

## RESILIÊNCIA, AUTOEFICÁCIA E MOTIVAÇÃO COMO CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS POSITIVAS DE BAILARINOS ALUNOS E PROFISSIONAIS<sup>1</sup>

### RESILIENCE, SELF-EFFICACY AND MOTIVATION AS POSITIVE PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENT AND PROFESSIONAL DANCERS

Tatyanne Roiek Lazier Leão<sup>1</sup>, Luciana Ferreira<sup>1</sup>, Cleber Mena Leão Junior<sup>1</sup> e José Luiz Lopes Vieira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Estadual de Maringá, Maringá-PR, Brasil.

<sup>2</sup>Universidad Católica del Maule, Talca, Chile.

#### RESUMO

Esta pesquisa analisa as variáveis psicológicas resiliência, autoeficácia e motivação de 112 alunos da Escola de Dança do Teatro Guaíra, 15 bailarinos profissionais do Balé Teatro Guaíra e 08 bailarinos profissionais do G2 Cia de Dança, totalizando 135 bailarinos. A avaliação das variáveis psicológicas foi realizada por meio de quatro questionários, Escala de Resiliência, Escala de autoeficácia geral percebida, Escala de autoeficácia para bailarinos e Escala de Motivação para o Esporte II. Para análise de dados utilizou-se: Análise de Clusters hierárquica com o método Ward's method e o teste Mann-Whitney. Os resultados que mostraram que alunos e profissionais possuem níveis semelhantes para a motivação e distintos nas categorias de *amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida e autoconfiança, capacidade de adaptação a situações* da resiliência e na autoeficácia *psicológica*. Os resultados da análise de clusters identificou que grupo de bailarinos alunos que apresentam características semelhantes, estiveram divididos em três Clusters denominados de, "predominante", "intermediário" e "minoritário", enquanto que o grupo de bailarinos profissionais são divididos em dois grupos "maior" e "menor". Conclui-se que tanto bailarinos alunos e profissionais da dança apresentaram altos índices de resiliência, autoeficácia e motivação, estes resultados permitem afirmar que a dança tem um papel importante na construção de um perfil psicológico positivo.

**Palavras-chave:** Bailarinos. Dança. Psicologia.

#### ABSTRACT

This research analyzes psychological variables resilience, self-efficacy and motivation of 112 students from the Escola de Dança do Teatro Guaíra took part in this study, 15 professional dancers from Balé Teatro Guaíra and 08 professional dancers from G2 Cia de Dança, totaling 135 dancers. The evaluation of psychological variables was performed using four questionnaires, Resilience Scale, Perceived General Self-Efficacy Scale, Dancers' Self-Efficacy Scale, Sport Motivation Scale II. For data analysis were used: Hierarchical Cluster Analysis with the Ward's method, and Mann-Whitney test. The results showed that students and professionals have similar levels of motivation and divergence in the category of friendship, personal fulfillment, satisfaction, meaning of life and self-confidence, ability to adapt to situations of resilience and psychological self-efficacy. The results of the cluster analysis identified that a group of student dancers with similar characteristics were divided into three clusters, "predominant", "intermediate" and "minority", while the group of professional dancers is divided into two groups "minor" and "major". It was concluded that both student dancers and dance professionals showed high values in the dimensions of the psychological variables of resilience, self-efficacy and motivation, these results allow us to affirm that dance has an important role in the construction of a positive psychological profile.

**Keywords:** Dancers. Dance. Psychology.

## Introdução

O cinema tem sido um meio de veiculação midiática no qual a dança é o tema em filmes que tiveram grande destaque nas últimas décadas, *Dirty Dancing - Ritmo Quente* lançado em 1987, *Billy Elliot* em 2000, além dos famosos filmes de animação, como *Barbie e o Quebra Nozes* em 2001, *Barbie e o Lago dos Cisnes* em 2003 ou *Barbie e as doze princesas bailarinas* de 2006, que retratam repertórios famosos do balé clássico.

Além do entretenimento proporcionado o enredo do filme tem grande impacto na percepção das demandas físicas e emocionais vivenciadas por bailarinos em sua busca pela perfeição dos movimentos como demonstrado no filme *Black Swan* (Cisne Negro) lançado no ano de 2011, que trata de uma bailarina clássica que tem a sua realidade distorcida por alucinação

durante a busca de sua meta<sup>2</sup>. O enredo psicológico do filme foi objeto de trabalhos, que tratam de diversos temas como despersonalização, masoquismo<sup>3</sup>, esquizofrenia<sup>4</sup>, abordagens psicanalíticas<sup>5</sup>. Consequentemente, chamou a atenção para discussões sobre as características psicológicas de bailarinos e questões como traços de personalidade.

Na literatura científica averiguou-se que bailarinos apresentam maior nível de ansiedade antes dos espetáculos<sup>6</sup>, que bailarinos amadores e profissionais demonstram graus de ansiedade moderados, diferenciando os aspectos que desencadeiam o estresse nesses grupos, mostrando que as pressões variam de acordo com o gênero e momento da carreira<sup>7</sup>. Assim as principais fontes de estresse para bailarinos amadores estão relacionadas com os colegas, com os coreógrafos e dentre as situações de estresse, destacam-se: o coreógrafo que comete injustiças; coreógrafo que cobra em exagero; preocupação em cometer erros; fofocas no grupo e apresentações de extrema importância<sup>7</sup>.

Com base da literatura pesquisada constata-se uma lacuna que se refere a características psicológicas de bailarinos que possam ser positivas em diferentes fases de seu desenvolvimento como uma estratégia de proteção contra as altas demandas físicas, como o rigor e exigência na busca por excelência<sup>7</sup>, na rotina exaustiva de treinos visando a perfeição<sup>8</sup>, altos índices de lesões de membros inferiores<sup>9,10</sup>. Assim, características positivas podem proporcionar um maior apoio, adaptação e resolução de situações de risco no que diz respeito aos processos cognitivos, emocionais e comportamentais<sup>11,12</sup>.

Nesse sentido, entre as variáveis positivas na área da psicologia do esporte pode-se citar a resiliência que trata-se da capacidade do sujeito de adaptar-se positivamente mesmo após exposto a ameaças, adversidades, ou dificuldades encontradas ao longo de seu desenvolvimento, bem como, a determinação ou autoeficácia apresentada pelos bailarinos que se refere a capacidade que o indivíduo julga ter para executar determinada atividade com alto grau de performance<sup>13</sup>, aliada destas duas variáveis a motivação a motivação intrínseca tem sido associada a maior prazer, satisfação e probabilidade de o indivíduo persistir na atividade por exemplo, a dança<sup>14</sup>.

Com base na busca do conhecimento para caracterizar os aspectos psicológicos positivos determinantes para alta performance do bailarino foi estabelecida a seguinte questão problema: Existem grupos com características psicológicas semelhantes ou distintas entre bailarinos alunos e profissionais de acordo com os níveis de resiliência, autoeficácia e motivação?

## Métodos

Os alunos e bailarinos profissionais do Teatro Guaíra foram convidados a participar deste estudo cross-seccional. Um total de 112 bailarinos participaram do estudo preenchendo aos seguintes critérios de inclusão: (1) o responsável assinou o formulário de consentimento livre e esclarecido; (2) estar participando regularmente das aulas/ensaios; (3) ter idade superior a 10 anos na data do preenchimento do questionário; (4) ser aluno do Teatro Guaíra por pelo menos três anos.

### *Instrumentos*

Para caracterização dos participantes foi elaborado um questionário sociodemográfico contendo a idade, tempo de prática e idade inicial de prática. Foi utilizada a “Escala de Resiliência<sup>15</sup>, validada para o Brasil<sup>16</sup>, contendo 25 questões sendo cada uma respondida em um escala *likert* de sete pontos. As 25 questões são endereçadas a 3 fatores: 1) *amizade, realização pessoal, satisfação e significado da vida*; 2) *independência e determinação*; 3) *auto-confiança e capacidade para se adaptar as situações*.

A Escala de Autoeficácia Geral (GSE)<sup>17</sup> usada foi validada para Brasil<sup>18</sup>, sendo constituída por 10 itens com respostas em uma escala *likert* entre 1 e 4 pontos, relacionadas a noção geral sobre como o indivíduo enfrenta as suas dificuldades diárias e sua capacidade para se adaptar a situações estressantes. Também foi utilizada a Escala de autoeficácia para Bailarinos (AEBAI)<sup>19</sup>, nessa escala, o bailarino deve responder se sente confiante ou não para realizar determinado movimento, sua resposta pode variar de 0% (nenhuma confiança) a 100% (absoluta confiança), numa escala de 0 a 100 pontos. O instrumento é subdividido em duas dimensões denominadas autoeficácia *física* e autoeficácia *psicológica*.

Foi utilizada a Escala de Motivação para o Esporte II (SMS-II), originalmente validada para a língua inglesa<sup>20</sup> e, posteriormente, validada para o Brasil<sup>21</sup>. Esta escala formada por 18 itens distribuídos em seis subescalas: *regulação intrínseca*, *regulação integrada*, *regulação identificada*, *regulação introjetada*, *regulação externa* e *desmotivação*. As respostas são baseadas em uma escala *likert* de 7 pontos, e os resultados apontam para o nível de motivação do indivíduo avaliado.

### *Procedimentos*

Considerando os procedimentos para a coleta de dados adotados, os pesquisadores contataram os sujeitos por meio de uma carta enviada pela Universidade Estadual de Maringá, requisitando a autorização para a realização da pesquisa, que foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa envolvendo seres humanos (número 1.888.309). A coleta de dados foi realizada durante as aulas dos alunos e dos ensaios do bailarinos profissionais, com uma explanação sobre a pesquisa e os possíveis riscos.

### *Análise dos dados*

Com o intuito de identificar bailarinos com características psicológicas semelhantes, foi utilizada a análise de clusters hierárquica com o método *Ward's method*. Para que se pudesse determinar o número que Clusters a serem retidos utilizou-se o *R-squared* e o teste *U* de *Mann-Whitney*. A utilização dos métodos hierárquicos como técnica exploratória que indique o número aceitável de Clusters é uma boa prática estatística, sendo indicada para análise de clusters de sujeitos<sup>22</sup>. Após aplicação da análise foram estabelecidos três grupos de bailarinos alunos denominados: "predominante", "intermediário" e "minoritário" e o dois grupos de bailarinos profissionais denominados: "menor" e "maior". A denominação de cada grupo é apenas devido a quantidade de participantes no grupo, por exemplo, "predominante" foi denominado por ser o grupo com maior quantidade de participantes e "minoritário" foi denominado por ser o grupo com menor quantidade de participantes.

## **Resultados**

Com o objetivo de verificar que características psicológicas semelhantes ou distintas na Tabela 1 é apresentada a comparação dos resultados dos índices de resiliência, autoeficácia e motivação entre os bailarinos alunos e profissionais.

**Tabela 1.** Comparação do nível de resiliência, autoeficácia, motivação, idade, tempo de prática e idade inicial entre bailarinos alunos e profissionais

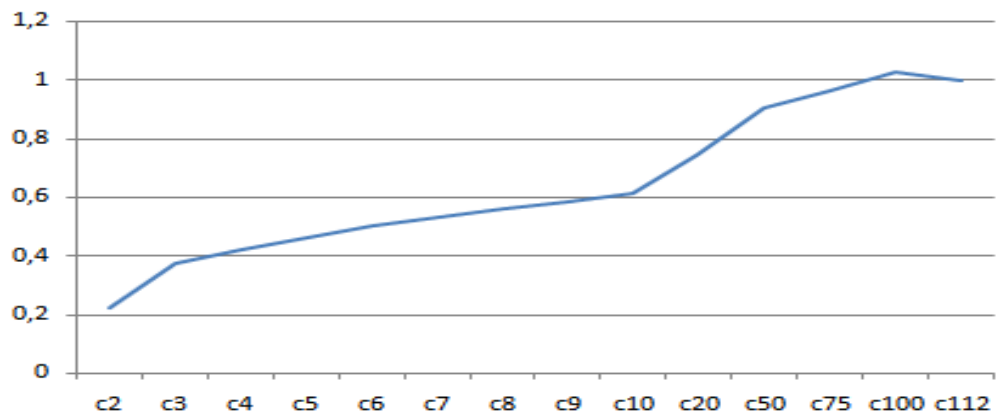
Variáveis	Alunos (n=112) Md (Q1-Q3)	Profissionais (n=23) Md (Q1-Q3)	p
<b>Resiliência</b>			
Amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida	66,0 (60,2-73,0)	71,0 (67,0-76,0)	,01*
Independência e determinação	18,0 (16,0-21,0)	20,0 (18,0-22,0)	,06
Autoconfiança, capacidade de adaptação a situações	23,5 (20,0-27,0)	28,0 (24,0-31,0)	,00*
<b>Autoeficácia</b>			
Geral Percebida	22,0 (19,0-25,0)	25,0 (23,0-27,0)	,00*
Física	470,0 (382,5-537,5)	520,0 (420,0-580,0)	,15
Psicológica	650,0 (570,0-710,0)	750,0 (730,0-770,0)	,00*
<b>Motivação</b>			
Intrínseca	5,3 (4,3-6,0)	5,6 (4,0-6,0)	,97
Integrada	5,3 (4,0-6,0)	5,3 (4,3-6,0)	,78
Identificada	5,0 (4,0-5,6)	5,0 (4,6-6,0)	,47
Introjetada	4,3 (3,4-5,2)	4,3 (4,0-6,0)	,24
Externa	0,7 (0,0-2,0)	1,3 (0,0-2,0)	,43
Desmotivação	0,8 (0,0-2,0)	0,0 (0,0-2,0)	,29
<b>Sócio-demográficas</b>			
Idade (anos)	14,0 (11,3-18,0)	36,0 (27,0-52,0)	-
Tempo de Prática (anos)	6,0 (5,0-10,0)	29,0 (18,0-36,0)	-
Idade Inicial (anos)	6,0 (4,0-11,0)	11,0 (6,0-16,0)	-

Nota: \*p&lt;0,05

Fonte: Os autores

Os resultados revelaram que a resiliência dos bailarinos profissionais é significativamente superior nas dimensões *amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida e autoconfiança, capacidade de adaptação a situações*. Em relação a autoeficácia os bailarinos profissionais demonstram resultados superiores na autoeficácia *geral percebida e psicológica*. Quanto a motivação os bailarinos profissionais se mostraram mais motivados tanto intrínseca quanto extrinsecamente, e com nível de desmotivação inferior aos alunos embora não existam diferenças estatisticamente significativas entre os grupos. As características demográficas dos bailarinos profissionais são marcadas pela idade média de 36.0 anos com tempo de prática médio de 29,0 anos e idade de início na dança entre seis e dezesseis anos.

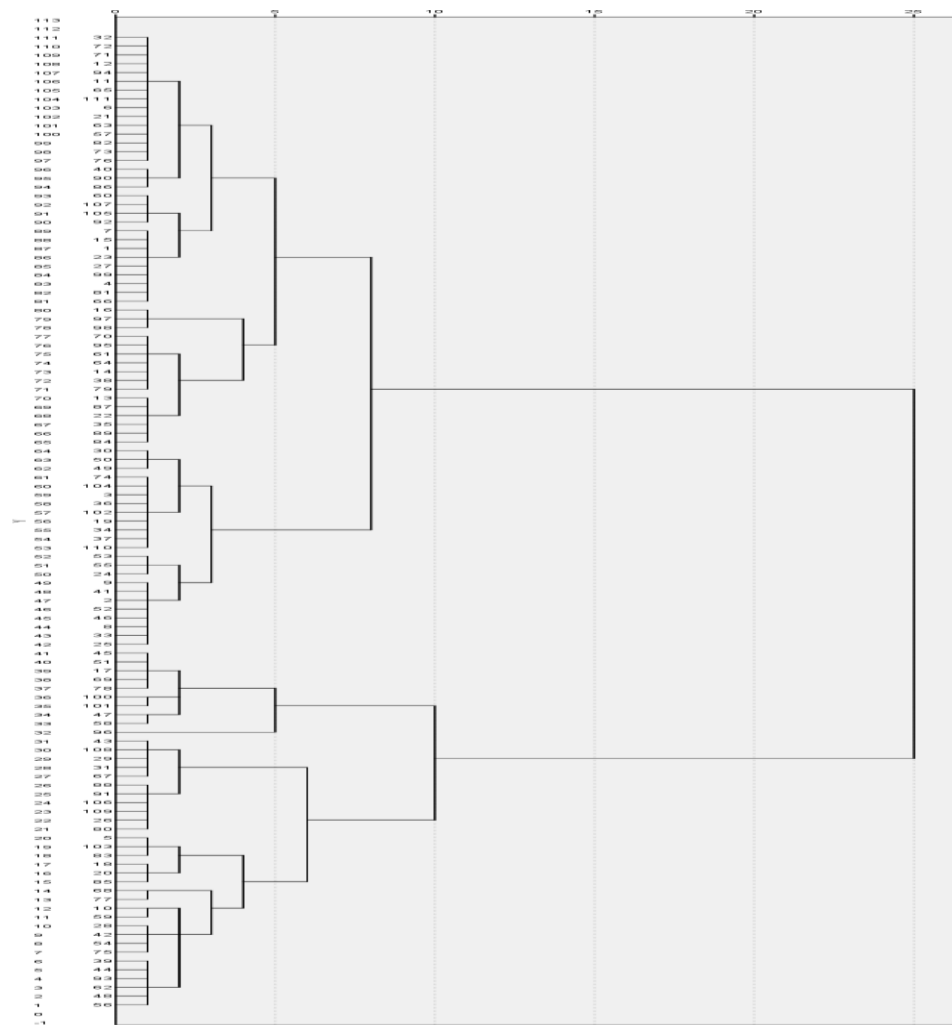
Visando um aprofundamento dentro que cada grupo de bailarinos (alunos ou profissionais) apresenta-se o dendograma para identificar os alunos bailarinos com características psicológicas semelhantes (Gráfico 1), no qual pode ser visualizado a medida do quão diferentes cada clusters de alunos é em cada passo do algoritmo, ou seja, a medida da percentagem da variabilidade total que é retida em cada uma das soluções dos clusters.



**Gráfico 1.** Variabilidade total das soluções dos Clusters dos Alunos

Fonte: Os autores

Na análise de clusters foi possível determinar três grupos de alunos, o primeiro com 70 alunos denominado de "predominante", o grupo "intermediário" com 31 alunos e grupo "minoritário" com 10 alunos. A Figura 1 refere-se ao dendograma no qual pode ser observada a distribuição dos alunos bailarinos em cada um dos clusters.



**Figura 1.** Dendograma da análise de clusters do grupo de bailarinos alunos

Fonte: Os autores

Para comparar as características psicológicas entre os grupos de alunos ("predominante", "intermediário" e "minoritário") foi elaborada a Tabela 2 com as medianas e intervalos interquartis das variáveis do estudo e são apresentados os resultados da comparação entre os grupos.

**Tabela 2.** Comparação do nível de resiliência, autoeficácia, motivação, idade, tempo de prática e idade inicial de bailarinos alunos

Variáveis	Predominante <sup>a</sup> (n=70) Md (Q1-Q3)	Intermediário <sup>b</sup> (n=32) Md (Q1-Q3)	Minoritário <sup>c</sup> (n=10) Md (Q1-Q3)	<i>p</i>
<b>Resiliência</b>				
Amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida	66,0 (59,0-72,3) <sup>a,b</sup>	68,0 (62,0-77,0) <sup>a,b</sup>	64,0 (53,8-67,0) <sup>b,c</sup>	<b>,00*</b>
Independência e determinação	18,0 (16,0-21,0)	18,0 (16,0-21,0)	18,0 (15,0-20,3)	,13
Autoconfiança, capacidade de adaptação a situações	23,6 (21,0-27,0)	21,0 (18,0-27,0)	27,0 (25,0-27,5)	,19
<b>Autoeficácia</b>				
Geral Percebida	22,0 (17,0-24,0)	23,0 (20,0-26,0)	22,0 (17,5-29,3)	,45
Física	470,0 (397,6-552,6) <sup>a,b</sup>	490,0 (400,0-530,0) <sup>a,b,c</sup>	395,5 (247,5-457,5) <sup>b,c</sup>	<b>,04*</b>
Psicológica	670,0 (565,0-722,6)	640,0 (570,0-670,0)	590,0 (420,5-697,0)	,34
<b>Motivação</b>				
Intrínseca	5,3 (4,3-6,0)	5,3 (4,3-6,0)	5,3 (5,0-6,0)	,23
Integrada	5,0 (4,0-6,0)	5,7 (4,7-6,0)	5,0 (4,2-6,0)	,34
Identificada	6,0 (6,0-6,0)	6,0 (6,0-6,0)	6,0 (6,0-6,0)	,13
Introjetada	4,3 (3,7-5,0)	4,3 (3,7-5,7)	3,5 (3,3-6,0)	,18
Externa	0,8 (0,0-2,0)	1,0 (0,0-2,0)	0,3 (0,0-1,3)	,63
Desmotivação	0,8 (0,0-2,0)	1,0 (0,0-2,3)	0,8 (0,2-1,7)	,11
<b>Sóciodemográficas</b>				
Idade (anos)	13,0 (11,0-17,3)	14,0 (11,0-16,0)	21,0 (12,0-27,3)	
Tempo de prática (anos)	6,0 (4,8-9,3)	8,0 (5,0-10,0)	4,5 (2,8-11,8)	
Idade Inicial (anos)	6,0 (4,0-10,0)	6,0 (4,5-11,0)	8,0 (1,5-18,0)	

**Nota:** \* $p < 0,05$ , as letras "a", "b" e "c", demonstram os grupos que se associaram em cada variável

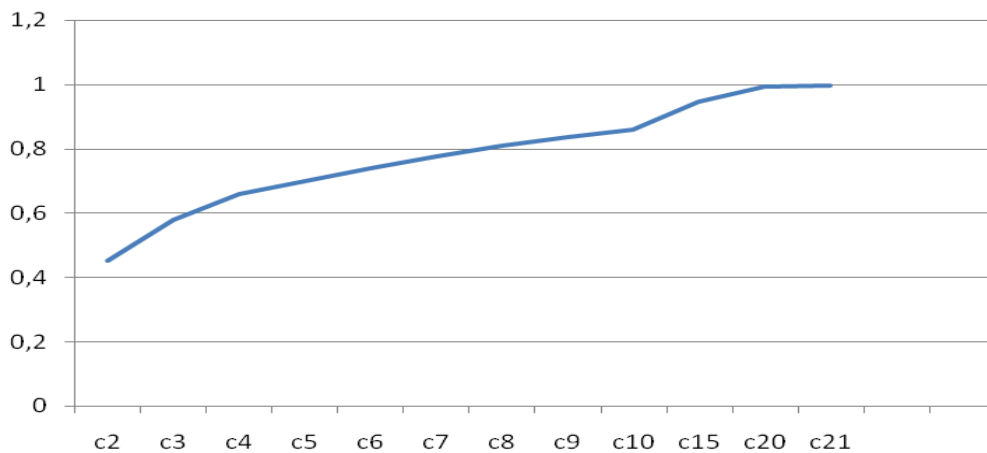
**Fonte:** Autores

Na comparação entre alunos verificou-se que no grupo "intermediário" o perfil de resiliência demonstrou valores superiores na dimensão de *amizade, realização pessoal, satisfação e significado de vida* em comparação com os outros dois grupos, fato igualmente verificado para a autoeficácia *física*. Este grupo se caracterizou por ter um tempo de prática superior aos demais.

O perfil do grupo de alunos "minoritário" apresentou os menores valores para resiliência nas dimensões de *amizade, realização pessoal, satisfação e estilo de vida*, este grupo apresentou a menor autoeficácia *física* e de forma similar a menor motivação com *regulação externa* embora não estatisticamente significativa. Este grupo é o que apresenta maior idade, menor tempo de prática e maior idade de início.

Para identificar os bailarinos profissionais com características psicológicas semelhantes foi elaborado o Gráfico 2, no qual pode ser visualizado a medida do quão diferentes cada clusters

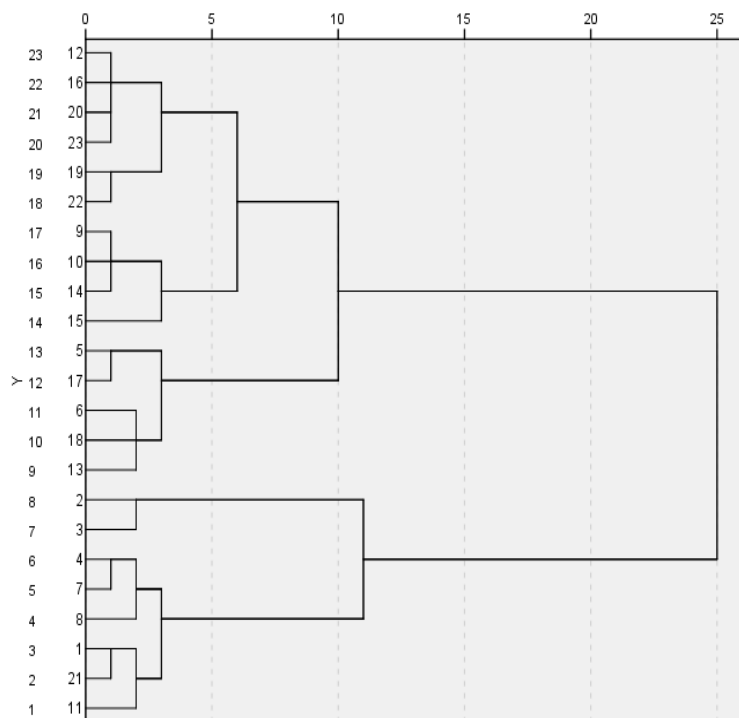
é em cada passo do algoritmo, ou seja, a medida da percentagem da variabilidade total que é retida em cada uma das soluções dos clusters.



**Gráfico 2.** Variabilidade total das soluções dos clusters dos bailarinos profissionais

Fonte: Os autores

Para identificar bailarinos profissionais com características psicológicas semelhantes foi elaborado a Figura 2, na qual pode ser visualizado a medida do quão diferentes cada um dos dois clusters é em cada passo do algoritmo.



**Figura 2.** Dendrograma da análise de clusters do grupo de bailarinos profissionais

Fonte: Os autores

Para comparar as características psicológicas entre os dois grupos de bailarinos profissionais, os clusters foram denominados de "maior" e "menor" sendo elaborada a Tabela 3 com as medianas e intervalos interquartis das variáveis do estudo, bem como a comparação entre

os grupos. Salienta-se que os termos “maior e menor” apenas rotulam os grupos e não pretendem dar o significado ou representação semântica ao grupo.

**Tabela 3.** Nível de resiliência, autoeficácia, motivação, idade, tempo de prática e idade inicial de bailarinos profissionais

Variáveis	Maior (n=15) Md (Q1-Q3)	Menor (n=8) Md (Q1-Q3)	<i>p</i>
<b>Resiliência</b>			
Amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida	71,0 (67,7-77,0)	69,5 (63,0-75,8)	,64
Independência e determinação	21,0 (19,0-22,0)	18,0 (14,8-19,0)	<b>,03</b>
Autoconfiança, capacidade de adaptação a situações	27,0 (21,0-32,0)	30,5 (27,8-31,0)	,21
<b>Autoeficácia</b>			
Geral Percebida	25,0 (23,0-28,0)	23,5 (19,0-25,8)	,09
Física	560,0 (520,0-620,0)	345,0 (225,0-427,5)	<b>,00</b>
Psicológica	750,0 (720,0-780,0)	750,0 (732,5-767,5)	,92
<b>Motivação</b>			
Intrínseca	6,0 (4,7-6,0)	4,5 (3,7-5,6)	,10
Integrada	5,7 (4,0-6,0)	5,0 (4,7-5,5)	,97
Identificada	5,0 (4,0-6,0)	5,0 (4,0-5,6)	,55
Introjetada	4,3(4,0-6,0)	4,8 (3,7-6,0)	,77
Externa	0,3 (0,0-2,0)	1,7 (1,1-2,2)	,19
Desmotivação	0,0 (0,0-1,0)	1,3 (0,2-2,0)	,17
<b>Sociodemográficas</b>			
Idade (anos)	32,0 (26,0-41,0)	52,0 (36,8-53,8)	
Tempo de Prática (anos)	24,0 (18,0-31,0)	34,5 (20,8-45,0)	
Idade Inicial (anos)	8,0 (6,0-14,0)	14,5 (6,8-18,0)	

Nota: \* $p < 0,05$

Fonte: Os autores

O perfil psicológico das variáveis do estudo para o grupo de bailarinos profissionais denominado "menor" apresenta valores significativamente mais baixos que o grupo "maior" nas variáveis de resiliência, *independência e determinação* e *autoeficácia física*. O grupo de bailarinos denominado “maior” possui faixa etária mais baixa, menor tempo de prática e idade inicial de prática inferior.

## Discussão

Os resultados demonstraram que as características demográficas dos bailarinos profissionais são marcadas pela idade em média dos 36,0 anos com tempo de prática médio de 29,0 anos e idade de início na dança entre seis e dezesseis anos e a superioridade, nesse sentido, foram encontrados altos níveis de resiliência em atletas mais experientes na carreira<sup>23</sup>. Em relação a resiliência os bailarinos profissionais demonstraram índices significativamente superiores aos alunos em duas dimensões: (1) *amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida* e, (2) *autoconfiança, capacidade de adaptação a situações*, indicando que a resiliência desempenha um papel fundamental, para que os bailarinos não percam o foco nos processos cognitivos, motivacionais, afetivos e seletivos que constituem a autoeficácia para a prática da dança<sup>24</sup>. Em recente revisão sistemática<sup>25</sup>, constatou que a dança é entendida como um



componente benéfico para o desenvolvimento emocional e afetivo do ser humano, além de ser um elemento que favorece diversos aspectos psicológicos, ou seja, altos níveis de resiliência são considerados um atributo psicológico necessário para altos níveis de autoeficácia e, conseqüentemente, um melhor desempenho de dança<sup>25</sup>.

Portanto, a resiliência baseada na adaptação, na recuperação diante da adversidade e no enfrentamento dos problemas da melhor forma possível, parece proteger os bailarinos mantendo o prazer em executar a dança<sup>11,12,26</sup>, na capacidade de resolver situações difíceis sozinho, lidar com várias situações ao mesmo tempo, aceitar as adversidades e aceitar situações que não pode fazer nada para mudar<sup>16</sup>.

De forma semelhante tanto bailarinos alunos quanto profissionais apresentam altos índices de autoeficácia, principalmente a autoeficácia *psicológica* sendo os bailarinos profissionais possuem a autoeficácia *psicológica* significativamente superior aos alunos. Tal fato ocorre devido a sensibilidade dos alunos em relação a sua posição relativa entre os pares nas atividades que determinam o prestígio e a popularidade, tendendo a escolher pares que compartilham os mesmos interesses e valores<sup>13</sup>, resultados similares foram encontrados com jovens atletas de natação<sup>27</sup>.

Estudo de Silva<sup>28</sup> visando aumentar o nível de autoeficácia verificou que bailarinas apresentaram uma autoeficácia baixa anterior a intervenção sendo que na pós-intervenção a autoeficácia teve um aumento tanto na autoeficácia *física* quanto *psicológica*. Assim, sendo a autoeficácia a capacidade de lidar com problemas e situações adversas favorece o desenvolvimento de competência e autonomia, o que, por sua vez, leva a um aumento da motivação autônoma para a prática da dança<sup>29,30</sup>.

Os resultados apontam altos valores de motivação, mas não foram encontrados valores significativamente diferentes entre bailarinos alunos e profissionais. Os valores mais baixos da motivação foram para a motivação externa e desmotivação, esses resultados foram similares aos de jovens atletas integrantes de seleções esportivas brasileiras que apresentam fatores motivacionais intrínsecos mais significativos que os extrínsecos e que a desmotivação<sup>31,32</sup>. Da mesma forma, a desmotivação de bailarinos foi um preditor positivo de burnout, um preditor negativo de vitalidade ou na relação entre as dimensões do perfeccionismo e bem-estar e mal-estar em bailarinos<sup>33</sup>.

Os índices motivacionais mostraram que a capacidade de lidar com problemas, adaptar-se a mudanças, superar obstáculos ou resistir ao estresse de situações de adversidade favorecendo o engajamento do indivíduo promovendo prazer e satisfação com o envolvimento na dança<sup>11,12,25</sup>. No contexto da dança, de acordo com a Teoria da Autodeterminação<sup>14</sup>, os ambientes sociais e demais fatores, como recompensa, controle interpessoal e implicações que ativam o ego reforçam a motivação e o interesse intrínseco<sup>26</sup>. A teoria enfatiza o papel crítico desempenhado pela competência e autonomia-suporte na elevação da motivação intrínseca, especificamente em ambientes educacionais, artísticos e esportivos<sup>29,34,35</sup>.

Em relação à desmotivação, os resultados deste estudo foram similares a literatura enfatizando que a resiliência parece exercer um papel protetor na motivação dos bailarinos, por demonstrarem ser persistentes no cumprimento de metas mesmo face a um obstáculo, além de manter autoconfiança e controle sobre suas ações, o que evidencia o fator de proteção contra a falta de motivação dos bailarinos<sup>29,35</sup>.

Os bailarinos alunos independente do subgrupo (minoritário, intermediário e predominante) apresentaram semelhanças em todas as categorias da motivação, somente divergiram na categoria *amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida* da resiliência e na autoeficácia *física*. Especificamente, verificou-se que dez (10) alunos bailarinos que formam o grupo minoritário apresentaram valores menores para a resiliência na dimensão

*Amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida* e na *autoeficácia física*. Estes alunos que iniciaram a prática na dança mais tarde, estão a menos tempo envolvidos com a dança e são os alunos de maior faixa etária.

Os grupos de alunos bailarinos do grupo "predominante e intermediário", possuíam idade média entre de 13 e 14 anos respectivamente, e apresentaram uma tendência a altos valores de resiliência. Índices similares foram encontrados em alunos do ensino médio<sup>36</sup> e em crianças canadenses vivendo fora do seu domicílio residencial<sup>37</sup>. Ressalta-se a tendência que a resiliência aumente como passar da idade<sup>38</sup> e que a prática também pode ser um potencial modificador do perfil resiliente, visto que indivíduos não atletas apresentam menor resiliência que ex-atletas<sup>39</sup>.

Na análise de clusters dos bailarinos profissionais uma análise com maior profundidade aponta dois subgrupos distintos denominados por "menor e maior" que demonstraram valores semelhantes para todas as categorias da motivação, divergiram na *autoeficácia física* e na categoria de *independência e autodeterminação* da resiliência. O grupo que demonstrou os índices mais elevados de resiliência, *autoeficácia* e motivação foi o grupo de bailarinos denominado "maior" que se caracterizou com por possui menor faixa etária, consequentemente menor tempo de prática e idade inicial de prática menor, fato que corrobora com o estudo de Oler et al.<sup>40</sup> no qual a idade e o tempo de prática são fatores que não influenciam na percepção de resiliência e autoestima de atletas, bem como, em um estudo com estudantes bailarinos concluíram que na relação entre a experiência na dança e a *autoeficácia* pode-se perceber que a *autoeficácia* é positivamente acompanhada da experiência na dança, além disso, a satisfação com o desempenho na dança, quanto mais experiência ou tempo se encontra na dança, maior a satisfação<sup>41</sup>.

Como aplicação prática este estudo salienta que bailarinos enfrentam estressores físicos e psicológicos (riscos de lesão, esgotamento e diminuição do desempenho) ao longo de suas carreiras e esses desafios podem ser minimizados por meio de uma intervenção proativa em resiliência (física, emocional, cognitiva), *autoeficácia* e motivação. Esses achados podem auxiliar estudantes e profissionais da dança a melhorar seu desempenho e enfrentar as pressões inerentes à prática da dança.

Uma das principais limitações também se refere a quantidade do grupo formado pelos bailarinos profissionais que embora tenha um número menor é justificado pela alta qualificação dos profissionais que o caracterizam sendo uma das melhores entre as companhias e escolas de dança do país. Por outro lado, em uma revisão de literatura sobre as características psicológicas de bailarinos verificou-se a inexistente produção científica na área da psicologia abordando as variáveis deste estudo e, principalmente, na população de dançarinos. De fato, estas limitações valorizam a importância do enfoque de aspectos positivos em uma área do desempenho humano na qual os aspectos negativos predominam.

## Conclusão

Os bailarinos demonstraram altos índices de resiliência, *autoeficácia* e motivação sendo que a capacidade psicológica que diferenciam os bailarinos alunos entre si é o fator de resiliência relacionado a *amizade, realização pessoal, satisfação, significado de vida* e na dimensão de *autoeficácia física*. O capacidade psicológica que diferenciam os bailarinos profissionais entre si é o fator de resiliência relacionado a *independência e determinação* e na dimensão de *autoeficácia física*, sendo que a *motivação* foi a capacidade psicológica na qual ocorreu semelhança entre os bailarinos alunos e profissionais.

Concluiu-se que bailarinos profissionais com tempo de prática maior demonstraram superioridade significativa nas dimensões de resiliência relacionadas a *amizade, realização*

*peçoal, satisfação, significado de vida e autoconfiança, capacidade de adaptação a situações*, bem como, na *autoeficácia psicológica*. No entanto, tanto alunos quanto profissionais demonstraram altos níveis motivação e baixos níveis de desmotivação para o envolvimento com a dança o que possibilita afirmar que a dança tem um papel importante na construção de um perfil psicológico positivo.

Sugere-se que novas investigações sejam baseadas em um desenho longitudinal, a fim de obter várias medidas de resiliência, motivação e autoeficácia em diferentes níveis e momentos competitivos. Além disso, correlações com outros instrumentos e a realização de análise multinível podem ajudar a entender as correlações entre essas variáveis em diferentes grupos e momentos do processo desenvolvimento da carreira de bailarinos.

## Referências

1. Este artigo é resultante de dissertação de mestrado. Lazier Leão TR. Análise do nível de resiliência, autoeficácia e motivação entre bailarinos alunos e profissionais. [dissertação de mestrado]. Maringá: Departamento de Educação Física, Universidade Estadual de Maringá; 2016 [acesso em 06 mar 2023]. Disponível em <https://repositorio.uem.br:8080/jspui/bitstream/1/4563/1/000225650.pdf>
2. Medioli CG. “Cisne Negro”: alguns comentários. *Reverso* 2011;33(62):43-46.
3. Luz, AMO. Cisne Negro: quando eu é um outro. *Cad. de Psicanál. (CPRJ)* 2011[acesso em 05 jun 2023];33(25):178-190. Disponível em: [https://www.cprj.com.br/imagenscadernos/caderno25\\_pdf/14\\_CP\\_25\\_CISNE\\_NEGRO.pdf](https://www.cprj.com.br/imagenscadernos/caderno25_pdf/14_CP_25_CISNE_NEGRO.pdf)
4. Assad, SA cor negra de um cisne e de uma subjetividade. *CliniCAPS* 2012;6(16):1-10.
5. Weinmann AO, Ezequiel, VS. Encontro sinistros: uma análise do filme Cisne negro. *Arq. Bras. Psicol.* 2015 [acesso em 01 jun 2023];67(2):91-104. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672015000200008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672015000200008&lng=pt&nrm=iso)>.
6. Constantino, ACS, Prado, WL, Lofrato-Prado, MC. Ansiedade em bailarinos profissionais nas apresentações de dança. *Conexões* 2020;8(3):146-155. DOI: 10.20396/conex.v8i3.8637732
7. Gasparini I, Lee CL, Rose D. Estresse e ansiedade e bailarinos amadores e profissionais. *Rev. Iberoam. Psicol. Ejerc. Deporte.* 2012[acesso em 05 jun 2023];7(1):49-69. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126297004.pdf>
8. Simas, JPN, Macara A, Melo SIL. Imagem corporal e sua relação com peso e índice de massa corporal em bailarinos profissionais. *Rev. Bras. Med. Esporte.* 2014;20(6):433-437. DOI: <https://doi.org/10.1590/1517-86922014200601583>.
9. Mihaleva KA, Eremushkin MA, Mihalev VS, Chesnikova EI. Analysis of the existing treatment methods for ballet dancers with ankle joints injuries. *Bulletin of Rehabilitation Medicine* 2022;21(2):53-60. DOI: <https://doi.org/10.38025/20781962-2022-21-2-53-60>.
10. Stewart-Reyesa ME, Suárez AH, Romo-Araiza A. Anatomical zone where more injuries occur in four different dance styles: Hip-Hop, Classical Ballet, Contemporary dance and Irish dancing: A systematic review. *PSRUA.* 2022;2(4):29-41. DOI: <https://doi.org/10.36105/psrua.2022v2n4.04>.
11. Sarkar M, Fletcher D. Psychological resilience in sport performers: A review of stressors and protective factors. *J. Sports Sci.* 2014;32(15):1419-1434. DOI: 10.1080/02640414.2014.901551.
12. Sarkar M. Psychological resilience: Definitional advancement and research developments in elite sport. *International journal of stress prevention and wellbeing.* 2017;1(3):1-4.
13. Bandura A. Self-efficacy. In: Ramachaudran VS, editor. *Encyclopedia of human behavior.* New York; Academic Press: 1994. p. 71-81.
14. Deci EL, Ryan RM. Self-Determination Theory. In: Lange PAM, Kruglanski AW, Higgins ET, editors. *Handbook of theories of social psychology.* Thousand Oaks, CA; Sage: 2021, p.416-437. DOI: <https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21>.
15. Wagnild GM, Young HM. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale . *J. Nur. Meas.* 1993;1(2):165-178. PMID: 7850498
16. Pesce RP, Assis SG, Avanci JQ, Santos NC, Malaquias JV, Carvalhaes R. Adaptação transcultural, confiabilidade e validade da escala de resiliência. *Cad de Saúde Pública* 2005;21:436-448. DOI: 10.1590/S0101-311X2005000200010

17. Schwarzer R, Jerusalem M. General self-efficacy scale. In: Johnston, M, Weinman, J, Wright, SC, editors *Measures in health psychology: A user's portfolio*. Windsor, England; NFER-Nelson: 1995. p.35-37.
18. Souza I, Souza MAD. Validação da escala de autoeficácia geral percebida. *Revista Universidade Rural: Série Ciências Humanas* 2004;26(1-2):12-17.
19. Silva AMB, Luz TSR, Afonso RM, Araújo MF, Bittencourt IG, Carvalho LF et al. Escala de Autoeficácia para Bailarinos (AEBAI): construção e evidência de validade. *Avaliação Psicológica*. 2015;14(1):83-88. DOI:10.15689/ap2015.1401.09
20. Pelletier LG, Tuson KM, Fortier MS, Vallerand RJ, Briere NM, Blais. MR. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *J Sport Exerc Psychol* 1995;17(1):35-53. DOI: <https://doi.org/10.1123/JSEP.17.1.35>.
21. do Nascimento JRAD, Vissoci JRN, Balbim GM, Moreira C, Pelletier L, Vieira LF. Adaptação transcultural e análise das propriedades psicométricas da Sport Motivation Scale-II no contexto brasileiro. *Revista da Educação Física* 2014;25:441-458. DOI: <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v25i3.248555>.
22. Maroco J. *Análise Estatística: com utilização do SPSS*. 3.ed. Lisboa; Edições Sílabo: 2007.
23. Pelosini DE. *Resiliência em atletas de basquetebol*. [dissertação de mestrado]. São Bernardo do Campo: Faculdade de Saúde, Universidade Metodista de São Paulo; 2013. 106 p.
24. Fang BB, Lu FJH, Gill DL, Liu SH, Chyi T, Chen B. A systematic review and meta-analysis of the effects of outdoor education programs on adolescents' self-efficacy. *Perceptual Motor Skills*. 2021;128(5):1932–1958. DOI: <https://doi.org/10.1177/00315125211022709>.
25. San-Juan-Ferrer B, Hípola P. Emotional intelligence and dance: A systematic review. *Research in Dance Education* 2020;21(1):57-81. DOI: <https://doi.org/10.1080/14647893.2019.1708890>.
26. Fasey KJ, Sarkar M, Wagstaff CR, Johnston J. Defining and characterizing organizational resilience in elite sport. *Psychology Sport Exercise* 2021;52:101834. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101834>.
27. Nazario PF, Caruzzo NM, Lima FEB, Santos VAP, Vieira JL, Contreira AR. Níveis de motivação em nadadores: uma comparação em relação a autoeficácia, sexo e categorias da modalidade. *Biomotriz* 2013; 7(1):28-40.
28. Silva AMB. *Uma proposta de avaliação e intervenção psicológica no enfrentamento da dor em bailarinos*. [tese de doutorado]. Campinas: Centro de Ciências da Vida, Pontifícia Universidade Católica; 2016. 354p.
29. Vasconcellos D, Parker PD, Hilland T, Cinelli R, Owen KB, Kapsal N, Lonsdale C. Self-determination theory applied to physical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal Educacional Psychology* 2020;112(7):1444-1469. DOI: <https://doi.org/10.1037/edu0000420>.
30. Vicent M, Sanmartín R, Váscónez-Rubio O, García-Fernández JM. Perfectionism profiles and motivation to exercise based on self-determination theory. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020;17(9):3206. DOI:<https://doi.org/10.3390/ijerph17093206>.
31. Sales EF, Souza KRM, Ramos IA, Noce F, Garcia A. Análise da motivação em atletas da seleção brasileira nos jogos mundiais escolares. *Coleç. Pesqui. Educ. Fís.* 2020[acesso em 05 jun 2023]; 19(2):45-52. Disponível em: [https://fontouraeditora.com.br/periodico/public/storage/articles/583\\_1502739773.pdf](https://fontouraeditora.com.br/periodico/public/storage/articles/583_1502739773.pdf)
32. Coimbra R, Gomes SS, Oliveira HZ, Rezende RA, Castro D, Miranda R, Bara Filho MG. Características motivacionais de atletas brasileiros. *Motricidade* 2014;9(4):64-72. DOI:10.6063/motricidade.9(40).
33. Atienza FL, Castillo I, Appleton PR, Balaguer I. Examining the mediating role of motivation in the relationship between multidimensional perfectionism and well- and ill-being in vocational dancers. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020;17(14):4945. DOI:10.3390/ijerph17144945. PMID: 32659936; PMCID: PMC7400002.
34. Ryan RM, Deci EL. *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York; Guilford Publications: 2017.
35. Rigby CS, Ryan RM. Self-determination theory in human resource development: New directions and practical considerations. *Adv. Dev. Hum* 2018;20(2):133-147. DOI: <https://doi.org/10.1177/1523422318756954>.
36. Garcia NR, Boruchovitch E. Atribuições de causalidade para o desempenho escolar e resiliência em estudantes. *Psico USF* 2014;19(2):277-286. DOI:10.1590/143-82712014019002003.
37. Bell T, Romano E. Child resilience in out-of-home care: Child welfare worker perspectives *Child Youth Serv Rev.* 2015;48:49-59. DOI:10.1016/j.chilyouth.2014.12.008.
38. Zocатели V. *Resiliência e prática desportiva: é possível uma correlação?* [dissertação de mestrado]. Porto: Faculdade de Desporto, Universidade do Porto; 2010. 104 p.
39. Cevada T, Cerqueira LS, Moraes HS, Santos TM, Pompeu FAMS, Deslandes AC. Relação entre esporte, resiliência, qualidade de vida e ansiedade. *Arch. Clin. Psychiatry*. 2012;39(3):85-89. DOI: 10.1590/S0101-60832012000300003.

40. Oler IC, Caruzzo AM, Xavier CC, Oliveira IFS, Freire GLM, Fiorese L. Resiliência e autoestima em atletas brasileiros de handebol. *Revista de Psicologia Saúde e Debate* 2022;8(1):459-470. DOI: 10.22289/2446-922X.V8N1A27.
41. Kim NY, Im JH, Lee H. The effects of dance major students' performance confidence and self-efficacy through self-perception on dance flow and dance performance satisfaction. *J. fish. mar. sci.* 2015;27(5):1412-1423. DOI: <http://dx.doi.org/10.13000/JFMSE.2015.27.5.1413>.

**Agradecimentos:** Ao Teatro Balé Guaíra, Curitiba-PR, que autorizou a realização desta pesquisa.

**ORCID:**

Tatyanne Roiek Lazier-Leão: <https://orcid.org/0000-0001-5225-9039>

Luciana Ferreira: <https://orcid.org/0000-0001-5808-2334>

Cleber Mena Leão Junior - <https://orcid.org/0000-0001-8725-3542>

José Luiz Lopes Vieira: <https://orcid.org/0000-0003-0453-8185>

**Editor:** Ademar Avelar

Recebido em 28/10/22.

Revisado em 26/05/23.

Aceito em 26/05/23.

---

**Endereço de correspondência:** José Luiz Lopes Vieira. Rua Marcílio Dias 1011, Apartamento 1102, Maringá-PR, CEP: 87050-120. E-mail: [jllopesvieira@gmail.com](mailto:jllopesvieira@gmail.com)