

## **RETREINAMENTO DAS ATRIBUIÇÕES DE SUCESSO E FRACASSO NO ESPORTE: UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA**

Professora Dr.<sup>a</sup> Rossana Travassos Benck

A motivação do comportamento do atleta, assim como de todo comportamento humano, decorre de complexas interações de fatores intrínsecos e extrínsecos que determinam sua intensidade, direção e persistência para um determinado objetivo.

Compreender a motivação, suas manifestações, seus determinantes e consequências é fundamental para atletas e seus treinadores. Níveis cada vez mais altos de desempenho estão necessariamente associados a níveis motivacionais elevados (WEINBERG E GOULD, 2007, ELLIOT & DEWICK, 2005 E ROBERTS, 2001).

Dentre os fatores pessoais, as razões atribuídas pelo indivíduo como causas para seu comportamento são determinantes para iniciar e manter uma ação motivada. O processo atribucional diz respeito à maneira como as pessoas “atribuem” causas aos eventos e como esta definição de causas afeta suas motivações. Ao fazer uma atribuição, o indivíduo elabora explicações causais para o comportamento dos outros, de si próprio e para todo tipo de fenômeno.

A crença na importância das atribuições sobre as reações ao sucesso e ao fracasso e, particularmente, na recuperação de um fracasso, torna imprescindível o desenvolvimento de métodos e estratégias pedagógicas de intervenção, num esforço para mudar as atribuições, de forma a corrigir os comportamentos subsequentes, tornando-os mais positivos. Como se tratam de inferências e interpretações subjetivas pode-se tentar interferir realizando-se o que se denomina de retreinamento cognitivo-atribucional.

Vários estudos motivacionais (BIDDLE ET AL., 2001, REES ET AL., 2005, VENTURA E SOUZA, 2003 E BENCK, 2006) indicaram de forma significativa que a motivação intrínseca, além de ter relação direta, pode ser decisivamente influenciada pelo clima motivacional estabelecido pelo treinador, pelas orientações às metas do próprio atleta e pela influência cognitiva e afetiva que as atribuições de causalidade provocam na percepção de sucesso e fracasso.

A orientação às metas diz respeito à maneira como o atleta avalia o próprio desempenho. São observados dois tipos de orientações: (1) atleta orientado à tarefa o qual avalia seu desempenho em função da atividade em si, busca a auto-superação, enfatiza o esforço para obter sucesso e sua motivação intrínseca é alta e (2) atleta orientado ao ego o qual avalia seu desempenho em função do resultado, relaciona o êxito ao vencer e sua motivação extrínseca é maior. Segundo Hanrahan e Gross (2005) as orientações às metas influenciam cognitivamente e afetivamente as atribuições das causas do desempenho, a percepção de competência e, conseqüentemente, a motivação intrínseca.

O clima motivacional estabelecido por treinadores, pais e pares permeia a estrutura de recompensas que atua sobre o esportista, destacadamente nas condutas de auto-superação ou de orientação à vitória, podendo, igualmente, influenciar as orientações às metas dos atletas.

A ansiedade, diz respeito à expressão de um estado emocional negativo caracterizado por nervosismo, preocupação e apreensão, e está associado com a ativação ou a agitação do corpo (WEINBERG E GOULD, 2007). Estão presentes nesse estado emocional, componentes cognitivos, somáticos e comportamentais.

Com a intenção de se criar estratégias eficazes para contribuir e orientar na preparação dos atletas elaborou-se um programa de retreinamento atribucional que visa alterar as atribuições impróprias que podem provocar danos aos atletas e levar a déficits cognitivos, emocionais ou comportamentais. Nesse programa se considera que o treinador é o árbitro fundamental de qualquer relação multidisciplinar no treinamento desportivo dado que ele garante a direção pedagógica do processo (VALDÉS, 1996). O treinador ao fazer seu trabalho numa direção educativa apropriada pode, indiscutivelmente, contribuir para que o atleta valorize seu próprio esforço, sua perseverança e o desenvolvimento de suas próprias habilidades, garantindo e demonstrando que indivíduos motivados intrinsecamente têm fortes sentimentos de causalidade e atribuem as mudanças produzidas em seu contexto às suas próprias ações, ou seja, aumentam sua percepção de controlabilidade pessoal (BENCK, 2006).

Ao se desenvolver e adequar atribuições de causalidade, pode-se afetar a percepção de sucesso e fracasso e otimizar as capacidades dos atletas, favorecendo pensamentos mais positivos e orientados ao futuro, influenciando o atleta para que este alcance o melhor rendimento possível.

Professora Dr.<sup>a</sup> Rossana Travassos Benck  
Universidade de Brasília – UnB/Faculdade de Educação Física – FEF