

COMPARAÇÃO SOCIAL E MOTIVAÇÃO NO CONTEXTO DA DANÇA: UM OLHAR À PARTIR DA TEORIA DA AUTODETERMINAÇÃO.

Bruna Merino Choma¹, Warley Junio Santos da Silveira², Emanoele Pereira Nascimento³,

Msc. Elaine Destefani⁴ (orientadora); Dr. Marcelo Zanetti⁵ (orientador)

^{1,3,4,5}Universidade São Judas Tadeu, ²Centro Universitário UNA/BETIM

¹bruna.choma02@gmail.com; ²warley17junio@gmail.com;

³emanu.nascimento1204@gmail.com; ⁴elainedestefani31@gmail.com;

⁵marcelo.zanetti@saojudas.com

RESUMO:

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, este estudo buscará compreender as influências da comparação social na motivação para a prática da dança em mulheres nos contextos competitivo e não-competitivo. Este estudo utilizará de uma abordagem qualitativa na qual as participantes serão submetidas à uma entrevista semiestruturada e posteriormente os dados serão analisados mediante as diretrizes da análise temática utilizando o software NVivo Release 1.7 por meio de um processo de codificação dedutivo e indutivo.

INTRODUÇÃO:

A dança é um tipo de atividade física que está diretamente ligada à cultura das sociedades, e ao mesmo tempo atende às necessidades de relaxamento, entretenimento, fuga da rotina diária e mudança no estilo de vida, sendo uma alternativa para a melhoria da condição física e capacidades funcionais, desenvolvimento de relacionamentos e melhoria do bem-estar psicológico (GOULIMARIS et al., 2014). Entretanto, vale ressaltar que os contextos da dança (competitivo e não-competitivo) apresentam dissonâncias nos motivos, objetivos, sentimentos e consequências de sua prática.

Considerando que ambientes como a dança são propensos a oferecer amplas oportunidades para comparação social, tanto de atributos físicos (forma e aparência corporal), bem como funções corporais (habilidades físicas e desempenho) tal processo pode desencadear diversas emoções e atitudes provocadas pela vivência da prática, como orgulho, vergonha, admiração, desprezo, pena ou inveja que podem desencadear comportamentos positivos ou negativos (CASH; SMOLAK, 2011).

Nesse sentido, buscando entender os desfechos da comparação social na motivação para a prática da dança, a Teoria da Autodeterminação (TAD) proporciona fundamentação teórica para a identificação da regulação motivacional e assim a compreender alguns fatores psicológicos que levam à participação da dança em ambos os contextos. A teoria preconiza que a motivação humana é representada por um *continuum* motivacional estando determinado por diferentes níveis de autonomia, sendo essa compreendida por regulações autônomas e controladas, sendo composto por elementos intrínsecos e extrínsecos. Nesse sentido, a motivação controlada é caracterizada por razões externas sendo composta pelas regulações externa e introjetada, enquanto a motivação autônoma é caracterizada pela internalização do comportamento, sendo composta pelas regulações identificada, integrada e motivação intrínseca (DECI; RYAN, 1985; 2000).

Uma outra fundamentação da TAD, por meio de uma de suas microteorias refere que o nível de autodeterminação de uma pessoa está diretamente associado à satisfação de três necessidades psicológicas básicas (NPB) que podem impulsionar o comportamento, que são: a) *autonomia*, ter livre escolha para se envolver em atividades e capacidade de tomada de decisões; b) *competência*, avaliação da capacidade percebida de ser bem-sucedido durante uma tarefa; c) *relações sociais*, sensação de ter uma experiência compartilhada com os outros, sensação de pertencimento (RYAN; DECI 2000). Alguns estudos (ADIE; DUDA; NTOUMANIS, 2008; EDMUNDS; NTOUMANIS; DUDA, 2006) revelaram que a satisfação das NPB promove um maior bem-estar acarretando efeitos positivos em contextos de exercício físico, enquanto a frustração dessas necessidades está associada a uma motivação mais controlada e a consequências inadequadas na saúde e bem-estar.

Por fim, entendemos que o avanço na compreensão dos aspectos psicológicos e a relação com as especificidades da dança podem contribuir para o entendimento do comportamento dos indivíduos relacionados à prática tanto no contexto competitivo como no contexto não-competitivo. Nesse sentido, esse estudo se propõe a buscar entender a relação entre a

comparação social, a motivação autodeterminada e as NPB na dança, de forma a fornecer descobertas que possam auxiliar intervenções para a prática profissional. Esperamos contribuir com a comunidade científica e os profissionais da área, ao apresentar reflexões que possam de alguma forma contribuir para melhor elucidar a influência desses constructos na prática da dança.

Palavras-Chave: Dança, Comparação Social, Motivação autodeterminada.

MÉTODOS:

Considerando os objetivos propostos pelo estudo e suas especificidades, optamos por adotar 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 do contexto não-competitivo, praticantes em academias de ginástica na cidade de São Paulo.

Como instrumentos foram utilizados um questionário sociodemográfico com objetivo de coletar as seguintes informações das participantes: idade, ocupação, nível de escolaridade, tempo de prática e frequência semanal; e uma entrevista semiestruturada pautada nos pressupostos da TAD, cujas questões estão elencadas abaixo:

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.

Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade São Judas (CEP/USJT) (CAAE: 74449523.2.0000.0089, Número do Parecer: 6.332.608). Em seguida iniciou-se a coleta dos dados, na qual as participantes tiveram acesso ao TCLE e ao questionário sociodemográfico via *Google forms*, e após seu preenchimento as entrevistas estão sendo agendadas e realizadas de forma presencial. Até o momento foram realizadas oito entrevistas com as participantes do contexto não-competitivo e as transcrições estão sendo realizadas com suporte do *software Reshape* e posterior conferência e correção pelos pesquisadores.

Após a finalização da coleta de dados, os dados serão analisados com o uso do software NVivo Release 1.7 (NVivo, 2020), por meio de um processo de codificação dedutiva e indutiva. Para a análise dos dados qualitativos será utilizada a análise temática, uma abordagem amplamente utilizada em pesquisas sociais, psicológicas e demais áreas que visa identificar, analisar e relacionar padrões ou temas recorrentes em um conjunto de dados (BRAUN; CLARKE, 2006).

RESULTADOS E DISCUSSÕES:

Como resultados preliminares obtidos na fase de familiarização dos dados da análise temática, a maioria das participantes referiu comparar-se às pessoas do ambiente de prática no sentido de aprimoramento e inspiração. Em relação à comparação por aparência, três participantes afirmaram comparar-se devido estarem acima do peso, enquanto em relação às habilidades físicas a maioria referiu vontade de melhorar. Gostar da atividade foi apontada pela maioria como a motivação da prática, e que realizam por vontade própria, pela satisfação. Muitas apontaram facilidades em relação à prática, enquanto outras que procuram superar as dificuldades e evoluir. Quanto às relações sociais a maioria apontou que o ambiente da dança é fantástico e que oportuniza laços de amizade.

CONCLUSÃO:

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.

REFERÊNCIAS:

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.