

Autores: Bruna Merino Choma¹; Warley Junio Santos da Silveira²; Emanoele Pereira Nascimento³; Me. Elaine Cristina Destefani Manso⁴; Dr Marcelo Callegari Zanetti⁵

^{1, 3, 4, 5} Universidade São Judas Tadeu; ²Centro Universitário UNA/BETIM; ^{1, 3, 4, 5}Educação Física, ²Enfermagem
¹bruna.choma02@gmail.com; ²warley12junio@dmil.com; ³emanu.nascimento1204@gmail.com; ⁴elainedestefani31@gmail.com; ⁵marcelo.zanetti@saojudas.br

Introdução

A literatura aponta que a prática da dança pode contribuir para promover interação social, diminuição da ansiedade, melhora da autoestima e gerar melhoria no bem-estar psicológico. No entanto, ambientes destinados à prática da dança podem gerar percepções, sentimentos e comportamentos diversos devido a alguns fatores. Neste sentido a comparação social pode influenciar percepções em relação à aparência e função física nos praticantes de dança desencadeando julgamentos, experiências e comportamentos nem sempre positivos. Considerando o arcabouço teórico da Teoria da Autodeterminação, que explica a motivação por meio de um *continuum* de autodeterminação que envolve diferentes níveis de autonomia (regulações controladas e autônomas) e ainda que tais regulações são associadas à satisfação das necessidades psicológicas básicas (NPB) de autonomia, competência e relações sociais, este estudo se propõe a buscar entender a relação entre a comparação social, a motivação autodeterminada e as NPB no contexto competitivo e não competitivo na prática da dança.

Objetivos

GERAL: Verificar as percepções de aspectos da comparação social e fatores motivacionais para a prática da dança no contexto competitivo e não-competitivo.

ESPECÍFICOS: Identificar aspectos da comparação social no que se refere a razões, padrões e consequências da prática; Verificar a regulação motivacional autodeterminada das praticantes de dança; Identificar as percepções de satisfação, insatisfação e frustração das necessidades psicológicas básicas no contexto da dança; Conhecer os sentimentos associados à comparação social e à motivação das praticantes de dança no contexto competitivo e não-competitivo.

Metodologia

Foi adotado o método de pesquisa qualitativa que tem como propósito aprofundar o entendimento do fenômeno em questão. A amostra foi composta por mulheres adultas com idade superior a 18 anos, escolhidas por conveniência, sendo oito do contexto competitivo e oito não-competitivo, praticantes em academias de ginástica na cidade de São Paulo. Como instrumentos foram utilizados um questionário sociodemográfico que versava sobre: idade, ocupação, nível de escolaridade, tempo de prática e frequência semanal; e uma entrevista semiestruturada pautada nos pressupostos da TAD, cujas questões estão elencadas no quadro 1.

Quadro 1: Entrevista Semiestruturada

1.	No contexto da dança, você costuma se comparar com outras pessoas? Porque se compara? Com quem? Como se percebe e se sente ao se comparar? Justifique sua resposta.
2.	Com relação à sua aparência física, você se compara com outras pessoas nas aulas de dança? Como se sente ao se comparar (melhor/pior)? Justifique sua resposta.
3.	Com relação à sua aptidão física (habilidades), você se compara com outras pessoas durante a prática da dança? Como se sente ao se comparar (melhor/pior)? Justifique sua resposta.
4.	A motivação pode ser definida como um impulso que leva o indivíduo a adotar um determinado comportamento em busca de um objetivo específico. Nesse sentido, o que mais lhe motiva a praticar a dança? Justifique sua resposta.
5.	Como você percebe sua autonomia para praticar a dança? Pratica por vontade própria ou acredita ser influenciada por outras pessoas e/ou interesses? Justifique sua resposta.
6.	Como você percebe sua competência em praticar a dança? Tem dificuldades ou facilidades na realização da atividade? Justifique sua resposta.
7.	Como você percebe sua relação social com outras pessoas no ambiente da dança? Você costuma se aproximar ou se afastar das pessoas? Justifique sua resposta.
8.	Você acredita que a comparação social (aparência e/ou aptidão) influencia sua motivação para a prática da dança? Justifique sua resposta.

Resultados

Como resultados parciais do estudo considerando as participantes do contexto não competitivo, apresentamos os resultados preliminares nos quadros 2, 3 e 4 resultantes da fase de familiarização dos dados da análise temática.

Quadro 2 – Comparação Social

COMPARAÇÃO SOCIAL	APARÊNCIA	Participantes acima do peso afirmaram comparar-se e demonstraram vontade de perder peso: "Pior. Porque eu quero emagrecer, então geralmente tem pessoas mais magras, aí eu me comparo" (CNC06).
	FUNÇÃO (Habilidades)	A maioria referiu comparar-se com o objetivo de evoluir e melhorar a performance: "Sim, um pouco. Porque eu gosto muito de evoluir, eu quero evoluir sempre, então quando eu estou em um ambiente que eu vejo uma pessoa dançando melhor do que eu, eu acabo me comparando com ela, mas é uma comparação em relação realmente à inspiração. Eu desejo realmente dançar bem e evoluir tão quanto aquela pessoa" (CNC07).

Quadro 3 – Motivação

<p align="center">Continuum Motivacional - TAD</p>	<p>A maioria das participantes demonstraram motivar-se intrinsecamente:</p> <p>"Nossa, aí é o sentimento, porque eu amo dançar desde criança, desde pequena. Então, a dança, para mim, ela alivia meu estresse, ela faz eu sair da minha rotina estressante de trancada dentro do escritório. Então, é como se eu fosse para um outro mundo. E a minha motivação é assim, é o meu bem-estar" (CNC01).</p>
---	---

Quadro 4 – Necessidades Psicobiológicas básicas

Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas (NPB)		
AUTONOMIA	COMPETÊNCIA	RELAÇÕES SOCIAIS
A maioria das participantes afirmaram praticar a dança por vontade própria: "Eu pratico por vontade própria, porque eu gosto, danço desde sempre, então é uma coisa que me motiva e que eu gosto de fazer" (CNC05).	A maioria das participantes reportaram facilidade na prática e vontade de evoluir: "Eu acho que eu tenho mais dificuldade, mas como eu gosto, eu acabo indo com tranquilidade, aí fica mais fácil, depois de um tempo. A primeira vez é sempre difícil, mas a segunda vez que eu escuto a música, acaba sendo um pouco mais fácil" (CNC02).	A maioria das participantes afirmaram que a dança oportuniza laços de amizade: "Tranquilo... Eu tenho um bom relacionamento normalmente. Lógico, às vezes a gente fica um pouco intimidado. Mas, de restante, não tenho problema nenhum, não. Eu acho que a gente acaba se aproximando naturalmente" (CNC03).

Conclusões

A comparação social no contexto não-competitivo da dança parece não interferir na motivação para a prática. A maioria das participantes reportaram a satisfação das NPB e motivação mais autônoma, apontando que fatores da comparação social podem ser positivos para o aprimoramento da dança.

Bibliografia

- ADIE, J.W.; DUDA, J.L.; NTOUMANIS, N. **Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory.** Motiv. Emot., v. 32, p. 189–199, 2008.
- BRAUN, V.; CLARKE, V. **Using thematic analysis in psychology.** Qualitative Research in Psychology, v. 3, n. 2, p. 77-101, 2006.
- CASH, T. F., SMOLAK, L. **Body image: A handbook of science, practice, and prevention**(2ª ed.). New York, NY: The Guilford Press, 2011.
- DECI, E.L.; RYAN, R.M. **Intrinsic motivation and self-determination in human behavior.** New York: Plenum Press, 1985.
- EDMUNDS, J. K.; NTOUMANIS, N.; DUDA, J. L. **A test of self-determination theory in the exercise domain.** Journal of Applied Social Psychology, v. 36, p. 2240-2265, 2006.
- GOULIMARIS, D.; MAVRIDIS, G.; GENTI, M.; ROKKA, S. **Relationships between basic psychological needs and psychological well-being in recreational dance activities.** Journal of Physical Education and Sport, v. 14, n. 2, p.277-284, 2014.
- RYAN, R.M.; DECI, E.L. **Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and wellbeing.** The American Psychologist, v. 55, n. 1, p. 68-78, 2000.

Fomento: Brasil Educação S/A.

