

## OS EFEITOS DA MOTIVAÇÃO INTRÍNSECA E AUTOEFICÁCIA NA APRENDIZAGEM MOTORA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

BRENDA DE PINHO BASTOS<sup>1</sup>; SUZETE CHIVIACOWSKY<sup>2</sup>; PRISCILA LOPES CARDOZO<sup>2</sup>; RICARDO DREWS<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – [brenda.bastos@gmail.com](mailto:brenda.bastos@gmail.com)

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – [suzete@ufpel.edu.br](mailto:suzete@ufpel.edu.br); [priscila.cardozo@ufpel.edu.br](mailto:priscila.cardozo@ufpel.edu.br)

<sup>3</sup>Universidade Federal de Uberlândia – [ricardo.drews@ufu.br](mailto:ricardo.drews@ufu.br)

### 1. INTRODUÇÃO

Historicamente, a área da Aprendizagem Motora tem investigado os processos e mecanismos subjacentes a aquisição de habilidades motoras, como também os fatores que a influenciam (TANI et al., 2010). Nas duas últimas décadas, uma série de evidências têm destacado os efeitos da motivação na aprendizagem motora (para uma revisão ver, LEWTHWAITE; WULF, 2012). Estudos têm encontrado que a manipulação de fatores como ameaça de estereótipo (CARDOZO; CHIVIACOWSKY, 2015), concepções de capacidade (DREWS; CHIVIACOWSKY; WULF, 2013) e feedback de comparação social (GONÇALVES et al., 2018) levam a consequências motivacionais e afetam a aquisição de habilidades motoras em diferentes populações.

Dentre os efeitos motivacionais associados a esses fatores, a motivação intrínseca - indivíduo executa uma atividade por prazer e satisfação inerente (DECI; RYAN, 2000, 2008) - e a autoeficácia - percepção do indivíduo em relação a sua capacidade de produzir um resultado desejado na tarefa a ser executada (BANDURA, 1977) - tem sido indicada como mecanismos mediadores a aprendizagem motora. Ainda não está completamente esclarecido, até o momento, quais instrumentos vêm sendo mais utilizados para esta finalidade e o grau em que a motivação intrínseca e a autoeficácia impactam a aprendizagem motora. Diante do exposto, o presente estudo teve como objetivo analisar sistematicamente estudos que investigaram a motivação intrínseca e autoeficácia no processo de aquisição de habilidades motoras.

### 2. METODOLOGIA

Realizou-se uma revisão sistemática de acordo com critérios do *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-analyses: The PRISMA Statement* (PRISMA) (MOHER et al., 2010).

#### 2.1 Estratégia de busca dos artigos

As buscas dos artigos ocorreram nas bases de dados eletrônicas MEDLINE via Pubmed, Web of Science, Scopus (Elsevier), SPORTDiscus e PsylINFO. Como estratégia de busca foi utilizado o cruzamento dos termos “*motor learning*” OR “*motor skill acquisition*” AND “*self-efficacy*”, “*motivation*”, “*perceived competence*”; “*enhanced expectancies*”, totalizando oito buscas em cada base.

As buscas foram realizadas entre os meses de março e abril de 2021, limitadas à língua inglesa, apenas em publicações em revistas científicas e sem restrições de ano.

#### 2.2 Critérios de elegibilidade dos artigos

Os critérios de inclusão dos artigos adotados foram apresentar os descritores selecionados no título, resumo ou palavras-chaves; ser publicado até a data de abril de 2021; apresentar o texto integral dos artigos pelo meio online; apresentar testes para avaliar a aprendizagem motora (retenção e/ou transferência); apresentar em sua metodologia medidas referentes aos níveis de motivação intrínseca e/ou autoeficácia. Em contrapartida, os critérios de exclusão foram publicações de livros, capítulos de livros, teses e dissertações; artigos de revisão; conferências, artigos publicados em anais e resumos de congressos.

### 2.3 Seleção dos estudos e extração de dados

Os procedimentos de busca e seleção dos artigos foram realizados por dois pesquisadores de forma independente e em caso de discordância, foi debatido entre os avaliadores até alcançar um parecer final. A análise inicial constou da leitura dos títulos e resumos dos artigos. Na fase seguinte, todos os artigos selecionados pelo resumo foram examinados na íntegra de acordo com os critérios de inclusão estabelecidos.

### 2.4 Análise e apresentação dos dados

Os dados referentes a produção científica no período temporal analisado, os autores da publicação, objetivo do estudo, faixa etária da população, instrumentos utilizados para mensuração da motivação intrínseca e/ou autoeficácia e seus resultados mais relevantes foram organizados em uma planilha do *Microsoft Office Excel*. Os dados foram analisados com base em estatística descritiva dos valores absolutos (N) e relativos (%).

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 1338 estudos, sendo inicialmente excluídos 945 estudos duplicados. Dos 324 artigos restantes, foram excluídos 255 estudos pela análise dos títulos e resumos por não contemplarem a temática ou objetivos do estudo. Após a leitura na íntegra dos 69 artigos restantes, foram excluídos 40 artigos por não se adequarem aos critérios de inclusão citados na metodologia. Deste modo, 29 artigos atenderam os critérios de inclusão e foram incluídos na revisão.

O primeiro estudo foi encontrado no ano de 1985, mas o aumento de estudos com análises da motivação intrínseca e autoeficácia na aprendizagem motora se deu após o ano de 2016, com maior número de publicações no ano de 2020 (Figura 1). Em relação as populações investigadas, a maioria dos estudos apresentou amostras compostas por adultos, seguidas de crianças e, em menor número, adolescentes e idosos (Figura 2). As idades das populações analisadas nos estudos variaram de 7 a 67 anos.

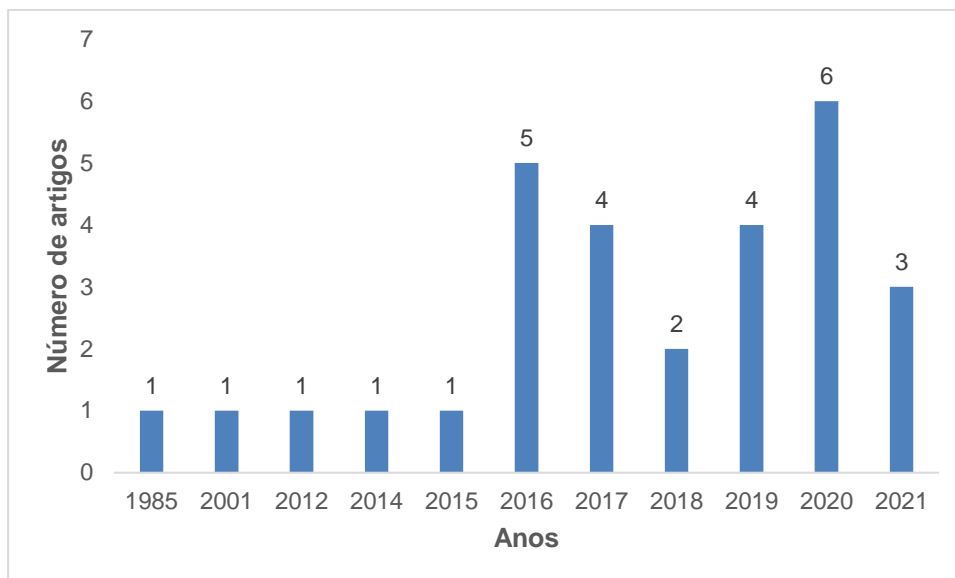


Figura 1 - Número de artigos analisando a motivação intrínseca e autoeficácia na aprendizagem motora ao longo dos anos

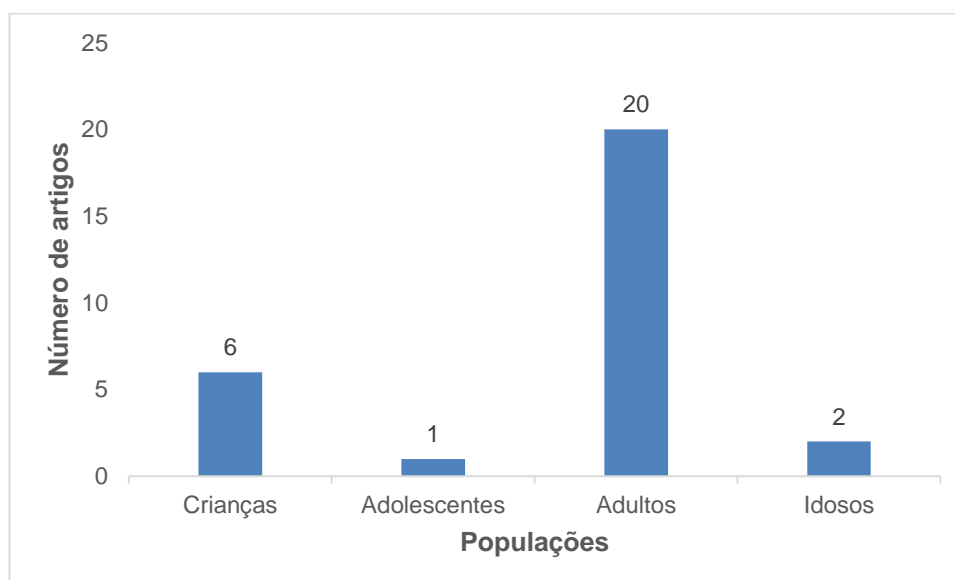


Figura 2 – Número de artigos analisando a motivação intrínseca e autoeficácia na aprendizagem motora considerando a faixa etária

No que diz respeito aos instrumentos utilizados para analisar a motivação intrínseca e autoeficácia, a maior parte dos estudos utilizou o questionário *Intrinsic Motivation Inventory* (IMI; MCAULEY; DUNCAN; TAMMEN, 1989) em sua totalidade ou em subsescalas, seguido pelo questionário de autoeficácia de Bandura (2006). Além destes, alguns estudos utilizaram questionários que combinaram ambos os instrumentos. Em sua maioria, os estudos revelaram efeitos positivos da motivação intrínseca e da autoeficácia na aprendizagem motora. Esses achados corroboram uma série de evidências que tem apontado efeitos motivacionais na aprendizagem motora (WULF; LEWTHWAITE, 2016). Criar condições de prática que forneçam suporte a necessidade de competência, autonomia e relacionamento social do aprendiz revelou impactar positivamente a autoeficácia e a motivação intrínseca e consequente aprendizagem motora dos aprendizes. Ainda, estudos

reportaram a autoeficácia como preditora do desempenho (por exemplo, WULF; CHIVIAKOWSKY; CARDOZO, 2014).

#### 4. CONCLUSÕES

Os resultados permitem concluir que a motivação intrínseca e autoeficácia afetam a aquisição de habilidades motoras. Esses resultados ressaltam a importância da motivação na aprendizagem motora. O número de estudos encontrados aponta a necessidade de mais investigações analisando estas variáveis na aprendizagem motora em outras populações (por exemplo, adolescentes e idosos) e na aquisição de diferentes habilidades motoras.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BANDURA, A. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. **Psychological Review**, v. 84, n. 2, p. 191-215, 1977.
- BANDURA, A. Guide for constructing self-efficacy scales. In: PAJARES, F.; URDAN, T. (Eds.). **Self-efficacy beliefs of adolescents**, Greenwich, CT: Information Age Publishing, 2006.
- CARDOZO, P. L.; CHIVIAKOWSKY, S. Overweight stereotype threat negatively impacts the learning of a balance task. **Journal of Motor Learning and Development**, v. 3, n. 2, p. 140-150, 2015.
- DECI, E. L.; RYAN, R. M. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. **Psychological Inquiry**, v. 11, n. 4, p. 227-268, 2000.
- DECI, E.; RYAN, R. Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health. **Canadian Psychology**, v. 49, n. 3, p. 182-185, 2008.
- DREWS, R.; CHIVIAKOWSKY, S.; WULF, G. Children's motor skill learning is influenced by their conceptions of ability. **Journal of Motor Learning and Development**, v. 1, n. 2, p. 38-44, 2013.
- GONÇALVES, G. S.; CARDOZO, P. L.; VALENTINI, N. C.; CHIVIAKOWSKY, S. Enhancing expectancies through positive comparative feedback facilitates the learning of basketball free throw in children. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 36, p. 174-177, 2018.
- LEWTHWAITE, R.; WULF, G. Motor learning through a motivational lens. In: HODGES, N. J.; WILLIAMS, A. M. (Eds.). **Skill acquisition in sport: research, theory & practice**. London: Routledge, 2012. p. 173-191.
- MOHER, D. et al. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. **International Journal of Surgery**, v. 8, n. 5, p. 336-341, 2010.
- TANI, G.; MEIRA JUNIOR, C. M.; UGRINOWITSCH, H.; BENDA, R. N.; CHIVIAKOWSKY, S.; CORRÊA, U. C. Pesquisa na área de comportamento motor: Modelos teóricos, métodos de investigação, instrumentos de análise, desafios, tendências e perspectivas. **Revista da Educação Física**, v. 21, n. 3, p. 329-380, 2010.
- WULF, G.; CHIVIAKOWSKY, S.; CARDOZO, P. L. Additive benefits of autonomy support and enhanced expectancies for motor learning. **Human Movement Science**, v. 37, p. 12-20, 2014.
- WULF, G.; LEWTHWAITE, R. Optimizing performance through intrinsic motivation and attention for learning: The OPTIMAL theory of motor learning. **Psychonomic Bulletin and Review**, v. 23, n. 5, p. 1382-1414, 2016.