. No presente estudo esta situação verificou-se apenas relativamente ao progenitor masculino. O pai parece exercer neste desporto um papel mais ativo e de maior pressão que a mãe. O Modelo das Expectativas Sociais teoriza ainda que o POO dos pais (exigências e expectativas elevadas dirigidas aos outros e aprovação condicional) contribuiria também para o desenvolvimento do PSP nos atletas. No presente estudo e à semelhança dos resultados encontrados por Vieth e Trull (1999), os resultados não permitiram suportar este pressuposto do modelo.

Um dos objetivos específicos deste estudo foi analisar a associação entre os níveis de Perfeccionismo dos atletas e os níveis de Perfeccionismo parental e do treinador. Relativamente ao Perfeccionismo do treinador verificámos que não existem associações significativas entre o seu Perfeccionismo e dos atletas.

Depois de uma análise detalhada de todas as variáveis estudadas relativas à relação treinador-atleta verificamos que a maioria dos atletas, 68,3% são treinados pelo treinador há menos de um ano. Esta relação de curto espaço de tempo entre atletas-treinador poderá contribuir para estes resultados. Assim como a média da idade ($M = 15.68$) dos atletas participantes neste estudo, onde os pais poderão ter um papel mais ativo. Os treinadores nas camadas jovens dos clubes de futebol apresentam uma rotatividade alta ficando pouco tempo nas funções de treinadores e outra razão para os atletas não se manterem muito tempo com o mesmo treinador pode ser explicada pela mudança de escalão de dois em dois anos, e cada escalão tem obrigatoriamente um treinador diferente, o que aumenta a probabilidade dos atletas não manterem o mesmo treinador por muito tempo. Talvez por estas razões a literatura sobre os efeitos do Perfeccionismo dos treinadores em jovens atletas seja reduzida.

Pelo contrário, a literatura relativa ao estudo do desenvolvimento do Perfeccionismo parental em jovens atletas. Em relação às correlações estatisticamente significativas encontradas no HMPS, podemos verificar uma associação positiva entre a dimensão PAO paterna e a dimensão PAO e HMPS_{total} dos atletas. Estes resultados parecem sugerir que quando o pai estabelece padrões excessivamente elevados e

irrealistas impostos a si próprio, os atletas também estabelecem padrões excessivamente elevados e irrealistas para si próprios.

Constatam-se também associações entre o PSP do pai e o PAO e HMPS total dos atletas. Estes resultados mostram que quando o pai percebe que os outros estabelecem exigências irrealistas relativas a si próprio, os atletas estabelecem padrões excessivamente elevados e irrealistas para si. Encontramos ainda uma associação entre o HMPS total (pai) e o PAO e HMPS total nos filhos, demonstrando que quanto maiores os valores obtidos pelo pai, maiores os padrões de exigência impostos pelos atletas para si próprios e maiores os valores de Perfeccionismo.

No que consta às correlações significativas entre a escala HMPS da mãe e dos atletas, encontramos apenas uma associação significativa entre a dimensão PAO da mãe e o HMPS total dos atletas, bem como uma correlação significativa entre o HMPS total e o HMPS total dos atletas.

Quanto ao estudo do SPORT-MPS2 dos atletas e o HMPS dos pais foram encontradas correlações estatisticamente significativas apenas entre o progenitor masculino e os atletas. Verificamos correlações entre o PSP e as dimensões PP e PPP e total do SPORT-MPS2. Isto significa que quanto maior é a percepção que o pai tem de exigências impostas pelos outros, maiores as expectativas pessoais e exigências excessivas que o atleta estabelece para si próprio na competição e enquanto desportista. E também maiores as percepções do atleta acerca das críticas e expectativas excessivas dos pais quando não atinge níveis elevados de rendimento na competição. Assim podemos concluir que existe influência do Perfeccionismo parental sobretudo por parte da figura paterna no desenvolvimento do Perfeccionismo dos desportistas da nossa amostra.

Num estudo realizado por Dunn et al. (2006), os autores concluíram que à medida que os valores dos Padrões Pessoais (PP), Preocupação com os Erros (PE) e Percepção da Pressão do Treinador (PPT) aumentam, o Perfeccionismo desadaptativo também aumenta. No presente estudo verificamos, à semelhança do estudo de Dunn que o valor PP é estatisticamente significativo, o que é típico de atletas que se criticam a si próprios, culpando-se quando não atingem os altos níveis de desempenho.

Por outro lado, contrariamente ao estudo de Dunn et al. (2006), que demonstrou que a Percepção da Pressão do Treinador que os atletas têm influencia o Perfeccionismo

nos atletas, no presente estudo não se observam associações entre o Perfeccionismo do treinador e dos atletas.

Tal como abordado na introdução do presente estudo, os modelos explicativos do desenvolvimento do Perfeccionismo assentam no pressuposto de que determinados fatores parentais contribuem para esse desenvolvimento. Procurámos avaliar o impacto que a variável parental Estilos de Autoridade Parental exerce nos níveis de Perfeccionismo observados na amostra de 42 jovens atletas de futebol portugueses.

Para melhor compreendermos os efeitos do Estilo de Autoridade Parental no desenvolvimento do Perfeccionismo, parece-nos relevante enumerar alguns aspetos da caracterização demográfica.

A análise dos resultados relativos à identificação do principal cuidador durante a infância mostrou que 65.1%, ou seja, a maioria dos participantes assinalou ambos os pais como os principais cuidadores durante a infância. Seguidamente 27.0% dos participantes assinalou a mãe como a principal cuidadora e apenas 1.6% selecionou o pai como o principal cuidador durante a infância.

Estes dados parecem-nos importantes na compreensão dos nossos resultados pois estes apontam para uma proximidade de valores da perceção do Estilo Parental de ambos os pais e da intensidade da correlação. Estes resultados não apresentaram diferenças significativas em função do sexo do progenitor, o que parece significar que os atletas percecionam de modo idêntico os seus cuidadores.

Um dos objetivos específicos deste estudo foi examinar a existência de diferenças na perceção dos Estilos de Autoridade Parental em função do sexo do progenitor (pai ou mãe). A análise das diferenças na perceção dos Estilos Parentais em função do sexo do progenitor não mostrou a ocorrência de um padrão diferencial. Este resultado parece sugerir que os atletas não diferenciam de modo significativo o Estilo Parental consoante o progenitor que estão a avaliar. Deste modo, os resultados mostraram que, ambos os pais são percecionados com os mesmos níveis de Autoritarismo, Democracia e Permissividade.

Os resultados mostraram que o estilo parental mais percecionado pelos atletas foi o Estilo Parental Democrático, tal como no estudo original de Buri (1991) sobre o Questionário de Autoridade Parental e na adaptação portuguesa deste instrumento protagonizado por Morgado et al. (2006).

A percepção de um Estilo Parental Autoritário dos atletas mostrou-se associado positivamente às dimensões PSP e PPP do Perfeccionismo de ambos os pais. Existem várias possibilidades para a explicação do PSP estar relacionada com a percepção de um estilo parental autoritário. Segundo Kawamura et al. (2002), os filhos de pais perfeccionados como autoritários, ao interiorizarem as críticas parentais, progressivamente podem desenvolver tendencialmente uma autocrítica excessiva e dura. Outra explicação prende-se com o facto dos filhos perfeccionistas se centrarem excessivamente nas avaliações que fazem deles, ou seja, estes podem interpretar as repressões leves dos pais como uma forte crítica dirigida à sua pessoa. Ainda outra explicação pode ser pelo motivo dos filhos perfeccionistas se focarem constantemente nos seus próprios erros, ficando assim mais suscetíveis de recordar as situações em que os seus pais foram excessivamente críticos na avaliação dos seus desempenhos. Estes resultados parecem assim estar em conformidade com os estudos de Kawamura et al. (2002) e Hibbard e Walton (2014), que defendem que o Perfeccionismo está associado a pais muito controladores, exigentes e críticos, impondo padrões de desempenho muito elevados.

Também o Estilo Parental Permissivo de ambos os pais está associado de forma positiva às dimensões do Perfeccionismo Socialmente Prescrito, Perfeccionismo Orientado para os Outros, Dúvidas sobre as Ações, Percepção da Pressão Parental e Percepção da Pressão do Treinador. Assim sendo, pais afetuosos, mas passivos e pouco exigentes com os seus filhos, parecem contribuir para que os seus filhos desenvolvem o entendimento de que os outros desejam que eles sejam perfeitos, Perfeccionismo Orientado para os Outros. Pais permissivos parecem contribuir para que os filhos desportistas pensem que quando falham em competição, falham enquanto pessoa, e que quando têm baixo desempenho no desporto, percebem as críticas parentais e do treinador como excessivas e extremamente duras (Dunn et al, 2006).

Por fim, a percepção de pais democráticos, mostrou associações significativas apenas com a dimensão Organização dos atletas. Isto mostra que pais encorajadores, que incentivam os seus filhos a serem independentes mas ao mesmo tempo colocam regras e limites nas suas ações, que exigem bastante, mas que controlam os filhos de forma moderada, apoiando e ajudando a satisfazer as suas necessidades contribuem para um aumento da organização por parte dos atletas. Verificou-se ainda uma associação negativa da percepção de mãe democrática com o PSP dos atletas, de magnitude fraca, o

que demonstra que mães encorajadoras, que exigem bastante mas controlam os filhos de forma moderada, apoiando e ajudando a satisfazer as suas necessidades, não desenvolvem nos filhos o entendimento de que os outros desejam que eles sejam perfeitos.

Analisando globalmente as associações significativas de ambos os pais, parecem-nos praticamente idênticas, não se verificando diferenciação entre pai ou mãe no que concerne aos Estilos Parentais.

Tendo em conta esta análise e a revisão de literatura realizada, não podemos deixar de referir que os resultados que verificámos neste estudo, das avaliações do estilo parental de ambos os progenitores com valores praticamente idênticos, foi partilhada em vários estudos, nomeadamente por Soenens et al. (2005) e Sapieja (2011), pois estes autores concluíram que a avaliação dos Estilos parentais do pai e da mãe poderia até ser recolhida num único resultado, tendo em conta a elevada associação entre as variáveis do progenitor masculino e feminino. Existem mesmo estudos que optaram por avaliar apenas um progenitor (Morgado et al, 2006; Craddock et.al, 2009), generalizando os resultados ao outro progenitor, ou avaliando ambos os pais numa medida única.

Outro objetivo específico do presente estudo foi explorar as relações entre a perceção dos Estilos de autoridade parental e as dimensões de Perfeccionismo nos jovens atletas (filhos). Na análise do contributo diferencial do estilo parental no desenvolvimento de Perfeccionismo dos atletas, os resultados obtidos na análise da regressão mostraram que o impacto do contributo total paterno nas várias dimensões do Perfeccionismo dos atletas foi superior ao contributo total materno, em todas as dimensões do HMPS (PAO, PSP e POO). Este resultado demonstra que o Perfeccionismo do pai tem maior influência e capacidade de se traduzir no Perfeccionismo dos atletas. O que parece sugerir que o pai desempenha um papel de maior importância no desenvolvimento do Perfeccionismo dos atletas.

Através da revisão de literatura, verificámos que Flett et al. (2002), afirmam que no estudo da transmissão intergeracional do Perfeccionismo, o papel do sexo pode influenciar os resultados, originando duas hipóteses: a do cuidador do mesmo sexo e do cuidador principal. A hipótese do cuidador do mesmo sexo defende que os filhos maioritariamente adquirem as características do progenitor mesmo sexo. Assim os filhos do sexo masculino irão desenvolver o Perfeccionismo na relação com o pai e as filhas na relação com a mãe. A outra hipótese defende que as mães são as principais

responsáveis pelo desenvolvimento do Perfeccionismo nos filhos, denominando-a de hipótese do cuidador principal. Esta hipótese dita que os jovens estão mais expostos a características de personalidade e estilos parentais da progenitora do que do pai.

No presente estudo comprovamos que se verifica a hipótese do cuidador do mesmo sexo, visto que todos os atletas são do sexo masculino e o progenitor masculino tem maior impacto no desenvolvimento do Perfeccionismo. Os atletas procuram imitar o progenitor do mesmo género como uma tentativa de adquirir características baseadas no género e em conformidade com as expectativas culturais sobre a masculinidade e feminilidade (Frost, et al., 1991). Estudos protagonizados por Frost et al. (1991) e por Vieth e Trull (1999), registaram também associações entre cuidadores do mesmo sexo confirmando os resultados obtidos no presente estudo.

Os resultados que sustentam as duas hipóteses (cuidador principal vs cuidador do mesmo sexo) têm sido recolhidos em estudos empíricos com metodologias de investigação diferentes, tanto ao nível das medidas de Perfeccionismo parental (perceção do Perfeccionismo parental é diferente de autoavaliação do Perfeccionismo parental) mas também ao nível das características das amostras, nem sempre compostas por filhos de ambos os sexos (como o presente estudo) ou pelos dois progenitores. Esta discrepância metodológica dificulta naturalmente a confrontação dos resultados observados na literatura.

5. Considerações Finais

A literatura acerca da transmissão intergeracional do Perfeccionismo no desporto tem crescido nas últimas décadas. Este estudo propôs analisar a influência do Perfeccionismo parental e dos treinadores no desenvolvimento do Perfeccionismo de jovens atletas do sexo masculino, bem como a influência da perceção dos estilos de autoridade parental no Perfeccionismo dos atletas.

Tendo em conta os resultados obtidos, podemos concluir que os objetivos propostos foram parcialmente atingidos. Foi possível observar associações entre as tendências perfeccionistas dos pais e dos atletas, entre a perceção de determinados estilos parentais e o perfeccionismo dos filhos (atletas). A perceção dos Estilos Parentais dos atletas mostraram-se associados positivamente com várias dimensões do perfeccionismo

dos atletas, o que traduz uma influência do Estilo Parental no desenvolvimento do perfeccionismo dos atletas. Contudo, não foi possível notar qualquer associação significativa entre o perfeccionismo do treinador e dos atletas.

Globalmente, os resultados do presente trabalho parecem reforçar o pressuposto de que não existe uma relação exclusiva de causalidade do perfeccionismo, existindo uma variedade de fatores parentais, individuais e ambientais que contribuem para o desenvolvimento deste traço de personalidade.

Como limitações, no que diz respeito à amostra, apontamos o tamanho reduzido, principalmente da amostra dos treinadores; o facto da amostra ser composta exclusivamente por atletas do sexo masculino, e com idades onde a constante mudança de escalão e de treinador impossibilita uma relação mais duradora com este. Apontamos ainda como limitação, o facto de se tratar de um estudo correlacional.

Pensamos que seria interessante no futuro replicar este trabalho, com atletas de ambos os sexos e com idades superiores, onde o tempo de treino (anos) com o atual treinador fosse superior.

Em síntese, os resultados do presente estudo permitiram reforçar a relevância da contribuição dos fatores parentais na compreensão do Perfeccionismo, mas não a do treinador em jovens atletas do sexo masculino. Apesar das limitações apresentadas, este trabalho proporcionou evidências empíricas da influência do pai e da mãe na promoção do Perfeccionismo, bem como dos estilos de autoridade parental. Neste contexto, esperamos que este trabalho tenha contribuído para expandir a compreensão da génese do Perfeccionismo, de modo a fomentar futuras estratégias de prevenção e intervenção.

6. Referências Bibliográficas

- Adler, A. (1956). The neurotic disposition. In H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.), *The individual psychology of Alfred Adler*. New York: Harper & Row.
- Antony, M., Purdon, C., Huta, V., & Swinson, R. (1998). Dimensions of Perfeccionismo across the anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 1143-1154.
- Alden, L., Bieling, J., & Wallace, S. (1994). Perfeccionismo in an interpersonal context: a self regulation analysis of dysphoria and social anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 18(4), 297-316.
- Anshel, M. H., & Eom, H. J. (2003). Identifying dimensions of Perfeccionismo in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 34, 255–266.
- Appleton, P. R., Hall, H. K., & Hill, A. P. (2010). Family patterns of Perfeccionismo: An examination of elite junior athletes and their parents. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 363 – 371.
- Appleton, P. R., Hall, H. K. & Hill, A. P. (2011). Examining the influence of the parent-initiated and coach-created motivational climates upon athletes' perfectionistic cognitions. *Journal of Sports Sciences*, 29:7, 661-671,
- Azizi, K., Besharat, M. A. (2011). The Relationship Between Parental Perfeccionismo And Parenting Styles. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 15 (2011) 1484–1487.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A., Grusec, J. E., & Menlove, F. L. (1967). Observational learning as a function of symbolization and incentive set. *Child Development*, 37, 499-506.
- Bandura, A., & Kupers, C. J. (1964). Transmission of patterns of self-reinforcement through modeling. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 69, 1-9.
- Barber, B. K. (2002). Reintroducing parental psychological control. In B. K. Barber (Ed.), *Intrusive Parenting: how psychological control affects children and adolescents* (pp. 3-13). Washington, DC: US: American Psychological Association.
- Barrow, J. C., & Moore, C. A. (1983). Group Interventions with Perfectionistic Thinking. *Personnel and Guidance Journal*, 61(10), 612-615.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative control on child behavior. *Child Development*, 37 (887-907).

- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monograph*, 4 (1, Pt. 2).
- Bento, C., Pereira, A. T., Maia, B., Marques, M., Soares, M. J., Bos, S., Valente, J., Gomes, A., Azevedo, M. H., Macedo, A. (2010). Perfeccionismo and eating behaviour in Portuguese Adolescents. *European Eating Disorders Review*, 18(4):328-37.
- Burn, D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 34-51.
- Brustad, R. J. (1988). Affective outcomes in competitive youth sport: The influence of intra-personal and socialization factors. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10, 307-321
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*. 15, 395-417.
- Craddock, A. E., Church, W., & Sands, A. (2009). Family of origin characteristics as predictors of Perfeccionismo. *Australian Journal of Psychology*, 61(3), 136-144.
- Cruz, J. C. (2006). Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto: versão para investigação. Manuscrito não publicado. Braga: Universidade do Minho.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113, 487-96.
- Darling, N., & Toyokawa, T. (1997). *Construction and validation of the Parenting Style Inventory II*. The Pennsylvania State University: Internal publication.
- Diprima, J. A., Ashby, S. J., Gnilka, B. P. & Noble, L. C. (2011). Family relationships and Perfeccionismo in middle-school students. *Psychology in the Schools*, 48(8), 815-827.
- Dunn, J. G. H., Causgrave Dunn, J. L. & Syrotuik, D. G. (2002). Relationship between multidimensional Perfeccionismo and goal orientations in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 376-395.
- Dunn, J. G. H., Causgrave Dunn, J., Gotwals, J. K., Vallance, J. K. H., Craft, J. M., & Syrotuik, D. G. (2006). Establishing construct validity for the Sport Multidimensional Perfeccionismo Scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 57-79.
- Dunn, J. G. H., Gotwals, J. K., Causgrove Dunn, J., & Syrotuik, D. G. (2006). Examining the relationship between Perfeccionismo and trait anger in competitive sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4, 7-24.

- Dunn, J. G. H., Causgrave Dunn, J. L., & Rasquinha, A. (2014). Relationships between perfectionistic strivings, perfectionistic concerns, and competitive sport level. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 659-667.
- Egan, S., Wade, T., Shafran, R. (2011). Perfeccionismo as a transdiagnostic process: A clinical review. *Clinical Psychology Review*, 31(2), 203-212.
- Enns, M. W., & Cox, B. J. (2002). The nature and assessment of Perfeccionismo: A critical analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfeccionismo: Theory, research, and treatment* (pp. 33-62). Washington, DC: American Psychological Association.
- Evans, D. W., Leckman, J. F., Carter, A., Reznick, J. S., Henshaw, D., King, R. A., & Pauls, D. (1997). Ritual, habit and Perfeccionismo: The prevalence and development of compulsive-like behavior in normal young children. *Child Development*, 68, 58-68.
- Flett, G. L. & Hewitt, P., L., (2002). *Perfeccionismo: Theory, Research and Treatment*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Singer, A. (1995). Perfeccionismo and Parental Authority Styles. Individual Psychology. *Journal of Adlerian Theory Research & Practice*, 51(1), 50-60.
- Flett, G., Hewitt, P., Oliver, J., & Macdonald, S. (2002). Perfeccionismo in children and their parents: a developmental analysis. In G. L. Flett, & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfeccionismo: Theory, research, and treatment*, 89-132. Washington, DC: American Psychological Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & De Rosa, T. (1996). Dimensions of Perfeccionismo, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*, 20(2), 143-150.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The Dimensions of Perfeccionismo. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Gaudreau, P., & Antl, S. (2008). Athletes' broad dimensions of dispositional Perfeccionismo: examining changes in life satisfaction and the mediating role of sport-related motivation and coping. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 356-382.

- Gilbert, P., Durrant, R., & McEwan, K. (2006). Investigating relationships between Perfeccionismo, forms and functions of self-criticism, and sensitivity to putdown. *Personality and Individual Differences*, 41, 1299–1308.
- Gotwals, J. K. (2011). Perfeccionismo and burnout within intercollegiate sport: a person-oriented approach. *The Sport Psychologist*, 25, 489-510.
- Gotwals, J. K., Dunn, J. G. H. (2009). A multi-method multi analytic approach to establishing internal construct validity evidence: The Sport Multidimensional Perfeccionismo Scale 2. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 13, 71-92.
- Gotwals, J. K., Dunn, J. G. H., Dunn, J. C., Gamache, V. (2010). Establishing validity evidence for the Sport Multidimensional Perfeccionismo Scale-2 in intercollegiate sport. *Psychology of Sport and Exercise*. Vol 11, 423-432.
- Gotwals, J. K., Stoeber, J., Dunn, J. G. H., & Stoll, O. (2012). Are perfectionistic strivings in sport adaptive? A systematic review of confirmatory, contradictory, and mixed evidence. *Canadian Psychology*, 53, 263-279.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 172-204.
- Gould, D., Tuffey, S., Udry, E., & Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: I. A Quantitative Psychological Assessment. *The Sport Psychologist*. Vol 10, 322-340.
- Hamachek, E. (1978) Psychodynamics of normal and neurotic Perfeccionismo. *Psychology: A Journal of Human Behavior*. Vol 15, Fevereiro de 1978, 27-33.
- Harvey, A., Watkins, E., Mansell, W., Shafran, R. (2004). Cognitive behavioural processes across psychological disorders: *A transdiagnostic approach to research and treatment*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Hewitt, P., & Flett, G. (1991). Perfeccionismo in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 60, 3, 456-470
- Hewitt, P., & Flett, G. (2002). Perfeccionismo and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfeccionismo: Theory, research, and treatment*, 5-31. Washington, DC: American Psychological Association.

- Hibbard, R. F. & Walton, E.G. (2014). Exploring the development of Perfeccionismo: The influence of parenting style and gender. *Social behavior and personality* 42(2), 269-278
- Hill, A. P., Stoeber, J., Brown, A., & Appleton, P. R. (2014). Team Perfeccionismo and team performance: A prospective study. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 36, 303-315. DOI: 10.1123/jsep.2013-0206
- Hollender, M. H. (1965). Perfeccionismo. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103.
- Hollender, M. H. (1978). Perfeccionismo: A neglected personality trait. *Journal of Clinical Psychiatry*, 39, 384.
- Kawamura, K. Y., Frost, R. O., & Harmatz, M. G. (2002). The relationship of perceived parenting styles to Perfeccionismo. *Personality and Individual Differences*, 32(2), 317-327.
- Kearns, H., Forbes, A., Gardiner, M. & Marshall, K. (2008). When a High Distinction isn't Good Enough: A Review of Perfeccionismo and Self-Handicapping. *The Australian Educational Researcher*, Vol. 35, 3, 21-36.
- Leff, S., & Hoyle, R. H. (1995). Young athletes' perceptions of parental support and pressure. *Journal of Youth and Adolescence*, 24, 187-203.
- Longbottom, J., Grove, J., Dimmock, J. (2010). An examination of Perfeccionismo traits and physical activity motivation. *Psychology of Sports and Exercise*. 11(6), 574-581.
- Macedo, A. F. (2012). *Ser ou Não Ser (Perfeito)?*. Lisboa: Lidel – Edições Técnicas.
- Maia, B. (2011). Perfeccionismo e Depressão Pós-Parto. Tese de Doutoramento. Coimbra: Faculdade de Medicina.
- McArdle, S., & Duda, J. L. (2008) Exploring the etiology of Perfeccionismo and perceptions of self-worth in young athletes. *Social Development*, 17, 980-997. doi: 10.1111/j.1467-9507.2007.00456.x
- Missildine, W. H. (1963). *Your Inner Child of the Past*. New York.
- Morgado, J., Maroco, J., Miguel, M., Machado, R., & Dias, C. (2006). Estilos Parentais e Suporte Social em Adolescentes – relação com o comportamento escolar. VI Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia, Évora.
- Ommundsen, Y., Roberts, G. C., Lemyre, P. N. (2007). Peer relationships in adolescent competitive soccer: Associations to perceived motivational climate, achievement

- goals and Perfeccionismo. *Journal of Sports Sciences*, Setembro de 2005; 23(9): 977 – 989.
- Riendeau, C. (2012). *Longitudinal investigation of the role of coping on the relationship between dimensions of Perfeccionismo and athletic burnout in sport* (Master's Thesis). The University of British Columbia, Vancouver.
- Sagar, S. S., & Stoeber, J. (2009). Perfeccionismo, fear of failure, and affective responses to success and failure: The central role of fear of experiencing shame and embarrassment. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, 602-627
- Sapieja, K. M., Dunn, J. G. H. & Holt, N. L. (2011). Perfeccionismo and Perceptions of Parenting Styles in Male Youth Soccer. *Journal of Sports & Exercise Psychology*, 33, 20-39.
- Shafran, R., & Mansell, W. (2001). Perfeccionismo and Psychopathology: a review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*, 21, 879-906.
- Shafran, R., Egan, S. J., & Wade, T. (2010). *Overcoming Perfeccionismo*. London: Robinson.
- Soares, M. J., Gomes, A. A., Macedo, A. F., & Azevedo, M. H. P. (2003). Escala multidimensional de Perfeccionismo: Adaptação à população portuguesa. *Revista Portuguesa de Psicossomática*, 5(1), 46-55.
- Soenens, B., Elliot, A. J., Goossens, L., Vansteenkiste, M., Luyten, P., & Duriez, B. (2005). The Intergenerational transmission of Perfeccionismo: Parents' psychological control as an intervening variable. *Journal of Family Psychology*, 19(3), 358-366.
- Stoeber, J., Uphill, M. A. & Hotham, S. (2009). Predicting race performance in triathlon: the role of Perfeccionismo, achievement goals, and personal goal setting. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31,211-245.
- Stoeber, J. (2011). The dual nature of Perfeccionismo in sports: Relationships with emotion, motivation, and performance. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4, 128-145.
- Tozzi, F., Aggen, S. H., Neale, B. M., Anderson, C. B., Mazzeo, S. E., Neale, M. C. (2004). The structure of Perfeccionismo: A twin study. *Behavior Genetics*, 34(5), 483-494.

- Vallance, J. K. H., Dunn, J. G. H. & Dunn, J. C. (2006). Perfeccionismo, Anger, and Situation Criticality in Competitive Youth Ice Hockey. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 383-406.
- Vieira, L. F., Junior, J. R. A. N., & Vieira, R. A. N. (2013). Perfeccionismo y nivel de cohesión de grupo de deportistas adultos de fútbol sala. *Revista de Psicología del Deporte*. Vol. 22, 2, pp. 331-336
- Vieth, A. & Trull, T. (1999). Family patterns of Perfeccionismo: an examination of college students and their parents. *Journal of Personality Assessment*, 72, 49-67.
- Wachter, L. (2014). *Examining the Relationship Between Sport-Based Perfeccionismo and Perceptions of Parenting Styles Among Male Youth Hockey Players* (Master's thesis, Lakehead University). Retrieved from <http://thesis.lakeheadu.ca:8080/handle/2453/585>.

Anexos

Anexo 1 - Pedido de autorização para usar o SPORT-MPS2 e solicitação do instrumento ao autor.

De: John Dunn <jdunn@ualberta.ca> Canadá
Para: filipecabeleira@net.sapo.pt
Data: Qui, 24 Out 2013

Dear Filipe,

You have my permission to use the Sport-MPS-2 for your Masters research. Attached is a file that contains the Sport-MPS-2.

Best wishes,

John

John Dunn, PhD
Professor
Faculty of PE & Rec
University of Alberta
Edmonton, Alberta
Canada T6G 2H9
Tel: (780)-492-2831
e-mail: john.dunn@ualberta.ca
website: <http://www.ualberta.ca/~jdunn>

On Thu, Oct 24, 2013 at 11:23 AM, <filipecabeleira@net.sapo.pt> wrote:
Dear Sir

John Dunn (Faculty of Physical Education and Recreation, University of Alberta,
Canada

My name is Filipe Cabeleira and i am doing the dissertation for the Masters Degree in
Clinical and Health Psychology, University of Algarve, Faro, Portugal.

After reading several articals of yours i believe that your work and specially the Sport
Multidimensional Perfeccionismo Scale-2 would be benefic to my study.

The title of my dissertation is "The Impact of parental Perfeccionismo and Parenting
Styles in the Development of Perfeccionismo in young male soccer athletes". I would use
the Sport-MPS-2 in young athlete players between 13 and 18 years old.

I would like your permission to use the mentioned instrument and would be grateful if
you could transfer the Sport-MPS-2 to my email address.

If you require anymore information about myself please do not hesitate to contact me.
Adress: filipecabeleira@net.sapo.pt
Phone number: [+351 966 329 564](tel:+351966329564)

Kind Regards,
Filipe Cabeleira

Anexo 2 - Pedido de autorização aos Presidentes dos Clubes de Futebol para recolha de dados.

Filipe Cabelreira
Universidade do Algarve
Faculdade de Ciências Humanas e Sociais
Departamento de Psicologia
Campus Gambelas
8005-139 Faro

Assunto: Pedido de autorização para colaboração em projecto de investigação:
Perfeccionismo em jovens atletas de futebol.

Exmo. Sr. Presidente do_____:

O meu nome é Filipe Cabelreira, sou aluno da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade do Algarve e encontro-me neste momento a realizar o mestrado em Psicologia, na especialidade de Psicologia Clínica e da Saúde, projecto intitulado: "O impacto do Perfeccionismo parental e dos treinadores em jovens atletas de futebol".

Esta investigação tem como principal objectivo o estudo da relação parental e da relação treinador-atleta no desenvolvimento dos diferentes tipos de Perfeccionismo. Um melhor conhecimento da etiologia do Perfeccionismo torna-se fundamental, à medida que aumentam os estudos no contexto internacional que comprovam a influência do Perfeccionismo num cada vez maior número de perturbações psicológicas.

Para proceder à recolha de dados, pretende-se a participação de jovens atletas, com idades compreendidas entre os 13 e os 18 anos, do respectivo treinador principal e dos pais dos jovens atletas, através do preenchimento de um protocolo de auto-resposta versando questões acerca do Perfeccionismo.

A participação dos alunos, pais e treinadores no estudo é voluntária e anónima. Os questionários serão acompanhados por um documento de consentimento informado que assegura o cumprimento de questões éticas de confidencialidade e anonimato.

Neste sentido, venho por este meio, solicitar a Vossa Ex.^a autorização para proceder à administração dos questionários no seu clube de acordo com a vossa disponibilidade, sem prejuízo do normal funcionamento dos treinos.

Estarei desde já à disposição para esclarecer quaisquer dúvidas acerca do projecto de investigação e dos procedimentos de recolha de dados.

Agradeço antecipadamente a sua compreensão e colaboração,

Filipe Cabeleira

E-mail: filipecabeleira@net.sapo.pt

Telemóvel: 966329564

Eu, _____, Presidente do _____,
autorizo a administração dos questionários no clube:

Assinatura

**ANEXO 3 - Pedido de autorização aos Encarregados de
Educação.**

Exm.º (ª) Sr. (a) Encarregado de Educação

No âmbito de uma investigação de mestrado em Psicologia da Universidade do Algarve, sobre o Desenvolvimento do Perfeccionismo em jovens atletas de futebol, foi efetuado um pedido de autorização ao Presidente do clube de futebol onde o seu filho está inscrito, para que os atletas preencham um questionário relativo ao tema.

Na medida em que para este estudo necessitamos de dados relativos ao aluno, vimos desta forma, solicitar a sua autorização para que o seu filho (a) colabore como participante nesta investigação.

Todos os dados recolhidos serão tratados de forma confidencial e anónima.

No entanto, se não autorizar que o seu educando preencha o questionário, peço-lhe por favor que me devolva, na próxima semana esta carta, bastando para isso preencher a parte inferior da folha com o nome do seu educando e assinando por baixo.

Muito obrigada pela sua colaboração,

Filipe Cabeleira

Aluno do Mestrado de Psicologia Clínica e da Saúde

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Universidade do Algarve

filipecabeleira@net.sapo.pt

.....

Eu, _____, Encarregado de Educação do atleta _____ NÃO AUTORIZO o meu educando a participar nesta investigação.

(Assinatura do Encarregado de Educação)

ANEXO 4 – Consentimento Informado.

Solicitamos a tua participação num estudo sobre a Personalidade.

O questionário apresentado a seguir contempla um conjunto de frases que deves ler atentamente e assinalar a resposta que melhor se aplica a ti. Não existem respostas certas ou erradas.

Por favor, responde com a **maior sinceridade** e certifica-te que respondes-te a todas as questões.

Todos os dados recolhidos são **confidenciais** e **anónimos**.

Muito obrigado pela tua colaboração!

ANEXO 5 - Questionário Sócio Demográfico

Dados Pessoais



Data de preenchimento: __/__/201__

Idade	_____
Concelho onde resides	_____
Freguesia	_____
Nacionalidade	<input type="checkbox"/> Portuguesa <input type="checkbox"/> Outra _____
Ano que frequentas na escola	_____
Quem foi o teu principal cuidador durante a infância?	<input type="checkbox"/> Pai <input type="checkbox"/> Avô materno <input type="checkbox"/> Mãe <input type="checkbox"/> Avó materna <input type="checkbox"/> Avô paterno <input type="checkbox"/> Instituição de acolhimento <input type="checkbox"/> Avó paterna <input type="checkbox"/> Outro _____
Há quantos anos praticas futebol federado?	_____
Há quantos anos jogas neste clube?	_____
Em quantos clubes estiveste para além do atual?	<input type="checkbox"/> 1 Qual? _____ <input type="checkbox"/> 2 Quais? _____ <input type="checkbox"/> 3 Quais? _____ <input type="checkbox"/> 4 Quais? _____
Há quantos anos és jogador do atual treinador da equipa?	<input type="checkbox"/> é o 1ºano <input type="checkbox"/> 3 anos <input type="checkbox"/> 2 anos <input type="checkbox"/> 4 anos ou mais
Quais os motivos que te levam a querer jogar neste clube? (podes escolher no máximo três opções)	<input type="checkbox"/> porque os meus amigos jogam cá <input type="checkbox"/> porque os meus pais querem <input type="checkbox"/> porque é perto de casa <input type="checkbox"/> porque gosto do treinador <input type="checkbox"/> porque gosto do clube <input type="checkbox"/> não sei

Dados Parentais

Idade Pai	_____
Profissão Pai	_____
Idade Mãe	_____
Profissão Mãe	_____

**ANEXO 6 - Escala Multidimensional de Perfeccionismo no
Desporto 2 (SPORT-MPS2; Gotwals & Dunn, 2009)**

Escala Multidimensional de Perfeccionismo no Desporto 2

INSTRUÇÕES O objetivo deste questionário é identificar como os jogadores visualizam certos aspetos das suas experiências competitivas no desporto. Por favor ajuda-nos a compreender como os jogadores visualizam as várias experiências competitivas indicando o grau de **concordância ou discordância** relativamente às afirmações que se seguem (Assinala um resposta de entre as 5 opções á direita da afirmação. Algumas das afirmações dizem respeito ao desporto em geral, outras estão especificamente relacionadas com a equipa que representas mais recentemente. **Não existem respostas certas ou erradas**, por isso por favor não demores muito tempo em cada afirmação, simplesmente escolhe a resposta que melhor descreve a forma como vês cada afirmação.

Em que grau concordas ou discordas com as afirmações seguintes?	Discordo completa mente	Discordo	Não concordo nem discordo	Concordo	Concordo Completa mente
1. Se eu não estabelecer os padrões mais elevados para mim no desporto, provavelmente acabarei como um jogador de segunda categoria.	1	2	3	4	5
2. Mesmo que eu falhe ligeiramente em competição, para mim, é tão mau com ser um completo fracasso.	1	2	3	4	5
3. Eu geralmente sinto-me inseguro sobre se o treino me prepara ou não de forma eficaz para a competição.	1	2	3	4	5
4. Os meus pais estabelecem padrões muito elevados para mim no desporto.	1	2	3	4	5
5. No dia da competição eu tenho uma rotina que tento seguir.	1	2	3	4	5
6. Eu sinto que o meu treinador me critica por não fazer as coisas de forma perfeita em competição.	1	2	3	4	5
7. Em competição, sinto que nunca consigo corresponder às expectativas dos meus pais.	1	2	3	4	5
8. Detesto quando não sou o melhor no desporto.	1	2	3	4	5
9. Eu tenho e sigo uma rotina pré-competitiva.	1	2	3	4	5
10. Se falho em competição, eu sinto que falho enquanto pessoa.	1	2	3	4	5
11. Só um desempenho marcante durante a competição é suficientemente bom para a minha família.	1	2	3	4	5
12. Eu costume sentir-me inseguro quanto á adequação dos treinos pré-competição.	1	2	3	4	5
13. Só um desempenho marcante durante a competição é suficientemente bom para o meu treinador.	1	2	3	4	5
14. Eu raramente sinto que o treino me prepara plenamente para a competição.	1	2	3	4	5
15. Os meus pais sempre tiveram expectativas mais altas para mim no desporto, do que eu.	1	2	3	4	5
16. Quantos menos erros fizer na competição, mais as pessoas vão gostar de mim.	1	2	3	4	5

Por favor complete os restantes itens do questionário na próxima página 

Em que grau concorda ou discorda com as afirmações seguintes?	Discordo completamente	Discordo	Não concordo nem discordo	Concordo	Concordo Completamente
17. Para mim é importante ser extremamente competente em tudo o que faço no desporto.	1	2	3	4	5
18. Eu sigo passos pré-planeados para me preparar para a competição.	1	2	3	4	5
19. Eu sinto que sou criticado pelos meus pais por não fazer as coisas de forma perfeita em competição.	1	2	3	4	5
20. Raramente sinto-me satisfeito com os meus treinos antes da competição.	1	2	3	4	5
21. Eu acho que espero um desempenho mais alto e melhores resultados no meu treino desportivo diário que a maioria dos jogadores.	1	2	3	4	5
22. Eu sinto que nunca consigo viver de acordo com os padrões do meu treinador.	1	2	3	4	5
23. Sinto que os outros jogadores geralmente aceitam padrões mais baixos para eles no desporto do que eu.	1	2	3	4	5
24. Eu devia ficar preocupado se fizer um erro em competição.	1	2	3	4	5
25. Em competição, sinto que nunca consigo viver de acordo com os padrões dos meus pais.	1	2	3	4	5
26. O meu treinador estabelece padrões muito elevados para mim em competição.	1	2	3	4	5
27. Eu sigo uma rotina para me preparar bem para a competição.	1	2	3	4	5
28. Se um colega de equipa ou um adversário (que joga na mesma posição) joga melhor que eu durante a competição, sinto que falhei de qualquer alguma forma.	1	2	3	4	5
29. No desporto, os meus pais esperam a excelência de mim.	1	2	3	4	5
30. O meu treinador espera a excelência de mim: tanto nos treinos como em competição.	1	2	3	4	5
31. Raramente sinto que treinei o suficiente para a competição.	1	2	3	4	5
32. Se não estiver bem ao longo de toda a competição, sinto que as pessoas não me vão respeitar como atleta.	1	2	3	4	5
33. Tenho objetivos bastante elevados para mim no desporto.	1	2	3	4	5
34. Eu desenvolvo planos que ditam como quero atuar durante a competição.	1	2	3	4	5
35. Sinto que o meu treinador nunca tenta compreender os erros que por vezes cometo.	1	2	3	4	5

Por favor complete os restantes itens do questionário na próxima página 

Em que grau concorda ou discorda com as afirmações seguintes?	Discordo completamente	Discordo	Não concordo nem discordo	Concordo	Concordo Completamente
36. Eu estabeleço objetivos mais elevados que a maioria dos atletas que praticam o meu desporto.	1	2	3	4	5
37. Geralmente tenho dúvidas se treinei o suficiente para entrar em competição.	1	2	3	4	5
38. Sinto que os meus pais nunca tentam compreender os erros que faço em competição.	1	2	3	4	5
39. Se cometer erros em competição, provavelmente as pessoas vão pensar mal de mim.	1	2	3	4	5
40. Os meus pais querem que seja melhor que todos os outros jogadores que praticam o meu desporto.	1	2	3	4	5
41. Eu estabeleço planos que realçam as estratégias que quero usar quando compito.	1	2	3	4	5
42. Se joguei bem mas fiz apenas um erro óbvio em todo o jogo, fico desapontado na mesma com o meu desempenho.	1	2	3	4	5

**ANEXO 7 - *Multidimensional Perfeccionismo Scale* (HMPS;
Hewitt & Flett, 1991; adaptação M. J. Soares, et al., 2003)**

HMPS

De seguida, vai encontrar uma lista de características ou traços pessoais, com os quais se pode sentir, ou não, identificado. Centre-se na sua própria experiência e indique o grau de concordância ou discordância, relativamente a cada um dos comportamentos em questão. Utilize a escala que lhe é apresentada de seguida e assinale, com um **círculo**, o número que melhor corresponde ao seu grau de **acordo** ou **desacordo**, relativamente a cada uma das afirmações.

1 Discordo completamente	2 Discordo bastante	3 Provavelmente discordo	4 Indeciso	5 Provavelmente concordo	6 Concordo bastante	7 Concordo completamente
--------------------------------	---------------------------	--------------------------------	---------------	--------------------------------	---------------------------	--------------------------------

1. Quando estou a trabalhar nalguma coisa, não consigo relaxar enquanto não estiver tudo perfeito.	1	2	3	4	5	6	7
2. Não tenho tendência para criticar alguém que desiste muito facilmente.	1	2	3	4	5	6	7
3. Não é importante que as pessoas que me rodeiam tenham tido sucesso.	1	2	3	4	5	6	7
4. Raramente critico os meus amigos, quando eles se contentam com má qualidade.	1	2	3	4	5	6	7
5. Tenho dificuldade em satisfazer as expectativas que as outras pessoas têm sobre mim.	1	2	3	4	5	6	7
6. Um dos meus objetivos é ser perfeito(a) em tudo o que faço.	1	2	3	4	5	6	7
7. Tudo o que as outras pessoas fazem deve ser de excelente qualidade.	1	2	3	4	5	6	7
8. No meu trabalho, nunca tenho como objectivo a perfeição.	1	2	3	4	5	6	7
9. As pessoas que me rodeiam aceitam sem problemas, que eu também possa fazer erros.	1	2	3	4	5	6	7
10. Pouco me importa que alguém, das pessoas que me rodeiam, não dê o seu melhor.	1	2	3	4	5	6	7
11. Quanto mais sucesso tenho, mais esperam de mim.	1	2	3	4	5	6	7
12. Raramente sinto o desejo de ser perfeito(a).	1	2	3	4	5	6	7
13. Tudo o que eu faça que não seja excelente, será julgado de má qualidade, pelas pessoas que me rodeiam.	1	2	3	4	5	6	7
14. Faço tudo o que posso para ser tão perfeito(a) quanto possível.	1	2	3	4	5	6	7
15. Preocupo-me muito em ter um resultado perfeito em tudo o que faço.	1	2	3	4	5	6	7
16. Espero muito das pessoas que são importantes para mim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Esforço-me para ser o(a) melhor em tudo o que faço.	1	2	3	4	5	6	7
18. As pessoas que me rodeiam esperam que eu seja bem sucedido em tudo.	1	2	3	4	5	6	7
19. Não tenho expectativas muito elevadas sobre as pessoas que me rodeiam.	1	2	3	4	5	6	7
20. De mim, não exijo menos do que a perfeição.	1	2	3	4	5	6	7

	1 Discordo completamente	2 Discordo bastante	3 Provavelmente discordo	4 Indeciso	5 Provavelmente concordo	6 Concordo bastante	7 Concordo completamente
21. As outras pessoas vão gostar de mim, mesmo que não seja excelente em tudo.	1	2	3	4	5	6	7
22. Não me importo com as pessoas que não se esforçam para melhorar.	1	2	3	4	5	6	7
23. Fico triste se descobrir um erro no meu trabalho.	1	2	3	4	5	6	7
24. Não espero muito dos meus amigos.	1	2	3	4	5	6	7
25. Para mim ser bem sucedido significa que devo trabalhar mais para agradar aos outros.	1	2	3	4	5	6	7
26. Se peço a alguém para fazer alguma coisa, espero que seja feito na perfeição.	1	2	3	4	5	6	7
27. Não posso tolerar que as pessoas que me rodeiam façam erros.	1	2	3	4	5	6	7
28. Quando estabeleço os meus objetivos, tendo para a perfeição.	1	2	3	4	5	6	7
29. As pessoas que me são queridas, nunca deveriam deixar de me apoiar.	1	2	3	4	5	6	7
30. As outras pessoas aceitam-me como sou, mesmo quando não sou bem sucedido(a).	1	2	3	4	5	6	7
31. Sinto que as outras pessoas exigem demais de mim.	1	2	3	4	5	6	7
32. Em todos os momentos, devo dar o meu rendimento máximo.	1	2	3	4	5	6	7
33. Mesmo que não o mostrem, as outras pessoas ficam perturbados quando falho numa tarefa.	1	2	3	4	5	6	7
34. Não preciso de ser o(a) melhor em tudo o que faço.	1	2	3	4	5	6	7
35. A minha família espera que eu seja perfeito(a).	1	2	3	4	5	6	7
36. Os meus objetivos não são muito elevados.	1	2	3	4	5	6	7
37. Os meus pais só raramente esperavam que eu fosse excelente em tudo na vida.	1	2	3	4	5	6	7
38. Respeito as pessoas vulgares.	1	2	3	4	5	6	7
39. De mim, as pessoas não esperam menos do que a perfeição.	1	2	3	4	5	6	7
40. Estabeleço normas muito elevadas para mim.	1	2	3	4	5	6	7
41. As pessoas esperam mais de mim, do que eu posso dar.	1	2	3	4	5	6	7
42. Na escola ou no trabalho devo ser sempre bem sucedido	1	2	3	4	5	6	7
43. É-me indiferente que um bom amigo não tente fazer o seu melhor.	1	2	3	4	5	6	7
44. As pessoas que me rodeiam acham que ainda sou competente, mesmo que faça um erro.	1	2	3	4	5	6	7
45. Raramente espero que as outras pessoas sejam excelentes em tudo.	1	2	3	4	5	6	7

Por favor, certifique-se de que respondeu a todas as questões. Obrigado!

ANEXO 8 - Questionário de Autoridade Parental (PAQ; Buri, 1991; adaptação Morgado, et al., 2006).

PAQ

Assinale cada uma das frases que se seguem com um **círculo** na afirmação que melhor se aplica a si, ao seu **pai** e à sua **mãe**, numa escala de 5 níveis (1 = Discordo Fortemente, 5 = Concordo Fortemente). Tente ler e pensar acerca de cada frase, reportando-se aos seus anos de crescimento em casa. Não existem respostas certas ou erradas por isso não despenda muito tempo com nenhuma delas. Estamos à procura de uma impressão geral acerca de cada frase. Certifique-se de que não omite nenhum item.

1 Discordo fortemente	2 Discordo	3 Não concordo nem discordo	4 Concordo	5 Concordo fortemente
--	-----------------------------	--	-----------------------------	--

1. Durante o meu crescimento, os meus pais achavam que numa casa bem organizada, as crianças deveriam levar a sua vontade avante com a mesma frequência que os pais.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5
2. Mesmo que não estivéssemos de acordo com eles, os meus pais sentiam que era para o nosso bem sermos forçados a conformarmo-nos com aquilo que eles achavam certo.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5
3. Ao longo do meu crescimento, sempre que os meus pais me diziam para fazer alguma coisa, eles esperavam que eu o fizesse, imediatamente, sem os questionar.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5
4. Durante o meu crescimento, a partir do momento em que uma regra familiar era estabelecida, os meus pais esclareciam-nos as razões da mesma.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5
5. Os meus pais sempre encorajaram o diálogo quando eu achava que as regras e restrições familiares não faziam sentido.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5
6. Os meus pais sempre consideraram que as crianças precisam de ter liberdade para tomar as suas próprias decisões e fazer o que quiserem fazer, mesmo que tal não esteja de acordo com aquilo que os pais querem.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5
7. Ao longo do meu crescimento, os meus pais não me permitiram questionar qualquer decisão por eles tomada.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5
8. Ao longo do meu crescimento, os meus pais conduziam as actividades e decisões das crianças da família através da razão e da disciplina.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

	PAI	1	2	3	4	5
--	-----	---	---	---	---	---

9. Os meus pais sempre sentiram que deveriam utilizar mais a força, de modo a conseguirem que os filhos se comportassem como deviam.

Discordo fortemente	Discordo	Não concordo nem discordo	Concordo	5 Concordo fortemente
----------------------------	-----------------	----------------------------------	-----------------	----------------------------------

	MÃE	1	2	3	4	5
--	-----	---	---	---	---	---

10. Ao longo do meu crescimento, os meus pais consideravam que eu não devia obedecer a regras e regulamentos de comportamento apenas por terem sido definidas por alguém com autoridade.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

11. Ao longo do meu crescimento, eu sabia o que os meus pais esperavam de mim na família, mas, sempre me senti livre para discutir com eles essas expectativas, quando eu achava que os seus desejos não faziam sentido.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

12. Os meus pais consideravam que, desde cedo, os pais sensatos deveriam ensinar aos filhos quem é o chefe na família.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

13. Ao longo do meu crescimento, os meus pais raramente definiram expectativas ou directrizes em relação ao modo como eu me deveria comportar.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

14. Durante o meu crescimento, nas decisões familiares, os meus pais fizeram, na maior parte das vezes, o que as crianças queriam.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

15. Ao longo do crescimento das crianças da minha família, os meus pais, de forma consistente, deram directivas e orientação de um modo racional e objectivo.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

16. Durante o meu crescimento, os meus pais ficavam muito aborrecidos se eu tentasse discordar deles.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

17. Os meus pais consideram que a maior parte dos problemas na sociedade se resolveriam se os pais não limitassem as actividades, as decisões e os desejos dos filhos ao longo do seu crescimento.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

18. Ao longo do meu crescimento, os meus pais fizeram-me saber quais os comportamentos que esperavam de mim e, se eu não estivesse à altura das suas expectativas, castigavam-me.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

19. Ao longo do meu crescimento, os meus pais permitiam que eu decidisse a maior parte das coisas por mim mesmo, sem grande orientação da sua parte.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

20. Ao longo do meu crescimento, nas decisões familiares, os meus pais tinham em consideração a opinião dos filhos, mas não decidiam só porque eles assim o queriam.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

21. Ao longo do meu crescimento, os meus pais não se consideravam responsáveis por dirigir e orientar o meu comportamento.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

1 Discordo fortemente	2 Discordo	3 Não concordo nem discordo	4 Concordo	5 Concordo fortemente
--	-----------------------------	--	-----------------------------	--

22. Durante o meu crescimento, os meus pais tinham normas claras de comportamento para as crianças da casa, mas estavam dispostos a ajustar essas normas às necessidades de cada criança da família.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

23. Ao longo do meu crescimento, os meus pais deram-me directivas sobre o meu comportamento e as minhas actividades e esperavam que eu as seguisse, mas estavam sempre prontos a ouvir as minhas preocupações e a discutir comigo essas orientações.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

24. Ao longo do meu crescimento, os meus pais permitiam que eu formasse a minha própria opinião sobre os assuntos familiares e, geralmente, permitiam que eu decidisse, por mim próprio, o que fazer.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

25. Os meus pais sempre acharam que a maioria dos problemas sociais se resolveriam se os pais lidassem com os seus filhos de modo determinado e forte, quando eles não fazem o que devem fazer enquanto estão a crescer.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

26. Ao longo do meu crescimento, os meus pais disseram-me, muitas vezes e exactamente, o que queriam que eu fizesse e como esperavam que eu o fizesse.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

27. Ao longo do meu crescimento, os meus pais deram-me orientações claras para os meus comportamentos e para as minhas actividades, mas também eram compreensivos quando eu discordava deles.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

28. Durante o meu crescimento, os meus pais não orientaram os meus comportamentos, as minhas actividades e os meus desejos de criança.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

29. Ao longo do meu crescimento, eu sabia o que os meus pais esperavam de mim em relação à família e eles insistiam que eu me conformasse com essas expectativas, simplesmente por respeito à sua autoridade.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

30. Na família, ao longo do meu crescimento, sempre que os meus pais tomavam uma decisão que me magoasse, estavam dispostos a discuti-la comigo e a admitir o erro, caso o tivessem cometido.	PAI	1	2	3	4	5
	MÃE	1	2	3	4	5

