



UNIVERSIDADE DE LISBOA



FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

DETERMINAÇÃO, IDENTIDADE ATLÉTICA E PERSONALIDADE EM  
PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE GINÁSTICA RÍTMICA

Dissertação elaborada com vista à obtenção do Grau Mestre em Treino de Alto  
Rendimento

Orientador: Professor Doutor António Fernando Boleto Rosado

Júri:

Presidente:

Professor Doutor Nuno Miguel da Silva Januário

Vogais:

Professora Doutora Túlia Rute Maia Cabrita

Professora Doutora Andréa Duarte Pesca

Professor Doutor António Fernando Boleto Rosado

Anelise Atkinson da Cunha

2017

## AGRADECIMENTOS

---

Aos meus amados pais Adauto Romalino da Cunha e Marisa Almira Atkinson da Cunha por terem me dado todo o apoio e suporte desde sempre para que eu pudesse realizar meus sonhos. Com vocês eu posso sempre fazer muito mais.

Aos meus irmãos Anderson e Aline que me apoiaram durante todo o curso. Vocês me ensinaram, desde pequena, o caminho mais fácil da vida.

Aos meus padrinhos Aldori e Andréia, que me ajudaram e acreditaram que meu sonho era também de outras pessoas. Obrigada por me apoiarem em todos os meus voos.

Ao meu orientador Dr. António Fernando Boleto Rosado, por ter me aceitado como aluna e me orientado de forma leve a pesquisa. Gratidão por tudo que aprendi. Fostes o melhor professor que tive.

A minha coorientadora e amiga Dr<sup>a</sup>. Andréa Duarte Pesca, que acreditou mais em meu potencial do que eu mesma e como presente de aniversário, apareceu para abrir meus horizontes e indicar bons caminhos a serem seguidos. Gratidão pela amizade e confiança.

As minhas amigas Schirlei, Juliana e Ana, que me mostraram que a distância está no coração. Vocês me ensinaram que apesar dos caminhos serem diferentes, estaremos sempre juntas.

Aos amigos de curso Álvaro e Igor, que me ajudaram a não me sentir tão estrangeira. Obrigada pela parceria e por todas as risadas durante o curso.

A amiga Catarina, que me ajudou a realizar a pesquisa e nos momentos que estive sozinha em Lisboa. Me fizeste acreditar que nunca estamos sós.

As gaúchas mais lindas de Lisboa: Michelle, Jordana e Marina. Vocês me ajudaram a minimizar a saudade e me ensinaram a acreditar na amizade. Obrigada por todos os momentos juntas.

A minha querida amiga Gabriela, que me ajudou na pesquisa e me ensinou que grandes amizades e coisas boas da vida podem acontecer em pouco tempo ou ao acaso. Obrigada pelas risadas e parceria.

A Associação de Ginástica Rítmica de Lisboa que me auxiliou a entrar em contato com as treinadoras para poder aplicar os questionários.

E por fim, a todas participantes dos estudos, vocês são a alma da minha pesquisa. Sem vocês eu não conseguiria!

## RESUMO

---

A personalidade pode representar papel importante no desempenho desportivo e exerce uma forte contribuição para a formação da identidade dos sujeitos (Costa & McCrae, 1992). A determinação (Grit), é definida como perseverança e paixão para metas a longo prazo, é um traço de personalidade diferencial que faz com que os indivíduos com coeficiente de inteligência equiparados possam alcançar o sucesso (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). A presente pesquisa teve como objetivo analisar as relações entre os constructos psicológicos Determinação, Identidade Atlética (IA) e Personalidade entre praticantes e não praticantes de Ginástica Rítmica (GR). Para alcançar este objetivo, foram realizados três estudos: uma revisão sistemática de literatura com o objetivo de expor um balanço geral do constructo determinação; um estudo que analisou as relações entre os constructos psicológicos e um estudo para analisar as relações entre variáveis de perfil sócio demográfico e determinação. A revisão sistemática de literatura foi composta por 23 artigos que seguiram as diretrizes de Petticrew e Roberts (2006). Participaram no estudo 109 meninas com idade superior a 12 anos ( $M = 14,42$ ; anos  $SD = 2,26$ ) das quais 49 eram praticantes de GR e 60 não eram praticantes. Para mensurar os constructos psicológicos foram utilizados os questionários “Grit Scale” (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007) adaptado para a versão da língua portuguesa em processo de validação fatorial exploratória (Cunha, Rosado & Pesca, 2017) intitulado como Grit Scale – 6 itens; a versão adaptada do “AIMS” de 10 itens na língua portuguesa (Cabrita, Rosado, Leite & Sousa, 2014) e o Inventário de Avaliação da Personalidade NEO-FFI-20 na versão portuguesa (Bertoquini & Ribeiro, 2005). A maior parte dos estudos ainda são de origem norte americana e as pesquisas sugerem relações positivas de determinação com os constructos centrais da Psicologia Positiva, como uma forma de buscar a felicidade através do sucesso e da Psicologia Cognitiva, uma vez que os estudos apontam que a determinação está relacionada a conscienciosidade, uma das dimensões da Personalidade. Após análises de correlação de Pearson e ANOVA “one-way” foi constatado que Determinação, IA e Personalidade obtiveram relações positivas e significativas. Adicionalmente, as dimensões conscienciosidade e extroversão, dos traços de personalidade, também foram relacionadas com a determinação. Apenas a prática desportiva foi fator determinante para níveis de determinação mais elevados. A escassez de referências aponta a necessidade de futuras pesquisas sobre a determinação uma vez que há resultados divergentes na literatura e lacunas a serem preenchidas principalmente no âmbito desportivo. O desporto alavanca níveis de determinação e este traço está relacionado a personalidade e a identidade do atleta.

Palavras-chave: Determinação, Identidade Atlética, Personalidade, Ginástica Rítmica, Psicologia Desportiva.

---

## ABSTRACT

---

The personality may an important role in sports performance and can make a strong contribution to the formation of the subjects' identity (Costa & Mc Crae, 1992). *Grit* is perseverance and passion for long-term goals, and is a trait of differential personality that makes people with equal IQs achieve success (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). The aim of present research was to analyze the relations between the psychological constructs *Grit*, Athletic Identity and Personality between gymnasts and non-gymnasts of Rhythmic Gymnastics (GR). To achieve this goal, three studies were carried out: a systematic review of literature with the objective of exposing a general balance of the *grit* construct; A study that analyzed the relationships between psychological constructs and a study to analyze the relationships between profile variables and *grit*. 109 girls aged 12 years and over ( $M = 14.42$ ; years  $SD = 2.26$ ) were studied. Of these, 49 were RG gminasts and 60 were non-gymnasts, and 23 studies comprised a systematic literature review in which they followed guidelines the Petticrew & Roberts (2006). The measure the psychological constructs, the "*Grit Scale*" (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly (2007) were used questionnaires adapted to the Portuguese language version in the validation process (Cunha, Rosado & Pesca, 2017); The adapted version of the "*AIMS*" of 10 ítems in the Portuguese language (Cabrita, Rosado, Leite & Sousa, 2014) and the NEO-FFI-20 personality assessment inventory in the Portuguese version (Bertoquini and Ribeiro, 2005). Most studies are still of American origin, and research suggests positive *gritting* relationships with the central constructs of positivist psychology, as a way of pursuing happiness through success, and cognitive psychology since studies point out that *grit* is related to Conscientiousness. After analysis of Pearson correlation and ANOVA one-way, *Grit*, AI and Personality obtained positive and significant relationships. Additionally, the dimensions of conscientiousness and extraversion of personality traits were also related to the *grit*. Only sporting practice was a determining factor for higher *grit* levels. The scarcity of references indicates the need for future research on the *grit* since there are divergent results in the literature and gaps to be filled mainly in the sports field. The sport leverages levels of *grit* and this trait is related to personality and the identity of the athlete.

Key words: *Grit*, Athletic Identity, Personality, Rhythmic Gymnastics, Sport Psychology.

---

## Índice

Lista de Tabelas.....	VII
Lista de Figuras.....	VIII
Lista de Anexos.....	IX
RESUMO.....	III
ABSTRACT.....	IV
<b>Capítulo I.....</b>	<b>1</b>
Introdução Geral.....	2
Introdução Geral.....	2
Estrutura da dissertação.....	4
<b>Capítulo II.....</b>	<b>5</b>
<b>Determinação: Uma revisão sistemática de literatura.....</b>	<b>5</b>
Resumo.....	6
Abstract.....	7
Método.....	12
Resultados.....	15
Discussão.....	27
Referências.....	32
<b>Capítulo III.....</b>	<b>37</b>
<b>Determinação (Grit), Identidade Atlética e Personalidade: Um estudo correlacional em ginastas e não praticantes de Ginástica Rítmica com idade superior a 12 ano.....</b>	<b>37</b>
Resumo.....	38
Abstract.....	39
Método.....	48
Resultados.....	52
Discussão.....	56
Referências.....	59
<b>Capítulo IV.....</b>	<b>66</b>
<b>Relações entre determinação e variáveis de perfil sócio demográfico em atletas de Ginástica Rítmica e não praticantes com idade superior a 12 anos.....</b>	<b>66</b>
Resumo.....	67
Abstract.....	68
Método.....	72
Resultados.....	75
Discussão.....	80
Referências.....	83

<i>Capítulo V</i> .....	<b>86</b>
<b>Discussão Final</b> .....	<b>86</b>
Discussão Final.....	87
Referências Finais.....	90
Anexos.....	92

## de Tabelas

<b>Tabela 1.</b> Frequência dos questionários utilizados.....	18
<b>Tabela 2.</b> Características dos estudos sobre Determinação – Autores, Ano de publicação, Constructo, Tipo, Objetivos, Instrumentos, Participantes, Conclusões, Limitações e Sugestões.....	19
<b>Tabela 3.</b> Frequência por faixa etária das não praticantes de GR e ginastas.....	49
<b>Tabela 4.</b> Frequência por nível escolar e vínculo federativo.....	53
<b>Tabela 5.</b> Frequência dos desportos praticados pela amostra.....	53
<b>Tabela 6.</b> Dados de estatística descritiva.....	54
<b>Tabela 7.</b> Correlação de Pearson entre as variáveis contínuas, dimensões das escalas e pontuação global das escalas psicométricas.....	55
<b>Tabela 8.</b> Frequência por faixa etária das não praticantes de GR e ginastas .....	73
<b>Tabela 9.</b> Frequência por nível escolar e vínculo federativo .....	75
<b>Tabela 10.</b> Frequência dos desportos praticados pela amostra .....	75
<b>Tabela 11.</b> Dados descritivos para anos de prática desportiva; Média de determinação por: faixa etária, vínculo federativo, prática desportiva e escolaridade .....	76
<b>Tabela 12.</b> ANOVA “one-way” para Média de Determinação .....	77
<b>Tabela 13.</b> Resultados “post hoc” para a variável dependente Determinação e Fator federação.....	78
<b>Tabela 14.</b> Resultados “post hoc” para a variável dependente Determinação e fator tipo de prática.....	79
<b>Tabela 15.</b> Correlações entre as variáveis anos de prática e determinação .....	80
<b>Tabela 16.</b> Panorama dos estudos.....	87
<b>Tabela 17.</b> Escalas, respectivas dimensões e descrições dos itens.....	99

## Lista de Figuras

<b>Figura 1.</b> Nove passos da Revisão Sistemática .....	13
<b>Figura 2.</b> Fluxograma da seleção dos artigos que compuseram a Revisão Sistemática.....	14



## **Lista de anexos**

Questionários.....	93
Escala AIMS – versão na língua portuguesa (Cabrita et al. 2014) para mensurar a Identidade Atlética.....	100