



SHEILA MOLCHANSKY

**TRADUÇÃO E ADAPTAÇÃO TRANSCULTURAL DO
SPORT MENTAL TOUGHNESS QUESTIONNAIRE
PARA A LÍNGUA PORTUGUESA DO BRASIL**

CAMPINAS
2014



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

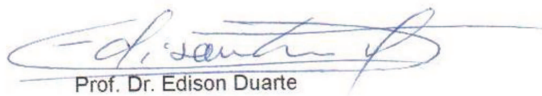
SHEILA MOLCHANSKY

**TRADUÇÃO E ADAPTAÇÃO TRANSCULTURAL DO
SPORT MENTAL TOUGHNESS QUESTIONNAIRE
PARA A LÍNGUA PORTUGUESA DO BRASIL**

Orientador: Edison Duarte

Dissertação apresentada à Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas como parte dos requisitos exigidos para a obtenção do título de Mestre em Educação Física, na área de concentração Atividade Física Adaptada.

ESTE EXEMPLAR CORRESPONDE À VERSÃO FINAL DA DISSERTAÇÃO DEFENDIDA PELA ALUNA SHEILA MOLCHANSKY, E ORIENTADA PELO PROF. DR. EDISON DUARTE.



Prof. Dr. Edison Duarte
Orientador

**CAMPINAS
2014**

Ficha catalográfica
Universidade Estadual de Campinas
Biblioteca da Faculdade de Educação Física
Andréia da Silva Manzato - CRB 8/7292

M731t Molchansky, Sheila, 1975-
Tradução e adaptação transcultural do *Sport Mental Toughness Questionnaire* para a língua portuguesa do Brasil / Sheila Molchansky. – Campinas, SP : [s.n.], 2014.

Orientador: Edison Duarte.
Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física.

1. Psicologia do esporte. 2. Testes psicológicos. 3. Psicometria. I. Duarte, Edison. II. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação Física. III. Título.

Informações para Biblioteca Digital

Título em outro idioma: Translation and cultural adaptation of Sport Mental Toughness Questionnaire into portuguese language of Brasil

Palavras-chave em inglês:

Sport psychology

Psychological tests

Psychometry

Área de concentração: Atividade Física Adaptada

Titulação: Mestra em Educação Física

Banca examinadora:

Edison Duarte [Orientador]

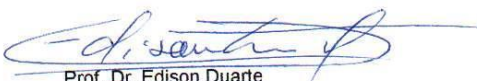
Ana Paula Porto Noronha

Paula Teixeira Fernandes

Data de defesa: 26-11-2014

Programa de Pós-Graduação: Educação Física

COMISSÃO EXAMINADORA



Prof. Dr. Edison Duarte
Orientador



Profa. Dra. Ana Paula Porto Noronha
Membro Titular



Profa. Dra. Paula Teixeira Fernandes
Membro Titular

Ao meu avô Abrão Molchansky, um grande herói, um exemplo único de homem, de superação e de vigor mental. Fez das limitações e dificuldades da vida belos trampolins rumando para a vitória e para o sucesso. Nunca desistiu, nunca lamentou...foi pra cima da vida com todas as forças físicas e mentais! Minha eterna inspiração!

AGRADECIMENTOS

Trilhar qualquer caminho nunca é tarefa fácil, mas ter durante a caminhada pessoas admiráveis, sábias e afetuosas fez toda diferença, faz o caminho ser mais suave, mais divertido, e mais mágico. De conhecidos a amigos do coração. De professores a heróis. De uma universidade a uma segunda morada.

Não há palavras suficientes que possam transmitir minha gratidão por todos os anos em que estou na UNICAMP. O mestrado foi uma grande parte desta trajetória que teve um começo, e desejo que nunca tenha um fim.

Bati à porta do Professor José Irineu Gorla buscando voltar para a escola e apenas isso. Hoje, quatro anos depois, continuo querendo voltar à escola e a cada dia mais para aprender. Sou grata à ele pela acolhida e por ter acreditado que eu poderia contribuir de alguma forma.

A partir dele reencontrei um dos queridos professores que tive na graduação e que me adotou como “desorientanda” sem imaginar o quanto de trabalho eu daria à ele. A ele eu presto meus mais sinceros e altos agradecimentos, pois me recebeu de braços abertos, acreditou na causa e nunca, nunca deixou de me apoiar. Sua elegância até para corrigir é algo único, exemplar e digno de um grande homem, um grande e humilde sábio, muito acima de qualquer titulação acadêmica, apesar de possuir todas. Aprendi que ser professor é muito mais complexo do que apenas ensinar e foi assim que aprendi, dentre muitas coisas, quem é aprendiz e quem é mestre na arte. Professor Edison Duarte não poderia fazer outra coisa na vida, definitivamente!

Sou grata aos guerreiros atletas do Rugby em Cadeira de Rodas que me mostraram o que é “difícil e possível”. Ainda não consigo dimensionar como fazem o que fazem, mas o fazem e com habilidades psicológicas invejáveis e um sorriso doce eternamente esboçado no rosto.

Sou grata a todos os meus colegas membros das comissões técnicas com as quais trabalhei tanto do Rugby em Cadeira de Rodas como da Esgrima em Cadeira de Rodas. Ensinar-me muito e ainda ensinam como aliar ciência, rendimento esportivo e afeto.

Sou grata aos colegas e amigos de laboratório (LAMA). Em momentos mais tensos

sempre sobraram gargalhadas e apoio infinito uns aos outros. Em especial agradeço ao querido amigo Anselmo Costa e Silva. Seu apoio, incentivo e suporte foram fundamentais em todos os momentos. Amizade extra-muros eterna!

Sou grata a todos os queridos funcionários da Biblioteca da FEF, em especial a Andréia Manzato que sempre me auxiliou, orientou e teve infinita paciência em aprimorar meus trabalhos.

Às queridas professoras Paulinhas: Ana Paula Porto Noronha e Paula Fernandes, componentes da banca, sou grata pelo carinho, pela paciência, e pelas valiosas contribuições ao longo do trabalho. Ter vocês duas, grandes feras da Psicologia, me deixou segura e amparada.

Muito obrigada aos atletas voluntários do Handebol em Cadeira de Rodas que fizeram rodar o pré-teste com toda boa vontade do mundo e contribuíram verdadeiramente com o trabalho.

Agradeço especialmente aos queridos componentes dos Comitês de Peritos: Alexandre Taniguchi, Cristiano Garlipp, Luis Gustavo Pena, Professor João Paulo Borin, Lenilson Oliveira, Vanessa Otaki, Rosa Hoopmann e Daniel Baldin Machado. Sem vocês nada teria sido possível.

À minha família toda pelo incentivo e apoio infinitos e por serem meu grande alicerce de vida.

Se existe mesmo Vigor Mental, certamente um de seus principais componentes está associado à afetividade, relações sólidas e a todos os fenômenos mágicos que ocorrem entre as pessoas que acreditam verdadeiramente umas nas outras. Relações verdadeiras tecem propósitos fortes, pessoas firmes e, conseqüentemente atletas muito diferenciados.

MOLCHANSKY, Sheila. **Tradução e adaptação transcultural do “*Sport Mental Toughness Questionnaire*” para a língua portuguesa do Brasil**. 2014. 78f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2014.

RESUMO

Compreender como componentes psicológicos podem gerar diferenças no rendimento, principalmente diante de esportes de alto rendimento, tem sido fundamental para que novas propostas e protocolos de atuação tática e técnica sejam adequadas aos treinos e periodizações esportivas. Ainda que seja notável o aumento de Psicólogos trabalhando no cenário esportivo, não se tem, na mesma constante, a construção de instrumentos padronizados que visam avaliar como componentes psicológicos influenciam e são influenciados pelo rendimento esportivo de atletas. Para tal, o objetivo deste estudo foi traduzir e adaptar transculturalmente para a língua portuguesa do Brasil o *Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)*. Como metodologia, utilizamos os passos propostos pelo *Guideline* de Beaton, Bombardier e Guillemin compostos por tradução, retrotradução, síntese de traduções e análise pelo comitê de peritos. Ao final deste processo chegamos à versão final do instrumento intitulado Questionário de Vigor Mental no Esporte. Por fim, realizamos um pré-teste e análise final do instrumento e concluímos que o mesmo poderá ser utilizado no meio esportivo, demonstrando ser adequado à realidade brasileira.

Palavras Chaves: Psicologia do Esporte; Testes psicológicos; Psicometria.

MOLCHANSKY, Sheila. **Translation and cultural adaptation of Sport Mental Toughness Questionnaire into portuguese language of Brazil**. 2014. 78f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2014

ABSTRACT

Understanding how psychological components can make performance differences , mainly on high- performance sports , has been important to adapt new proposals, tactical and technical protocols to sports training and periodization. Although it is remarkable the increase of psychologists working in the sports areas, it not existent, at the same constant, the building of standardized instruments designed to assess how psychological components influence and are influenced by the athletes' sportive performances. To this end, the aim of this study was to translate and culturally adapt to Brazil's Portuguese, the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). As methodology, we used the steps proposed by the Guideline of Beaton, Bombardier and Guillemin composed of translation, back translation, translations of synthesis and analysis by the expert committee. At the end of this process we come to the final version of the instrument called *Questionário de Vigor Mental no Esporte*. To finalize it, we conducted a pretest and final analysis of the instrument and concluded that it may be used in sports, demonstrating it to be adjusted to the Brazilian reality.

Keywords: Sport Psychology, Psychological Tests; Psychometry.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

<i>ASCI - 28</i>	<i>Athletic Coping Skills Inventory</i>
<i>BRUMS</i>	<i>Brunel Mood Scale</i>
CFP	Conselho Federal de Psicologia
<i>CSAI -2</i>	<i>Competitive State Anxiety Inventory</i>
IAAB	Inventário de Agressão a Atlética de Bredemeier
IDATE	Inventário de Ansiedade Traço-Estado
<i>MT</i>	<i>Mental Toughness</i>
RT	Robustez Mental
<i>POMS</i>	<i>Profile Mood State</i>
QMDA	Questionário de Motivação para Adesão Desportiva
SATEPSI	Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos
<i>SCAT</i>	<i>Sport Competition Trait Anxiety Test</i>
<i>STAI</i>	<i>State Trait Anxiety Inventory</i>
<i>SMS</i>	<i>Sport Motivation Scale</i>
<i>SMTQ</i>	<i>Sports Mental Toughness Questionnaire</i>
<i>TAIS</i>	<i>Test of Attentional and Interpersonal Style</i>
THP	Treinamento de Habilidades Psicológicas
VM	Vigor Mental

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Fatores intrínsecos e extrínsecos influenciando no rendimento esportivo.....	6
Figura 2 Número de artigos em periódicos, por ano, cujas palavras chave eram “avaliação” ou “ testes”	11
Figura 3 Evolução do THP no Rendimento Esportivo	20
Figura 4 Os cinco passos originais do <i>Guideline</i> de Beaton, Bombardier e Guillemin (2002) e as alterações adotadas por Ferreira et al. (2011)	36

LISTA DE QUADROS

Quadro 1	Lista de principais instrumentos que são utilizados provenientes da área de psicologia clínica e/ou psiquiatria	15
Quadro 2	Principais instrumentos traduzidos e validados para o Brasil	17
Quadro 3	Resultado das buscas nas Bases de Dados para os termos <i>Mental e Toughness</i>	26
Quadro 4	Resultado das buscas nas Bases de Dados para os sinônimos da palavra Robustez	27
Quadro 5	Fatores medidos e questões	30
Quadro 6	Representação de semelhanças e diferenças apresentadas pelas duas traduções do <i>SMTQ</i>	38
Quadro 7	Representação das conclusões e alterações dos itens para formulação da síntese de tradução do <i>SMTQ</i>	40
Quadro 8	Representação de semelhanças e diferenças apresentadas pelas duas retrotraduções do <i>SMTQ</i>	44
Quadro 9	- Principais atributos associados ao conceito de VM e os autores que os citaram	50

SUMARIO

1	INTRODUÇÃO	1
1.1	Definição do problema	1
1.2	Objetivos	2
1.2.1	Objetivo Geral	2
1.2.2	Objetivos Específicos	2
1.3	Justificativa	2
2	REVISÃO DE LITERATURA	3
2.1	Psicologia do Esporte	3
2.2	Avaliação Psicológica	7
2.2.1	Instrumentos de Avaliação Psicológica	9
2.2.2	Instrumentos utilizados pela Psicologia do Esporte	13
2.3	<i>Mental Toughness</i> e treinamento de habilidades psicológicas.....	19
2.3.1	Treinamento de Habilidades Psicológicas (THP).....	19
2.3.2	Mensuração do <i>Mental Toughness</i> – Revisão Histórica.....	21
2.3.3	Definição do conceito de <i>Mental Toughness</i>	23
3	MÉTODO E MATERIAIS	29
3.1	Instrumento	29
3.1.1	<i>Sports Mental Toughness Questionnaire</i> – <i>SMTQ</i>	29
3.1.2	Correção do Instrumento	31
3.1.3	Fatores avaliados	31
3.1.4	Análises psicométricas	33
3.2	Procedimentos	33
3.2.1	Tradução e adaptação cultural.....	33
4	RESULTADOS	37
4.1	Tradução e adaptação cultural	37
4.1.1	Traduções do <i>SMTQ</i>	37
4.1.2	Reunião de Síntese das traduções (T12)	38
4.1.2.1	Nome do Instrumento	40
4.1.2.2	Respostas	41
4.1.2.3	Assertivas	41
4.1.3	Retrotraduções	43

4.1.4 Reunião de Síntese das Retrotraduções (RT12)	45
4.1.4.1 Nome do Instrumento	45
4.1.4.2 Instruções para preenchimento do Instrumento	45
4.1.5 Pré-Teste	46
4.2 Questionário de Vigor Mental no Esporte	46
 5 DISCUSSÃO	 49
 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	 55
 REFERÊNCIAS	 57
 ANEXOS	 65

1 INTRODUÇÃO

1.1 Definição do problema

A partir de minha vivência como psicóloga do esporte, entrei em contato com variáveis psicológicas relacionadas ao rendimento dos atletas com quem trabalhei, a citar motivação, histórias de vida, como cada atleta chegou para sua modalidade esportiva, dentre outros, tanto em modalidades convencionais como no esporte adaptado. Perceber como aspectos técnicos, táticos, físicos e psicológicos se combinavam geraram inúmeros questionamentos.

O controle emocional por parte dos atletas diante de situações diversas e adversas chamou muito minha atenção, principalmente os atletas de modalidades adaptadas. Situações competitivas, pré-competitivas, interrupções por conta de comprometimentos fisiológicos, dificuldades em locomoção e acessibilidade, dentre outros geraram inquietações. Assim, surgiu a pergunta: como acontecem os processos de controle e manejo emocional de cada atleta diante das mesmas situações? Quais estratégias são utilizadas por um atleta para lidar com determinadas contingências? E ao compararmos com outro atleta, que vivencia a mesma contingência? O que explica isto?

Nos EUA, o termo *Mental Toughness (MT)*, treinamento mental, treino de habilidades psicológicas, dentre outros termos similares são de uso constante. Já existem modelos teóricos sobre o tema, no entanto alguns conceitos ainda não estão totalmente delineados. O termo “Robustez Mental” (*Mental Toughness*) tem sido usado em nosso meio, no entanto não há um conceito validado, por meio de instrumentos, para a língua portuguesa do Brasil.

Ao buscar instrumentos de avaliação para compreender a psicodinâmica dos atletas, o *Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)* mostrou-se adequado, no entanto precisaria ser traduzido e validado para nosso idioma e contexto. Diante disto, esta dissertação de mestrado tem os seguintes objetivos.

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo Geral

Realizar a adaptação cultural do instrumento “*Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)*” para a língua portuguesa do Brasil.

1.2.2 Objetivos Específicos

Traduzir o instrumento “*Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)*” para a língua portuguesa do Brasil.

Aferir a compreensão e a linguagem do instrumento para atletas brasileiros.

1.3 Justificativa

A pesquisa em questão justifica-se pela necessidade de haver um instrumento traduzido e adaptado para a língua portuguesa do Brasil que avalie fatores relacionados ao *MT*. A partir da utilização deste instrumento, outros estudos poderão ser desenvolvidos, a saber: mapeamento de como fatores psicológicos diversos influem No rendimento de atletas; levantamento de diferenças entre atletas de mesmas modalidades e de modalidades diferentes, além do aprimoramento do próprio conceito de *MT* que ainda está sendo “lapidado”.

O questionário poderá ser utilizado como fonte de consulta e, tanto atletas como membros da comissão técnica poderão compreender melhor como se comportam determinados fatores psicológicos e como influem, tanto positiva como negativamente, no rendimento esportivo.

Desta forma, este estudo se justifica pela escassez de instrumentos de avaliação psicológica na área esportiva no Brasil que permitam avaliar e conhecer como se comportam variáveis psicológicas e construir um protocolo de atuação coerente e eficaz da psicologia.

2 REVISÃO DE LITERATURA

Para melhor entendimento do conceito de *Mental Toughness*, dividimos a presente revisão de literatura em duas seções. A primeira com os conceitos de psicologia do esporte, avaliação psicológica na contemporaneidade e os instrumentos de medida atualmente utilizados no cenário esportivo. Na segunda seção abordamos os conceitos de *MT* até os dias atuais, bem como instrumentos de medida existentes.

2.1 Psicologia do Esporte

A Psicologia do esporte e do exercício, segundo Angelo e Rubio (2011), é a área de estudo e compreensão dos aspectos psicológicos envolvidos no comportamento motor humano que fornece explicações e tendências de comportamentos em contextos do esporte e do exercício físico.

Os psicólogos do esporte possuem três campos de atuação profissional, segundo Weinberg e Gould (2001): ensino, pesquisa e intervenção. No ensino, o foco é a transmissão de conhecimentos (ministrar disciplinas) e de habilidades técnicas esportivas (trabalhando em programas voltados às ciências do esporte) e, para tal, os profissionais precisam ter conhecimentos das capacidades psicológicas necessárias para compreender o comportamento humano no âmbito esportivo. Na pesquisa, duas áreas são mais abordadas: procedimentos diagnósticos para medir características psicológicas de pessoas, situações e atividades esportivas (por exemplo: motivação para o rendimento, ansiedade e agressão no esporte, personalidade de atletas e treinadores) e construção de medidas de intervenção psicológica para competição e treinamento. Na intervenção, dá-se o trabalho de consultoria à atletas, equipes e comissões técnicas destinados a desenvolver treinamento de habilidades psicológicas.

Com o crescimento da Psicologia Cognitiva e da Psicologia Social, os estudos da Psicologia do Esporte se ampliaram e passaram a mensurar outras variáveis como: auto percepção de estresse, motivação, facilitação social, grupo esportivo e cognição. Assim, tanto pela busca de avanços em rendimento esportivo, como pelo aumento da busca pela

prática de exercícios físicos no país, a área de avaliação psicológica se desenvolveu e, passou a ter como foco a prevenção e promoção da saúde dos indivíduos envolvidos em programas de treinamento e atividade física, com a melhora do rendimento esportivo dos mesmos.

Rohlfs et al. (2008, p.177) comentam que “a criação de programas de atividade física e saúde, que no Brasil foi a partir dos anos 90, e a atenção dada pelos serviços de saúde ao controle do sedentarismo incentivaram a busca da qualidade de vida e à prática regular de exercícios.”

Gill (2000) comenta que a psicologia do esporte e do exercício consiste no estudo científico de pessoas e seus comportamentos em contextos esportivos e de exercício e na aplicação prática desse conhecimento. Sendo assim, não há como deixar de olhar para os muitos âmbitos que podem e devem ser tratados por esta área, que pode auxiliar as pessoas, independente da busca de alto rendimento, a se beneficiarem de atividades esportivas e de exercício.

Rohlfs et al. (2006, p.177) comentam que:

Os métodos de investigação e medidas psicológicas no esporte e na atividade física eram condicionados aos métodos aplicados na psicologia geral. Os instrumentos utilizados buscavam uma avaliação clínica de fenômenos psicológicos (traços, atitudes, habilidades), mas eram desvinculados do contexto do esporte ou atividade física que se queria avaliar.

Tradicionalmente, para a avaliação psicológica esportiva, a personalidade e seus traços sempre foram a grande tendência do processo, ainda que se discutissem as mais variadas formas de abordagem para se avaliar, a citar a abordagem situacional, interacional e fenomenológica, mencionadas por Weinberg e Gold (2008, p.50), o constructo ou o conceito personalidade sempre esteve no foco.

Cozac (2002, p.11) comenta que “dar aos atletas respaldo psicológico é tão importante quanto lhes fornecer uma alimentação balanceada, programada por nutricionistas. Afinal, o corpo físico e o mental são as duas faces de uma mesma unidade e merecem a igual atenção (BECKER JR, 1998). Cuidar do corpo significa também percebê-lo como um todo unificado, do qual fazem parte emoções e estruturas mentais. O papel do

psicólogo responsável pela saúde psíquica de um time se desenvolve a partir de uma abordagem das emoções vivenciadas pelos jogadores em sua rotina de trabalho (FRANCO, 2000)”.

Ucha (2008 p.6) descreve que a preparação psicológica geral tem como propósito o “aperfeiçoamento das capacidades psicológicas vinculadas à ação motriz, à garantia do suporte psicológico da técnica e da tática e à formação e desenvolvimento das qualidades volitivas e morais do desportista”.

Desta forma, buscamos compreender como fatores psicológicos interferem em rendimento esportivo no dia a dia e em situações específicas.

De acordo com Brandão (1999), medidas e métodos no âmbito da psicologia do esporte são parâmetros reconhecidos e considerados não somente para equiparar valores normativos, mas identificar dificuldades e apontar características latentes, em trabalhos conjuntos com as ciências do esporte.

A Psicologia do Esporte representa uma das disciplinas da Ciência do Esporte e constitui um campo da Psicologia Aplicada para Samulski (2002). Sua função consiste na “descrição, explicação e prognóstico de ações esportivas, com o fim de desenvolver e aplicar programas, cientificamente fundamentados, de intervenção levando em consideração os princípios éticos” (NITSCH, 1986 p.189).

O foco desta ciência, segundo Becker (2000, p.19) está nas “diferentes dimensões psicológicas da conduta humana, a citar: afetiva, cognitiva, motivadora ou sensorio-motora.” E tem como preocupação, segundo Cruz (1996), tentar identificar os efeitos dos fatores psicológicos do comportamento humano em contextos desportivos e os efeitos psicológicos que a participação desportiva poderá em seus participantes.

Gomes (2001) diz que um dos aspectos mais interessantes nos contextos esportivos refere-se ao entendimento dos fatores que podem explicar o rendimento dos atletas e das equipes, particularmente em momentos decisivos ou em provas de maior visibilidade social. Assim, buscamos compreender razões pelas quais um determinado atleta conseguiu alcançar altos níveis de rendimento, enquanto outros não foram capazes de atingir padrões tão positivos de rendimento ao fim de uma competição.

Apresentamos a seguir (FIGURA 1) um quadro que objetiva mostrar a relação

entre fatores extrínsecos (como o recebimento de prêmios, classificações, proposta de quebra de recordes, dentre outros) e fatores intrínsecos (aspirações pessoais, crenças, ideais, auto-superação, dentre outros) quando pensamos sobre rendimento esportivo de um atleta. O ciclo pode se tornar positivo e construtivo ou não, dependendo da combinação de todos estes fatores. Entender como eles se compõe dentro do universo psíquico de cada atleta é fundamental quando pensamos em Psicologia do Esporte.

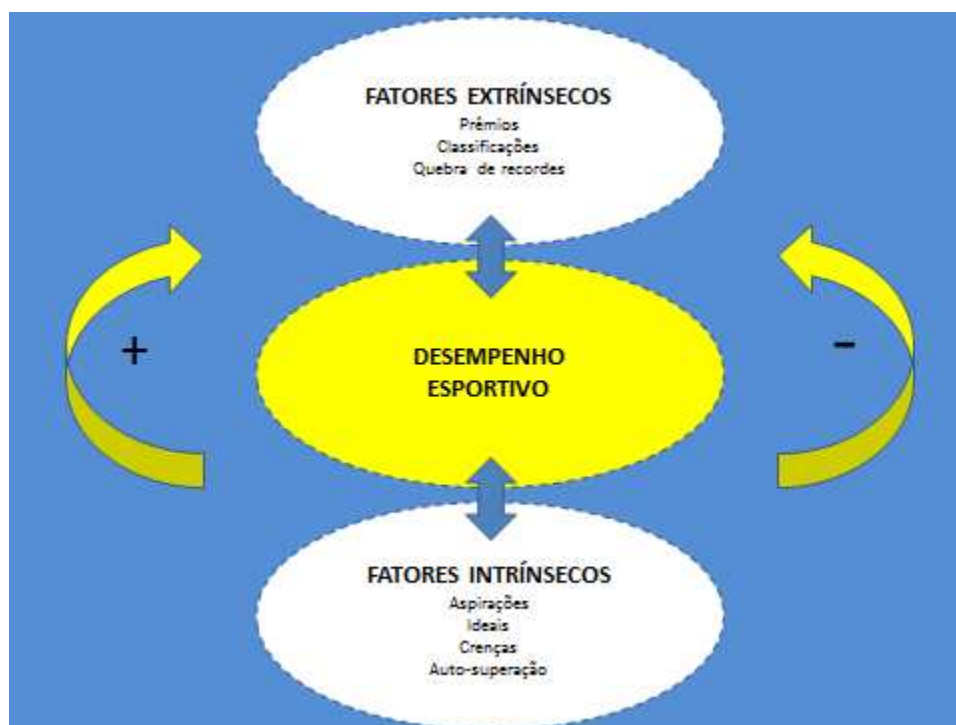


Figura 1 – Fatores intrínsecos e extrínsecos influenciando no rendimento esportivo

Ainda assim, é necessário muito cuidado, pois, segundo Weinberg e Gould (2008, p.55), “nem todos os testes psicológicos foram desenvolvidos e tornados confiáveis. Fazer deduções sobre o comportamento e a estrutura de personalidade de um atleta ou praticante de exercícios com base em tais testes seria enganador e antiético. Os resultados não são absolutos ou irrefutáveis”.

2.2 Avaliação Psicológica

Para a realização de pesquisa, independentemente da área de conhecimento, é fundamental que se atente para o uso, a construção, a validação e a atualização de instrumentos de medidas. O processo de investigação de conceitos psicológicos em diversas culturas, países e em diferentes tipos de populações, pressupõe a existência de instrumentos que obedeçam à critérios de precisão e de validade rigorosos. Esta idéia assume um caráter ainda mais importante, dentro da área de Psicologia, tendo em vista o peso e a implicação que algumas decisões podem ter em função de resultados apontados por instrumentos de medida, por exemplo, os testes. Sendo assim, “estudos sobre instrumentos psicológicos são indispensáveis para o desenvolvimento da área de avaliação psicológica, tendo em vista a necessidade que as avaliações sejam mais confiáveis e precisas em todos os contextos de atuação profissional” (Noronha, Freitas e Ottati; 2003, p.287).

O campo de estudo específico que se propõe a tratar de medidas de avaliação psicológica denomina-se Psicometria. Segundo Urbina (2007, p.44), a “testagem psicológica é amplamente co-extensiva ao campo da Psicometria, ou mensuração psicológica, e é uma das ferramentas primárias para a ciência e a prática da psicologia”.

Urbina (2007, p.11) aponta que:

Os testes psicológicos muitas vezes são utilizados para avaliar indivíduos em algum ponto crítico ou circunstância significativa da vida. Ainda assim, aos olhos de muitas pessoas, os testes parecem ser provações sobre as quais elas pouco sabem e das quais dependem decisões importantes.

Anastasi e Urbina (2000) dizem que, de maneira geral, um teste psicológico se presta a medir diferenças entre indivíduos ou as reações do mesmo sujeito em momentos diferentes. Urbina (2007, p.31) ainda comenta sobre o uso de testes psicológicos, que acontece em uma ampla variedade de situações e que o uso dos testes “pode ser classificado em três categorias: (a) tomada de decisões, (b) pesquisas psicológicas e (c) autoconhecimento e desenvolvimento pessoal.”

Belo e Gouveia (2006, p.480) comentam que:

Os testes psicológicos têm fornecido contribuições tanto no campo teórico, em pesquisas básicas e aplicadas, como também no campo prático, onde são fundamentais na realização de diagnósticos, seleções e classificações, orientações e treinamentos. De acordo com Tyler (1973), as medidas psicológicas, à partir do momento em que, via teoria, quantificam as variáveis com as quais se trabalha, constituem-se em caracterizadores preponderantes da Psicologia moderna.

Além disso, há aumento da produção de materiais e, que com o passar dos anos culminaram na criação de agrupamentos e instituições focados em estudar e desenvolver instrumentos psicológicos de medida. Em seu estudo, Belo e Gouveia (2006) e Primi (2010) apontaram eventos históricos, descreveram o desenvolvimento da área de avaliação psicológica no Brasil, descreveram uma relação de organizações e laboratórios de pesquisa destinados à Psicometria, dentre outros dados importantes, o que nos sugere um movimento crescente de ampliação de estudos voltados à referida área, entretanto a situação dos instrumentos utilizados no Brasil, segundo Hutz e Bandeira (1993) apresenta lacunas.

Importante ressaltar o papel do Conselho Federal de Psicologia (CFP), que ao longo das últimas duas décadas criou formas de discutir a prática e tecer recomendações acerca do uso e da construção de instrumentos de medida. Em decorrência disso, foram criadas resoluções. Citaremos quatro, por serem específicas do assunto tratado neste trabalho e por trazerem esclarecimentos e orientações acerca do que estamos propondo realizar. Em 2001 foi proposta a RESOLUÇÃO CFP N.º 25/2001 que define teste psicológico como método de avaliação privativo do psicólogo e regulamenta sua elaboração, comercialização e uso. Na sequência, em 2003, o CFP cria a Resolução n.º 2/2003, que revoga a resolução de 2001, como resposta a uma demanda da categoria profissional e da própria sociedade, que muitas vezes acabava prejudicada pelo uso indevido de instrumentos de medida. Esta resolução permite apreciar um conjunto de propriedades básicas que os instrumentos psicológicos devem possuir, de acordo com os parâmetros internacionalmente definidos para que sejam reconhecidos pela comunidade científica e profissional. Já a RESOLUÇÃO CFP N.º 006/2004 inclui recomendações técnicas do Instituto Brasileiro de Avaliação Psicológica, da Comissão Consultiva em Avaliação Psicológica do CFP e de pesquisadores na área de avaliação psicológica para alterar os prazos em que os instrumentos de medida devem ser revisados (a cada 20 anos). E finalmente, a RESOLUÇÃO CFP N.º 005/2012, que altera a resolução de 2003

(mencionada acima) no sentido de reforçar as questões éticas de construção e uso de instrumentos de medida e agrega discussões a cerca dos direitos humanos. Abaixo, citamos o Artigo 6º da Resolução CFP nº 25 de 30/11/2001 que orienta sobre os testes estrangeiros apenas para elucidar o raciocínio teórico.

Art. 6º Também estão sujeitos aos requisitos estabelecidos na presente Resolução os testes estrangeiros de qualquer natureza, traduzidos para o português, que devem ser adequados a partir de estudos realizados com amostras brasileiras, considerando a relação de contingência entre as evidências de validade, precisão e dados normativos com o ambiente cultural onde foram realizados os estudos. (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2011).

Em 2002, o CFP realizou importante e rigoroso processo destinado à análise de todos os testes psicológicos existentes e, no final, catalogaram os que estavam de acordo com as normas vigentes e os que não estavam. Assim, muitos receberam pareceres desfavoráveis e, a partir daí, reformulações tem ocorrido (mencionada anteriormente através de resoluções propostas) para que a regulamentação seja obedecida. Desde então, há maior rigor para aprovar ou não um teste a ser utilizado no Brasil. Atualmente, no Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos (SATEPSI¹), disponível no formato *online*, encontram-se documentos sobre a avaliação de testes psicológicos feita pelo referido conselho, lista de testes com parecer favorável e desfavorável, além de outros informativos relacionados ao assunto.

2.2.1 Instrumentos de avaliação psicológica

A área de avaliação psicológica, segundo Anastasi e Urbina (2000), é, talvez, uma das áreas mais antigas da psicologia. Ao nascer, teve uma de suas aplicações práticas – o desenvolvimento dos testes psicológicos e da psicometria – voltada para seleção de soldados nas grandes guerras.

Para Primi (2010), a avaliação, em geral, e, em particular, o desenvolvimento de instrumentos, representa uma área central da ciência psicológica porque permite a

¹ [http://: www.satepsi.cpf.ogr.br](http://www.satepsi.cpf.ogr.br)

objetivação e operacionalização de teorias psicológicas.

Primi, Nascimento e Souza (2004) correlacionam os conceitos de avaliação psicológica e os instrumentos de avaliação. Comentam que a avaliação psicológica é uma atividade mais complexa e constitui-se na busca sistemática de conhecimento a respeito do funcionamento psicológico das pessoas, de tal forma a poder orientar ações e decisões futuras. Esse conhecimento é sempre gerado em situações que envolvem questões e problemas específicos. Já os instrumentos de avaliação constituem-se em procedimentos sistemáticos de coleta de informações úteis e confiáveis que podem servir de base ao processo mais amplo e complexo da avaliação psicológica. Portanto, os instrumentos estão contidos no processo mais amplo da avaliação psicológica.

Primi (2010) ressalta que “os instrumentos são meios padronizados de se obter amostras/indicadores comportamentais que irão revelar diferenças individuais nos construtos, traços latentes ou processos mentais subjacentes. Presume-se, então, que os traços latentes são as variáveis causais dos comportamentos que se manifestam na situação de testagem”.

Sobre a origem da testagem psicológica, autores como Van Kolck (1981), McReynlds (1986), Barclay (1991), Anastasi (1997), Urbina (2007), Ambiel e Pacanaro (2011), dentre outros, ressaltam passagens históricas e pesquisadores que influenciaram a Psicometria. Dentre estes, destacamos autores clássicos que realizaram estudos psicométricos como: Weber, Fechner, William Wundt, Francis Galton, James M. Cattell, Binet e Simon, Lewis Terman, Charles Spearman e Thurstone.

Primi (2010) diz que a área da avaliação psicológica cresceu muito nos últimos 20 anos, tendo em vista o crescimento no número de publicações. O autor realizou pesquisa no INDEX-Psi (uma base de dados de artigos de periódicos brasileiros em psicologia, utilizando como palavras chave os descritores "avaliação" ou "testes"), o que resultou nos dados resumidos na Figura 2 (a seguir). Para o autor, há um claro padrão de crescimento no número de publicações nos últimos anos, e um padrão relativamente constante entre 1985 até 1993, período em que se encontra, em média, 32 publicações por ano. A partir de 1994, nota-se o início de um padrão de crescimento, sendo que, nos últimos cinco anos,

excluindo-se o ano de 2010 por ainda estar em curso, observam-se, em média, 95 trabalhos por ano. Para ele, o que se pode visualizar é que, na última década, a produção quase triplicou em relação à década de 1980.

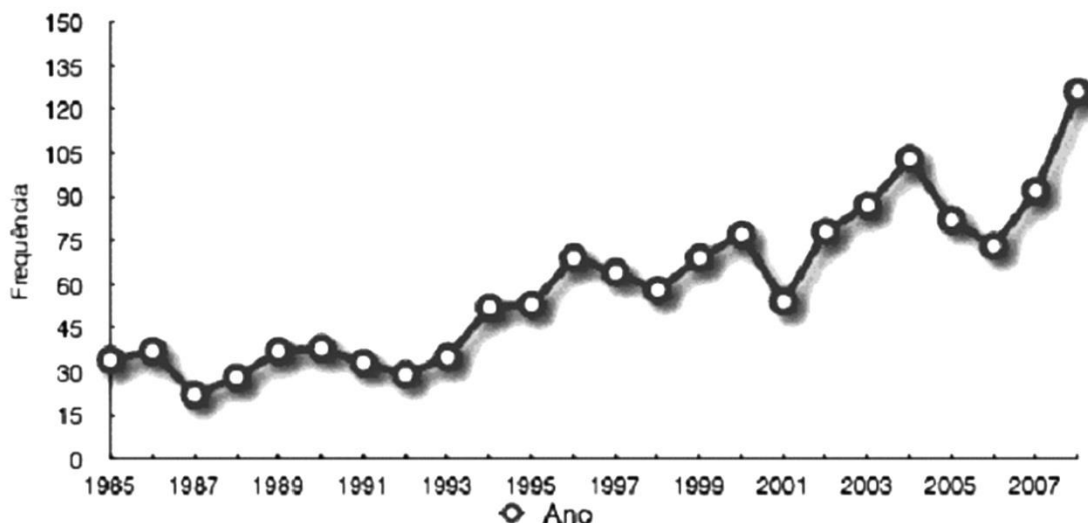


Figura 2 – Número de artigos em periódicos, por ano, cujas palavras chave eram “avaliação” ou “testes”. Fonte: Primi (2010, p. 32).

Um dos fatores que muito influenciaram a consolidação da área de Psicologia como ciência foi o surgimento, o desenvolvimento e a consolidação dos testes psicológicos.

Para corroborar esta idéia, Amendola (2006), Belo e Gouveia (2006), Primi (2010), e Ambiel e Pacanaro (2011) trazem um panorama sobre o uso dos testes psicológicos no país desde o início do séc. XX até os dias atuais. Estes estudos também se prestam a fazer uma análise crítica da produção científica brasileira, contextualizando, definindo e apontando dados importantes que compõe com nosso trabalho. São realizadas breves considerações históricas sobre o uso dos testes e delineiam como se deu o uso dos mesmos no Brasil. Muitos destes dados serão utilizados nesta dissertação.

Em nosso país os testes psicológicos começaram a ser usados principalmente para seleção e orientação profissional. Entre os anos 1960-1980, não havia muito investimento em avaliação psicológica e elaboração de testes ou adaptação dos já existentes à população brasileira. A partir de 1990, inicia-se uma mudança deste quadro, com o

surgimento de laboratórios em universidades, focando esta área, até então pouco explorada no país.

Inicialmente, o interesse dos pesquisadores era mapear os processos psicológicos básicos, referentes à percepção. Somente depois ocorreu o foco nas funções cognitivas superiores. Belo e Gouveia (2006, p.480) dizem que:

Desde o início da Psicologia enquanto disciplina científica, sempre foram uma constante as tentativas de realizar objetivamente diferenciações de variáveis psicológicas. Nesse contexto, surgiram os testes psicológicos, que assumiram, ao longo dos anos, um caráter emblemático da Psicologia e justificam, até certo ponto, a associação entre a figura do psicólogo e a administração de testes realizada pelo grande público.

Considerando o desenvolvimento de instrumentos de avaliação psicológica no Brasil nos dias atuais, consultamos o cadastro do SATEPSI, e verificamos que em 2004, haviam 106 testes avaliados, sendo 51 desfavoráveis (48,1%). Já em 2010, temos 214 testes, sendo 77 desfavoráveis (35,9%), 114 favoráveis (53,2%) e 23 em processo de análise (10,7%). Notamos que nos últimos cinco anos, o número de testes duplicou. Segundo Primi (2010, p.31), essa “medida provocou uma série de efeitos indiretos na área, tais como o aumento do investimento no desenvolvimento de instrumentos, o aquecimento do mercado de testes, uma divulgação de princípios técnicos da qualidade dos testes entre os profissionais e estudantes [...]”

Um dos fatos importantes a ser destacado é a criação, em meados do séc. XX, de laboratórios de psicologia e a adaptação para a realidade brasileira de alguns testes internacionais como o Binet-Simon (adaptado para o Brasil por Isaias Alves em 1924).

Noronha, Freitas e Ottati (2003, p.287) dizem que “os estudos sobre instrumentos psicológicos são indispensáveis para o desenvolvimento da área de avaliação psicológica, tendo em vista a necessidade de que as avaliações sejam mais confiáveis e precisas em todos os contextos de atuação profissional.” Rohlf et al (2006, p.177) comentam que “para que um instrumento de avaliação psicológica seja utilizado, é necessário passar por uma série de análises estatísticas, a fim de agrupar ou estabelecer os itens que se referem às dimensões das categorias mensuradas. Após a avaliação das propriedades psicométricas da escala, questionário ou teste, a escolha da unidade de análise irá depender do objetivo da avaliação.”

Há também a necessidade de apontar outra questão, que vai além da construção de instrumentos de medida rigorosos. É necessário haver boa capacitação por parte de quem manipula e por quem utiliza estes instrumentos. Noronha (2002) afirma que, por um lado, existe o psicólogo que atua sem a devida atualização/qualificação e sem preparo para as solicitações do mercado; por outro, não há padrões de atuação na área de avaliação psicológica, tampouco de competência profissional para utilização de instrumentos psicológicos.

Urbina (2007, p.32) aponta que:

Embora vários testes que tiveram origem no curso de investigações psicológicas tenham se tornado disponíveis comercialmente, um número muito maior de instrumentos permanecem arquivados em dissertações, periódicos e vários compêndios de mensuração experimental.

A mesma autora (2007, p.15) comenta que os testes psicológicos também podem ser utilizados de formas danosas. Quando seus resultados são mal interpretados ou mal utilizados, podem prejudicar pessoas, rotulando-as de maneira injustificada, negando-lhes oportunidades injustamente ou simplesmente desencorajando-as. Consideramos que esta reflexão também se aplica à realidade brasileira.

Finalizando, Primi (2010, p.32) comenta ser complexo saber o quanto os avanços estão se refletindo na prática profissional, ou seja, “o quanto o psicólogo está consumindo criticamente esse conhecimento e transformando sua prática. Mas um avanço já é notável: o aumento da produção de recursos e informações qualificadas”.

2.2.2 Instrumentos utilizados pela psicologia do esporte

Entender como alguns atletas prosperam e parecem render melhor do que outros diante de situações adversas, ou porque alguns desistem diante de falhas enquanto outros não, dentre muitos outros questionamentos instigantes, faz parte do campo da avaliação psicológica na área esportiva. Sendo assim, a compreensão e a determinação de componentes psicológicos geradores de diferenças de rendimento nos momentos de competição tem se revelado um componente fundamental a contribuir com o desenvolvimento de intervenções adequadas em nível de treinos desportivos visando a

competitividade e os melhores rendimentos no esporte.

Houveram avanços científicos em publicações sobre os fatores psicológicos e suas implicações para o rendimento esportivo. Para citar, há estudos (quantitativos e qualitativos) que relatam práticas com atletas e equipes e estudos que discorrem sobre os construtos sobre os quais se desenvolvem formas de testagem (mais teóricos). Como exemplos de estudos de constructos e aspectos teóricos, mencionamos Tenenbaum e Eklund, (2007); Weinberg e Gould, (2007); Horn, (2008), que discorreram sobre fatores psicológicos como ansiedade, autoconfiança, concentração, motivação, rendimento desportivo, bem como linhas de investigação centradas na importância do treino destes fatores para o esporte.

Especificamente para a Psicologia do Esporte, para haver esclarecimento de determinadas características psicológicas de um indivíduo/atleta ou de um grupo/time ou equipe, é importante o uso de ferramentas de avaliação adequadas para tal. Para Angelo e Rubio (2011), o principal objetivo da avaliação psicológica no esporte é a coleta de informações particulares do atleta ou equipe referentes à modalidade desenvolvida. Este processo envolve um conjunto de procedimentos como entrevistas, aplicação de testes, objetivando avaliar funções e fatores relativos à determinada prática esportiva.

Destinados à área esportiva, notamos alguns trabalhos, principalmente práticos, que foram traduzidos informalmente de outros países e outras culturas, o que pode gerar resultados não fidedignos do ponto de vista científico. Rohlfs et al (2008, p.177) dizem que “no esporte e na atividade física e saúde são poucos os instrumentos em Psicologia no Brasil com especificidade e aplicabilidade no contexto de atuação profissional que fazem uma leitura do fenômeno que se objetiva avaliar”.

Segundo Noronha, Primi e Alchieri (2004, p.89) “no Brasil, a emergência hoje, está centrada na discussão da qualidade e da elaboração de instrumentos nacionais de avaliação psicológica”.

Os mesmos autores comentam que um dos primeiros levantamentos nacionais sobre o estudo de testes psicológicos foi o estudo de Hutz e Bandeira (1993), que apontou, em suas conclusões, além de discrepância entre a quantidade de instrumentos nacionais e internacionais, a falta de referências sobre os instrumentos utilizados no país.

Ao verificarmos a lista atual de testes aprovados pelo CFP no SATEPSI, entre

todos que receberam parecer favorável à comercialização e uso, não encontramos nenhum teste especificamente voltado à área esportiva. Isto mostra a necessidade de desenvolver instrumentos para esta área.

Instrumentos de avaliação psicológica foram buscados para serem citados neste trabalho, entretanto, foram encontradas duas situações: grupos de instrumentos que são utilizados na área esportiva, mas que foram emprestados da área clínica ou da psiquiatria e o grupo de instrumentos que apenas foram traduzidos e até validados, mas não possuem anuência do CFP.

Os primeiros, foram “incorporados” à área esportiva e que, apesar de produzirem resultados adequados, foram apenas traduzidos de realidades, por exemplo, norte-americanas, sem o rigor necessário para tal, não havendo também a adaptação cultural e validação dos mesmos. Como exemplo, listamos alguns dos principais instrumentos que são utilizados provenientes da área de psicologia clínica e/ou psiquiatria:

Quadro 1 - Lista de principais instrumentos que são utilizados provenientes da área de psicologia clínica e/ou psiquiatria

INSTRUMENTO	FATOR MEDIDO
BAI – Beck Anxiety Inventory	Ansiedade
BDI - Beck Depression Inventory	Depressão
BSQ – Body Shape Questionnaire	Imagem corporal
EAT-26 – Eating Attitudes Test	Transtorno alimentar
EFA – Escala Fatorial de Auto conceito	Auto conceito
EPI - Eysenck's Personality Inventory	Personalidade
IFP II – Inventário Fatorial de Personalidade	Personalidade
MMPI - Minnesota Multiphasic Personality Inventory	Personalidade
Teste sociométrico	Grau de interação

Dos instrumentos internacionais, os mais utilizados no Brasil são listados a seguir, porém, ressaltamos que nenhum deles está presente na lista de testes aprovados pelo CFP. São utilizados em suas versões originais ou apenas traduzidos para nosso idioma. Ao

examinar um pouco mais minuciosamente o tema, observa-se que a maioria dos instrumentos não foram criados pela área de psicologia, isto pode responder ao fato de não terem sido aprovados para uso pelo CFP. Este fator, certamente, pode levar à maiores discussões. Usar um instrumento traduzido, adaptado e validado para o Brasil que avalia fatores psicológicos determinantes para o rendimento esportivo não seria prática exclusiva de profissional especializado? Seguem abaixo os mais comumente utilizados e, alguns já traduzidos e validados.

Quadro 2 - Principais instrumentos traduzidos e validados para o Brasil

INSTRUMENTOS	FATORES AVALIADOS	ANO PUBLICADO	AUTORES	STATUS
ASCI – 28	Estratégias de <i>coping</i>	1997	SERPA	*Validado para o Brasil, porém não aprovado pelo CFP.
<i>BRUMS</i>	Humor	2008	ROHLFS et al	*Validado para o Brasil (original refere-se ao POMS), porém não aprovado pelo CFP.
COESAO GRUPAL	Coesão grupal	1985	CARRON et al	**Nada consta no SATEPSI
CSAI -2	Ansiedade pré-competitiva	1990	MARTENS	*Traduzido para o português, porém não aprovado pelo CFP.
ESCALA DE LIDERANÇA NO ESPORTE	Liderança no esporte	1990	CHELLADURAI	**Traduzido para o inglês e para o português de Portugal
IAAB	Agressividade no esporte	1985	BREDEMEIER	**Nada consta no SATEPSI
IDATE	Ansiedade traço-estado	1990	SPIELBERGER et al	** Considerado impróprio para uso
MOTIVOS PARA A PRÁTICA DO ESPORTE	Motivos para a prática do esporte	1983	GILL ET AL	**Nada consta no SATEPSI

<i>POMS</i>	Humor	1971/2003	MCNAIR, LORR E DROPPLEMAN (1971 citado por PELLUSO, 2003)	**Traduzido para o Brasil, porém não aprovado pelo CFP.
QMDA	Motivação	1991	SERPA ET AL	**Nada consta no SATEPSI
SCAT	Ansiedade	1977	MARTENS	**Nada consta no SATEPSI
SMS	Motivação esportiva	2004	SERPA et al	**Nada consta no SATEPSI
<i>SMTQ</i>	<i>Mental toughness</i>	2009	SHEARD et al	**Nada consta no SATEPSI
<i>STAI</i>	Ansiedade estado e ansiedade traco	1970	SPIELBERGER et al	**Nada consta no SATEPSI
<i>TAIS</i>	Características interpessoais e de atenção	1995	NIDEFFER	**Nada consta no SATEPSI

* referem-se a instrumentos que, segundo o SATEPSI, são testes psicológicos, mas que atualmente não apresentam possibilidades de uso.

**foi consultado o SATEPSI para verificar o status de cada teste, em função do mesmo oferecer a lista atualizada de instrumentos aprovados ou não pelo CFP.

Como citado anteriormente, atualmente, após todo processo de revisão feita pelo CFP em 2004, ainda não existe nenhum teste psicológico brasileiro, aprovado pelo referido conselho especificamente destinado a avaliar fatores psicológicos no esporte. Ainda assim, existem inúmeros trabalhos, tanto escritos (publicações variadas) como práticos (aplicações de baterias de testes em pré-competições, por exemplo), que utilizam instrumentos de avaliação psicológica que avaliam fatores diversos como personalidade, atenção concentrada, stress, dentre outros, e que são inerentes ao rendimento esportivo. Para estes e outros fatores, existem instrumentos padronizados e que receberam parecer favorável do CFP. Apesar de muito já estar sendo falado e produzido a cerca do termo *MT*, não encontramos nenhuma tradução e adaptação cultural do *SMTQ*, o que corrobora com a justificativa deste trabalho.

2.3 *Mental Toughness* e treinamento de habilidades psicológicas

2.3.1 Treinamento de Habilidades Psicológicas (THP)

Componentes psíquicos, emocionais, cognitivos, neurológicos e fisiológicos se combinam de formas muito particulares. Muito se sugere que se possa condicionar a mente de forma que o rendimento esportivo possa ter maior êxito. Isto pode explicar o porque de muitos atletas atribuírem aos seus fracassos e insucessos a falta de concentração ou de autoconfiança, por exemplo. Sendo assim, podemos questionar ser produtivo ou não a simples continuidade de um treinamento com cargas e intensidades cada vez mais altas ao invés de se pensar em treinamento mental como algo tão importante quanto o físico e tático.

Mas para que tal fenômeno ocorra, é necessário desenvolver o Treinamento de Habilidades Psicológicas (THP), como mostra a Figura 3 abaixo.

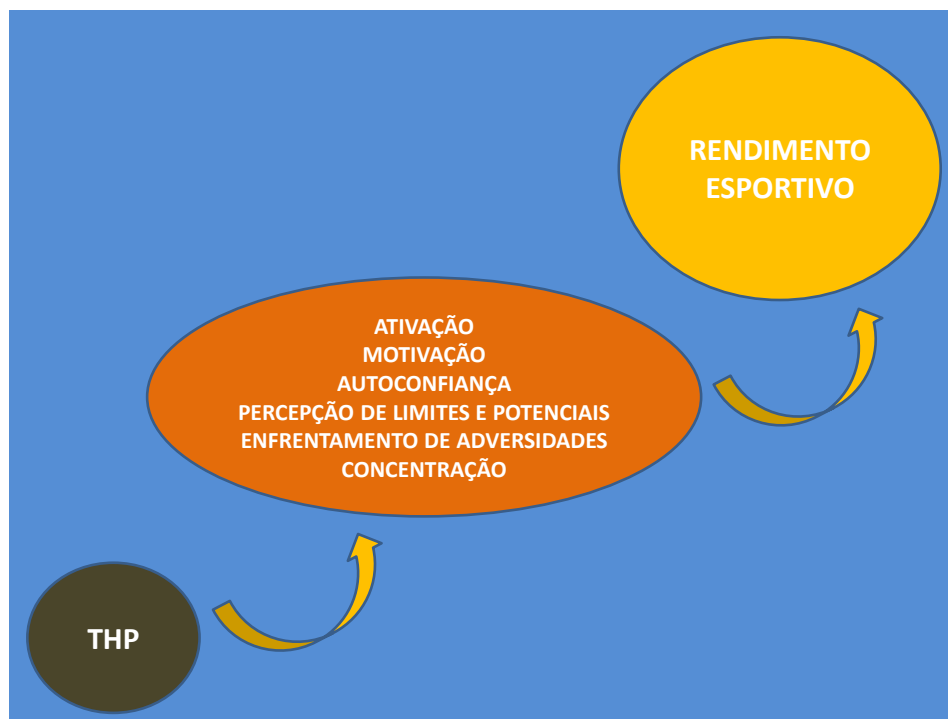


Figura 3 – Evolução do THP no Rendimento Esportivo

Entendemos que, ao se propor um THP a um atleta, fatores como ativação, motivação, autoconfiança, percepção aprimorada de limites e potenciais, enfrentamento de adversidades, dentre outros, podem causar incremento no rendimento esportivo, colaborando com a ideia de Weinberg e Gould (2008, p.268) que definem o THP como a “prática sistemática e consistente de habilidades mentais ou psicológicas com o objetivo de melhorar o rendimento, aumentar o prazer ou alcançar maior satisfação na atividade esportiva ou física”.

Assim como treinamento físico é algo que necessita de prática e aprimoramentos constantes, o THP também parece se desenvolver da mesma forma, de modo que atletas possam melhorar e aprimorar suas capacidades para se concentrar, para regular seus níveis de ativação, de autoconfiança e de motivação, por exemplo. Assim como desenvolver musculatura exige treino e manutenção, desenvolver habilidades psicológicas também.

2.3.2 Mensuração do MT- Revisão histórica

Historicamente, de acordo com Sheard (2009), sete formas ou instrumentos de medida foram propostos para *MT*. Destacaremos, a seguir, de forma breve cada um deles.

Primeiro, Loehr (1987) propôs o *Psychological Performance Inventory (PPI)* baseado em sua experiência prática com atletas. Este instrumento se propunha avaliar seis fatores: competitividade, espírito de grupo, controle emocional, atitude positiva, autoconfiança, e *MT*. Entretanto, suas propriedades psicométricas foram amplamente criticadas por Middleton et al. (2004) por não haverem estudos psicométricos suficientes, necessitando passar por uma análise confirmatória. Além disso, parece ter falhas em avaliar fatores inerentes ao conceito de *MT*.

O segundo instrumento, proposto por Clough et al. (2002), foi o *Mental Toughness Questionnaire 48 (MTQ48)*, o qual correlacionava os quatro sub-componentes que compunham o conceito de *MT*: (a) controle (das emoções e da vida), certa tendência a utilizá-lo, (b) comprometimento, como tendência a se envolver ao invés de se abster, (c) desafio, como um entendimento de que as coisas mudam e mudanças são compreendidas como oportunidades, e (d) confiança (interpessoal e em si próprio), como um alto senso de confiança em si mesmo, e numa inabalável fé em sua própria habilidade em atingir o sucesso. Adequados níveis de confiabilidade neste instrumento foram apontados. Foram verificados resultados interessantes por Clough (2005) que sugerem que indivíduos que pontuaram no máximo os fatores controle e confiança, eram significativamente tendenciosos a suportar desafios físicos por tempos mais longos do que os que pontuaram mais baixo para estes fatores. Também foram associados altos níveis de *MT* a maiores índices de percepção positiva de ameaças, habilidades reforçadas em lidar com a dor, e em participar de fisioterapias (para aqueles que participaram de programas de reabilitação (Levy et al, 2006). Este instrumento ganhou popularidade, segundo Simpson et al (2006) e Walker et al (2011), entretanto, por possuir mínimas informações quanto à análise psicométrica, seu uso é considerado questionável. Ainda assim, em 2002, os autores desenvolveram o MT48 (uma escala menor com 18 itens) tentando ser mais útil às pessoas, por ser mais reduzido. Os dois instrumentos apresentaram forte correlação ($r =$

0,87; Clough et al., 2002), mas o MT48 apresenta apenas um escore geral de *MT*, enquanto o original apresenta um perfil de resultados por sub-escala.

Posteriormente, foi apresentado o *Mental Toughness Inventory (MTI)*, desenvolvido por Middleton et al. (2004), um instrumento composto por 67 itens que se propõe a medir 12 componentes de *MT* numa escala geral, não tendo subescalas como demais instrumentos citados. O questionário piloto foi aplicado em 479 atletas (estudantes) de elite. Após análise confirmatória dos fatores, chegaram a 12 fatores distribuídos nos 67 itens da escala, e cada um dos 12 fatores apresentaram correlação forte com o conceito de *MT*, cujos coeficientes foram de $r = 0.45$ a $r = 0.87$. Pesquisadores tem utilizado este instrumento para avaliar correlações entre *MT* e recuperação do estresse em competidores de desistem ou paralisam nas provas (Tibbert et al., 2009). Apesar disto, poucas informações acerca do instrumento foram dadas. A mesma foi validada usando apenas como amostra estudantes esportistas com idades compreendidas entre 12 a 19 anos, o que parece ser, segundo Sheard et al. (2009), uma limitação. Este autor ainda sugere que um outro estudo de validação seja feito utilizando atletas e não atletas como amostras.

O quarto instrumento, proposto por Lane et al. (2007), denominado *Mental Toughness Scale (MTS)*, foi desenvolvido à partir de um estudo qualitativo com atletas de elite com o objetivo de apreender o conceito de *MT* baseado no conceito de Jones et al. (2002). Resultou num instrumento composto por 27 itens distribuídos numa escala Likert de 7 pontos que varia de “de modo algum” até “muito mesmo”. Apenas 75 indivíduos compuseram a amostra, e apesar de terem sido vistas correlações entre o conceito de *MT* e inteligência emocional, otimismo, habilidades sociais, dentre outros, os autores não apresentaram detalhes das propriedades psicométricas do instrumento.

O quinto instrumento apresentado, proposto por Gucciardi et al. (2009b), denominado *Australian Football Mental Toughness Inventory (AFMTI)* é uma escala composta por 24 itens que medem 4 componentes de *MT* relativos às regras Australianas de futebol, a citar: lidar com desafios (forma como um atleta lida com desafios, tanto internos como externos), conhecimentos a cerca do esporte (entendimento que um atleta faz tanto de sua performance individual como do time), atitude assertiva (o quanto o atleta dedica todo seu potencial), e o desejo de sucesso (o quanto o atleta busca o sucesso individual e do

time). Apesar de alguns estudos psicométricos terem sido desenvolvidos, a validação não foi obtida, sendo assim, o instrumento não pode ser considerado adequado. Além disso, há de ser considerado o fato de que este instrumento foi desenhado para uso exclusivo e restrito às regras australianas de futebol.

O sexto instrumento, desenvolvido à partir de dois métodos mistos de pesquisa (quantitativa e qualitativa) denominado *The Cricket Mental Toughness Inventory (CMTI)*, foi desenvolvido por Gucciardi e Gordon (2009) e é composto por 15 ítems que medem 5 fatores relativos a *MT* voltado à prática do cricket, a citar: inteligência emocional, controle de atenção, resiliência, confiança em si mesmo e desejo de vencer. Os autores utilizaram três amostras independentes de praticantes de cricket de três países diferentes para a análise confirmatória. Assim como apontado em relação ao AFMTI, esta escala também precisa de estudos psicométricos confirmando sua validação e também possui a questão de seu uso ser restrito à atletas jogadores de cricket, não sendo aplicada às demais modalidades.

Por fim, o sétimo instrumento proposto Mark e Ragan (2008), foi baseado inteiramente na definição de *MT* proposta por Loehr's (1986), denominado *Mental, Emotional, and Bodily Toughness Inventory (MeBTough)*. Composto por 43 itens distribuídos numa escala Likert de 7 pontos. Apesar de ter passado por iniciais análises estatísticas, foi aplicado numa amostra baixa de sujeitos ($n = 261$), segundo Sheard (2012), ainda necessitando passar por análise exploratória e confirmatória. Por fim, o instrumento é voltado à medir *MT* em pessoas que passam por processos de reabilitação após lesão.

Após este recorte histórico, entendemos que apesar de terem sido propostos sete modelos diferenciados de instrumentos que se propõe a avaliar *MT*, temos ainda discrepâncias entre os mesmos no que tange à público-alvo, amostragens e carência de análises psicométricas rígidas.

2.3.3 Definição do conceito de *Mental Toughness (MT)*

Ao se falar de THP não há como não falar de *MT*. Autores como Loehr (1982, 1986), Tunney (1987), Hodge (1994), Goldberg (1998), Williams (1998), Gould e Dieffenbach (2002), Sheard, Golby e van Wersch (2009), dentre outros, discorrem sobre a

importância de *MT*.

Gould, Dieffenbach e Moffett (2002) comentaram que ganhadores de Jogos Olímpicos consideraram o *MT* um pré-requisito crucial ao sucesso esportivo. Sendo, assim, podemos supor que o THP é algo que pode definir algumas rotas de fracasso e sucesso.

O conceito de *MT* já parece ser bem difundido, principalmente fora no país, entretanto ainda não há uma definição formal e única para tal. Sheard (2012, p.5) diz que “*MT* é provavelmente o termo mais utilizado em Psicologia do Esporte, porém o menos compreendido”. O referido autor considera que o conceito de *MT* está inserido no bojo conceitual da Psicologia Positiva, a qual tem como um paradigma central que elementos estressores, adversidades e variadas demandas são inerentes à condição humana e que todos teriam condições de passar por adversidades (sociais, físicas ou emocionais) e transcendê-las, o que poderia estimular o fortalecimento do *MT* nos indivíduos.

Sheard (2012) comenta que *MT* parece ser constituída ou composta por certos atributos mentais. E que, estes atributos contribuem substancialmente para separar os bons, dos muito bons, vencedores dos vencidos, e o que alcançam e os que quase alcançam.

Existem trabalhos que elucidaram este assunto, como os de Goldberg (1998), Golby e Sheard (2004), Jones et al. (2002), Weinberg e Gould (2008) e Fonseca (2012).

Fonseca (2012) construiu um apanhado de definições e discussões sobre a temática *MT*, inclusive propõe a tradução do termo para a língua portuguesa de Portugal como Robustez Mental, e comenta que entre as definições propostas, Goldberg (1998) e outros autores (citados por Golby e Sheard, 2004; Jones et al., 2002), referem-se à *MT* como: capacidade de lidar ou controlar a pressão, o *stress* e as adversidades; capacidade de superar e ultrapassar fracassos; capacidade de resistir ou recusar desistir; insensibilidade ou resiliência; posse de capacidades mentais superiores; traço de personalidade; estado de espírito.

Sheard (2009) discute aprofundadamente o conceito de *MT*, tendo em vista o instrumento que construiu junto com dois colegas Golby e van Wersch (2009), seus construtos e análises estatísticas para avaliá-lo. Em artigos publicados, e em seu livro denominado *Mental Toughness The Mindset Behind Sporting Achievement*, Sheard (2013), além de tecer considerações sobre o esporte e *MT*, também propõe um questionário que

visa avaliar três fatores psicológicos diretamente envolvidos no assunto: Confiança, Constância e Controle. Falaremos especificamente e detalhadamente sobre o instrumento adiante, no ítem Metodologia.

Algumas características que os desportistas devem ter quanto à *MT* são apontadas por Clough et al. (2002): tendência a ser sociáveis e extrovertidos; capazes de permanecer calmos e relaxados, competitivos em várias situações e com níveis de ansiedade mais controlados que de outros. Com um grande sentido de autoconfiança e uma fé inabalável de que controlam o próprio destino, estes indivíduos podem permanecer pouco afetados pela competição ou adversidade.

Sheard (2010) refere que alguns dos atributos de *MT* são componentes periféricos aos requisitos de desportos específicos, ainda que os componentes centrais sejam amplos o suficiente para abranger todos os desportos. Este autor acrescenta que, em última análise, o conjunto de atributos de alguém possuidor de *MT* é composto por autoconfiança, honestidade e integridade, determinação, e um sentido de princípios éticos bem desenvolvido, componentes que se aplicam a qualquer desporto. Sugere que atletas demonstram expressões parecidas de *MT* através de comportamentos em diversas situações e em diversas modalidades esportivas. Sobre isto, menciona que haveria uma espécie de núcleo composto por determinados atributos mentais, alguns mais apropriados do que outros. Sendo assim, o autor propõe que este conjunto de atributos mentais separam os bons dos muito bons, os vencedores dos vencidos e dos que alcançam e os que quase chegam lá.

Estudos como o de Nicholls et al. (2008) traçam correlações entre os fatores (a) *MT* e *coping*², (b) *MT* e otimismo, e (c) *coping* e otimismo entre atletas. Como sujeitos, participaram 677 atletas (454 homens e 223 mulheres) com idades entre 15 e 58 anos. O fator *MT* apresentou significativa correlação entre 8 a 10 sub-escalas de *coping* e otimismo. Apontaram que altos níveis de *MT* foram associados ao uso de estratégias de *coping* como imagens mentais, controle mental, análises lógicas, dedicação de esforços e menos relacionadas às estratégias de *coping* evitativas como distanciamento, distrações mentais e

² O *coping*, para Antoniazzi et al. (1998) é concebido como o conjunto das estratégias utilizadas pelas pessoas para adaptarem-se a circunstâncias adversas. Ainda mencionam que uma possível tradução ao termo seria: “adaptar-se a”, “lidar com” ou “enfrentar”.

resignação. E concluíram que há necessidade de se incluir estratégias de *coping* e treinamento de otimismo nas intervenções para desenvolvimento de *MT*.

O conceito de *MT* não está “fechado” ou restrito, e sim relacionado a outros atributos mentais e parece mesmo ser um atributo a ser desenvolvido e não algo inato, pronto ou congênito.

Segundo Sheard (2012) o esporte revela o caráter, examina e mostra a robustez e as fragilidades da natureza humana, frequentemente brutal.

Autores como Weinberg e Gould (2008), Fonseca (2012), Sheard (2012), dentre outros, comentam que ainda não há uma definição fechada a respeito do conceito de *MT*.

Sendo assim, buscamos compreender o significado semântico desta expressão, traduzida e utilizada amplamente para o português de Portugal como “Robustez Mental”. Pesquisamos em três dicionários brasileiros, por serem os mais difundidos e utilizados. Encontramos as definições abaixo para os termos, em separado:

Quadro 3 - Resultado das buscas nas bases de dados para os termos *Mental* e *Toughness*

FONTE DE BUSCA	TERMO EM INGLÊS	TRADUÇÃO	TERMO EM INGLÊS	TRADUÇÃO
Michaelis (online)		<u>mental</u> , intelectual, espiritual.		<u>dureza</u> , <u>resistência</u> , obstinação.
Babylon (online)	<i>Mental</i>	<u>mental</u> , espiritual, intelectual.	<i>Toughness</i>	tenacidade; <u>dureza</u> ; <u>resistência</u> .
Linguee (online)		<u>Mental</u>		tenacidade; <u>dureza</u> ; <u>resistência</u> ; dificuldade.

Como mostrado no quadro acima, não aparece nenhuma vez, o termo Robustez como uma possível tradução ao termo *Toughness*. Em nosso idioma, esta expressão parece nos remeter às características associadas a peso, densidade; critérios mais associados à medida do que à qualidade mental ou características psicológicas.

Pesquisas recentes, como a de Gucciardi et al (2008) sugerem que o termo *MT* refira-se a mais do que resistência mental que aparece ao atleta lidar com adversidades, e

que o *MT* também auxilia na manutenção do foco e da motivação.

Assim, apesar de não utilizarmos comumente a palavra “robustez”, e desta palavra não ter aparecido em nenhuma tradução apresentada pelas fontes de busca, entendemos que escolher o termo “resistência” ou mesmo o termo “dureza” que são os que mais aparecem nas traduções, poderia afunilar todo o significado que está embutido no termo original, que inclui a idéia de resistência, mas não somente ela como um componente essencial para o *MT*.

Esta reflexão fez com que resolvêssemos pesquisar novamente em dicionários, levando em conta a expressão amplamente utilizada pela língua portuguesa de Portugal, a fim de compreender semanticamente as diferentes expressões para a palavra “robustez” e levantamos alguns sinônimos apresentados no Quadro 4 a seguir.

Quadro 4 - Resultado das buscas nas bases de dados para os sinônimos da palavra Robustez

FONTE DE BUSCA	TERMO EM PORTUGUÊS	SIGNIFICADO
Dicionário Priberam da Língua Portuguesa (online)	Robustez	Qualidade ou caráter de robusto; <u>vigor</u> ; fortaleza.
Dicionário de Sinonimos (online)		Força, robusteza, <u>vigor</u> , energia, pujança, vontade.
Michaelis (online)		Qualidade de robusto; força, fortaleza, <u>vigor</u> .

Notamos que o termo Vigor se repete nas três fontes de busca como um sinônimo para a palavra Robustez e nos remete às idéias de “força”, “densidade” e “intensidade”, além de ser uma palavra amplamente utilizada em nosso idioma e, principalmente no meio esportivo. Então, após a análise semântica e pesando numa terminologia mais adequada à nossa cultura, utilizaremos o termo “vigor” conjugado ao “mental” como tradução ao termo *MT*, portanto Vigo Mental (VM).

3 MÉTODOS E MATERIAIS

Trata-se de pesquisa descritiva. Por ser um instrumento originalmente desenvolvido em outro idioma, país e cultura, ainda serão realizadas duas etapas: tradução, e adaptação à língua e à cultura.

Para este trabalho, fizemos a tradução e adaptação cultural do instrumento de avaliação *Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)*, proposto por Sheard, Golby and van Wersch (2009) para a língua portuguesa do Brasil, seguindo os passos propostos pelo guideline da *American Academy of Orthopedic Surgeons/Institute for Work and Health* (BEATON, BOMBARDIER, GUILLEMIN, 2002). Também foram adotadas duas modificações a este guideline, previamente testadas para este tipo de estudo no contexto brasileiro (FERREIRA et al., 2011). O trabalho foi resguardado sob o número de parecer do comitê de ética: 83875. Data da relatoria: 27/08/2012.

3.1 Instrumento

A autorização do autor para sua utilização está no ANEXO A e versão original do *Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)* está no ANEXO B.

3.1.1 Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)

De acordo com Sheard, Golby e van Wersch (2009), *Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)* é um instrumento composto por quatorze perguntas fechadas a serem respondidas por escala tipo *Likert* de quatro pontos e que se propõe a avaliar três diferentes fatores psicológicos: confiança, constância e controle. Escores maiores se referem a um fator marcante de VM. Os autores enfatizam a importância das funções cognitivas no controle psicológico. Comentam sobre a importância do treino mental, visualizações, e a busca por um estado de relaxamento mental como fatores determinantes de um rendimento de excelência. Para responder ao questionário, basta assinalar um dos quatro pontos que melhor representem como o atleta se vê nas situações propostas. Suas

respostas podem ser distribuídas da seguinte forma: muito verdadeiro (representado pela letra A), a maior parte verdadeiro (letra B), pouco verdadeiro (C) ou nem tudo verdadeiro (D). Os valores de cada resposta de A até D são os mesmos entre os itens 1 a 8; e invertem de 9 a 14, passando a ter pontuação decrescente. Apresentamos abaixo a tabela 1 para elucidar melhor o raciocínio.

Tabela 1 – Valores numéricos atribuídos às respostas do questionário

Número da questão/Escala de quatro pontos	A	B	C	D
1 a 8	4	3	2	1
9 a 14	1	2	3	4

A seguir, constam os fatores medidos e as respectivas questões (em inglês ainda, por ainda não termos efetuado a etapa de tradução) para maiores esclarecimentos.

Quadro 5 – Fatores medidos e questões

Fator medido	Questões
Confidence	1 I interpret threats as positive opportunities
	2 I have an unshakeable confidence in my ability
	3 I have qualities that set me apart from other competitors
	4 I have what it takes to perform well while under pressure
	5 Under pressure, I am able to make decisions with confidence and commitment
	6 I can regain my composure if I have momentarily lost it
Constancy	7 I am committed to completing the tasks I have to do
	8 I take responsibility for setting myself challenging targets
	9 I give up in difficult situations
	10 I get distracted easily and lose my concentration
Control	11 I worry about performing poorly
	12 I am overcome by self-doubt
	13 I get anxious by events I did not expect or cannot control
	14 I get angry and frustrated when things do not go my way

3.1.2 Correção do Instrumento

Ao se somarem os pontos obtidos, chega-se a um escore mínimo de valor 14 ou máximo de 56, conforme o que foi sinalizado em cada questão. Não há indícios apontados pelos autores (no livro no qual o instrumento foi proposto e no artigo científico publicado) acerca de uma classificação dos resultados, como se fosse médio, fraco ou forte. Fizemos contato com um dos autores do instrumento, Sheard, solicitando esclarecimento, uma vez que não encontramos maiores explicações, como dito, e o mesmo relatou formalmente não haver uma classificação dos resultados.

3.1.3 Fatores avaliados

Os três fatores medidos pelo instrumento em questão, foram propostos e definidos pelos autores e foram apenas traduzidos para nosso idioma para corroborar com o entendimento conceitual de modo a não alterar a originalidade, portanto, seguem apenas traduzidos e adaptados. Não propusemos, assim, discussões a cerca dos construtos ou um novo modelo conceitual.

Confidence – Confiança

Sheard (2012) comenta que os seis itens avaliados corroboram com os estudos de Gucciardi et al. (2008), Jones et al. (2002) e Thelwell et al. (2005), os quais consideram o aparecimento de níveis elevados de autoconfiança e da crença em si mesmo como atributos de praticantes mentalmente resistentes. Estes seis itens referentes frisam a importância dos atletas em confiarem em suas habilidades de alcançarem suas metas e crerem que são diferenciados e crucialmente melhores do que seus oponentes. Compreendem itens similares a sentimentos de auto-regulação tais como acreditar em si mesmo, mantendo-se positivo, especialmente diante de desafios, situações e pressões advindas de esportes altamente competitivos. Atletas com vigor mental possuem uma forte crença em suas próprias habilidades, especialmente sob pressão. Alguns competidores

possuem em seus atributos, uma presença competitiva e certo “ar” de comando e de autoridade, mas não de arrogância. Oponentes podem rapidamente assumir uma linguagem corporal submissa, como o rebaixar de ombros e de cabeça, e podem se perceber perturbados pela presença do competidor. A projeção da imagem é a chave. A confiança, como um dos constituintes de *MT* é considerado a causa, mais do que uma consequência.

Constancy – Constância

Este fator corresponde à determinação dos atletas em atender as demandas ou exigências dos treinamentos e competições, bem como a “boa vontade” ou tendência em assumir responsabilidade (compromisso) com as características dos treinamentos e metas, atitude obstinada e habilidade em se concentrar. Atletas com vigor mental reconhecem que eles devem assumir responsabilidade por seus próprios treinos e rendimentos. Eles reconhecem, por fim, que durante uma competição, estão por si próprios e possuem um alto senso de responsabilidade. Implicitamente, no item Constância (no SMTQ) está a idéia de que sem domínio, não há responsabilidade. Também se refere a não desistência diante de adversidades, tendência a manter a atenção concentrada na tarefa e a evitação de preocupações com resultados negativos, que podem, de outra maneira influir em queda de rendimento ou provocar desistências (WILLIAMS et al, 2001). Atenção contínua é uma questão de disciplina mental. Atletas que atingem altas pontuações neste item, são mais capazes de manter o foco, particularmente diante de provocações e não sentem necessidade de abusarem de seus oponentes.

Control – Controle

Pessoas que acreditam ter certo controle sobre os fatos em suas vidas sentem-se melhor, lidam melhor com adversidades e crises e se desempenham cognitivamente melhor se comparadas com as que possuem menor sensação de controle. A noção de controle é relatada em vários construtos teóricos como centro de controle (ROTHER, 1954), centro saudável de controle (WALLSTON, 1989), auto-eficácia (BANDURA, 1997) e hardiness

(KOBASA, 1979). Os que possuem altos índices em controle, parecem ser capazes de manter as emoções e frustrações em níveis mais estáveis, percebem que precisam aceitar diversas circunstâncias, ainda que negativas e as transformam em combustível para avançarem.

3.1.4 Análises psicométricas

As análises psicométricas a cerca do instrumento foram realizadas para verificação de validação do mesmo pelos autores originais e o modelo fatorial encontra-se no ANEXO C. A análise fatorial dos coeficientes foi feita e mostrou forte correlação entre os três fatores medidos. Também foi verificado evidencia do fator VM nas três. Sheard et al. (2009, p.191) aponta que o instrumento apresenta boa validade, e evidências de que o SMTQ possui propriedades psicométricas satisfatórias, com confiabilidade, validade divergente e poder discriminatório adequados. A consistência interna dos fatores foi considerada boa, com todos coeficientes alpha acima de 0.7. Correlação entre baixa e moderada foram relatadas, ainda que conceitos distintos (solidez/dureza e otimismo) forneceram suporte para validade discriminante, enquanto evidências para as diferenças do conceito de VM relativas à idade, gênero, e padrões de competitividade foram também encontrados. Entretanto, os autores recomendam estudos para comprovação da validação do instrumento.

3.2 Procedimentos

3.2.1 Tradução e adaptação cultural

Para realizar o processo de tradução e adaptação transcultural do instrumento, seguimos o *guideline* proposto por Beaton, Bombardier e Guillemin (2002) e procedimentos metodológicos propostos por Campana (2013), tendo em vista o detalhamento do processo e adaptações metodológicas realizadas pelo autor que foram adequadas ao nosso trabalho. Foram necessárias algumas alterações: uma no segundo

passo e duas modificações nos dois passos finais (no total de cinco) propostas por Ferreira et al. (2011). Os passos originais podem ser conferidos a seguir, na Figura 3. Os seguintes passos foram adotados:

- Tradução do instrumento para o português do Brasil: para tal, foram utilizados os serviços de dois tradutores nativos do Brasil, com domínio e fluência comprovada no idioma original do instrumento (inglês). Estes tradutores fizeram suas traduções sem se comunicarem, chegando às duas versões T₁ e T₂ apresentadas nos Anexos C e D respectivamente.
- Síntese das Traduções: à partir das duas traduções, uma reunião foi feita entre pesquisador responsável, um juiz de síntese (orientador), um técnico de time profissional, um atleta de alto rendimento (representante do público-alvo) e, um professor doutor especialista em esportes, que em conjunto, produziram uma versão de consenso, denominada síntese de traduções (T₁₂) apresentada no Anexo E . Este trabalho foi realizado porque os tradutores de T₁ e T₂ relataram terem se questionado a cerca do que seria respondido por um atleta de modalidade individual, se seria diferente de um atleta pertencente a uma modalidade coletiva. Sendo assim, optamos por maiores cuidados e critérios e pensamos em reunir um número maior de peritos representantes de todas as áreas do esporte (ensino, pesquisa, atleta e técnico) de forma a reforçar a troca de impressões e a chegar a uma versão mais acurada do instrumento. Sendo assim, esta segunda etapa do *Guideline* sofreu adaptação. Os dois tradutores não se fizeram presentes por não estarem disponíveis em função de horário de trabalho.
- Retrotradução: a síntese das traduções foi enviada para dois retrotradutores possuidores da língua inglesa como primeira língua e a mesma do instrumento. Cada um fez uma versão em inglês das traduções de forma independente e sem conhecimento dos instrumentos originais gerando RT₁ e RT₂.
- Comitê de peritos: recolhemos todo material produzido nas etapas pregressas e encaminharemos a um comitê de peritos composto por: dois tradutores, dois

retrotradutores, um tradutor profissional especialista em Letras, um representante do público alvo (atleta de alto rendimento), orientador e pesquisadora. A inserção de um representante do público-alvo é uma adaptação ao *Guideline*, já testado no Brasil por Ferreira et al (2011) e por Campana (2013). O foco deste Comitê foi produzir uma versão final do instrumento para o pré-teste, e foram considerados os aspectos de equivalências semântica (semelhanças de vocabulário/gramática), conceitual (manutenção do conceito inicial, apesar de alguma mudança ocorrer), idiomática (busca de expressões equivalentes ao original) e cultural (verificar se há aplicação para público alvo e cenário) conforme apontado por Campana (2013).

Apresentamos a seguir, o esquema gráfico original que propõe todo o processo de tradução e adaptação cultural de instrumentos de avaliação.

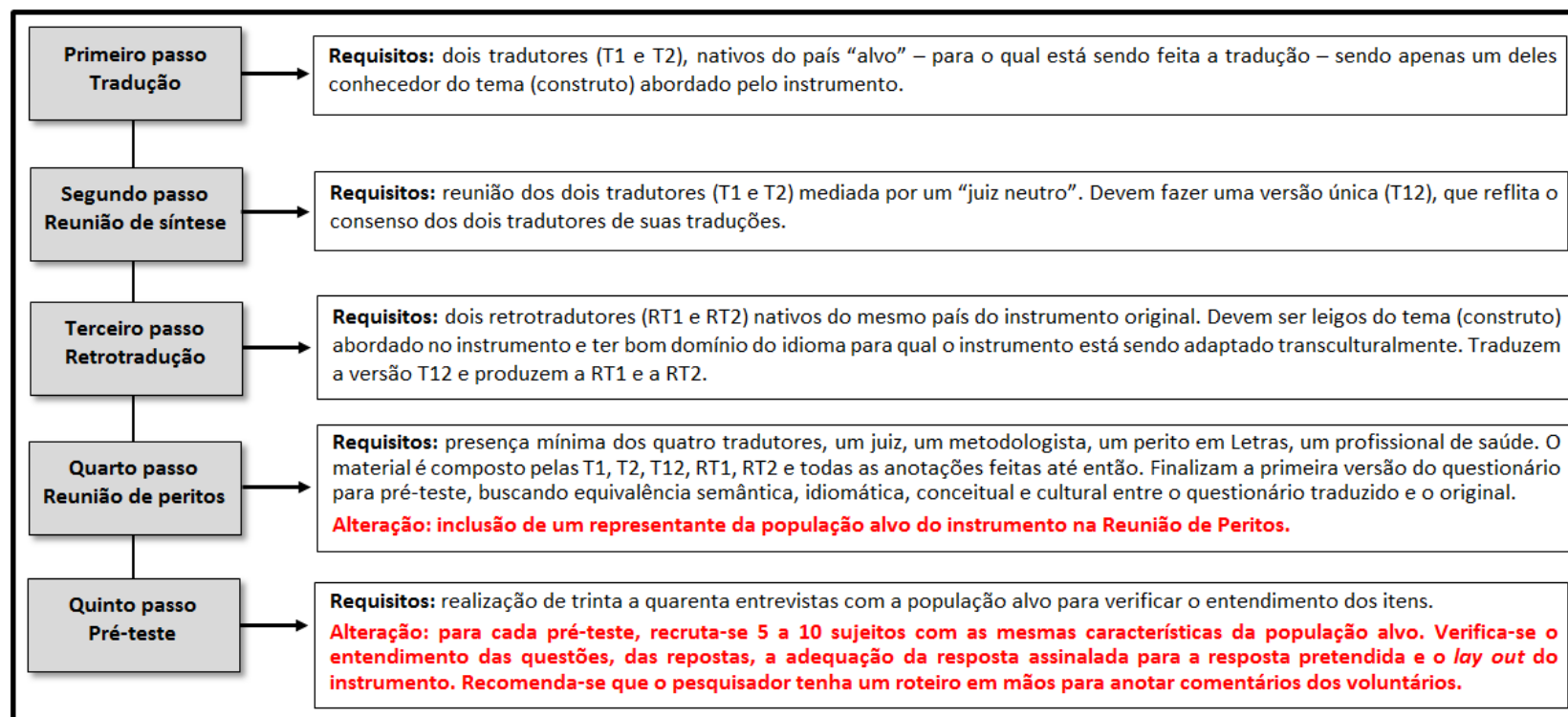


Figura 4 – Os cinco passos originais do *guideline* de Beaton, Bombardier e Guillemin (2002) e as alterações adotadas por Ferreira et al. (2011).
Fonte: Campana (2013, p. 58).

4 RESULTADOS

Neste capítulo estão inclusas: as traduções e a síntese das traduções do instrumento *SMTQ* (realizada em Comitê de Peritos), os resultados das duas retrotraduções, a reunião final do segundo Comitê de peritos e o pré-teste.

4.1 Tradução e adaptação cultural

4.1.1 Traduções do *SMTQ*

Duas traduções (T1 e T2) foram realizadas por dois tradutores nativos do Brasil, com profundo conhecimento e domínio gramatical e semântico da língua inglesa (original do instrumento). O tradutor 1 é Professor de Educação Física e trabalha com esportes de alto rendimento como técnico, além de ter sido professor de inglês particular e já ter realizado trabalhos de tradução. O tradutor 2 é atleta de alto rendimento praticante de esporte paralímpico e estudante de graduação, além de ter morado nos EUA. Durante todo processo, os tradutores não tiveram contato entre si, realizando suas traduções de forma independente. As versões das traduções do inglês para o português encontram-se nos ANEXOS D e E e, apesar de terem sido muito parecidas, apresentaram algumas diferenças de interpretação, o que gerou a necessidade de alterarmos o segundo passo do *guideline* e ampliarmos a T12 para outros especialistas.

No quadro a seguir, apresentamos a relação de semelhanças e diferenças apresentadas nas duas traduções.

Quadro 6 – Representação de semelhanças e diferenças apresentadas pelas duas traduções do *SMTQ*

ITENS		TRADUÇÕES		
NOME DO INSTRUMENTO	T1	↔	*	T2
RESPOSTA 1	T1	=	*	T2
RESPOSTA 2	T1	=	*	T2
RESPOSTA 3	T1	=	*	T2
RESPOSTA 4	T1	≠	*	T2
1	T1	=	*	T2
2	T1	=	*	T2
3	T1	↔	*	T2
4	T1	≠	*	T2
5	T1	≠	*	T2
6	T1	≠		T2
7	T1	≠	*	T2
8	T1	↔	*	T2
9	T1	=	*	T2
10	T1	↔	*	T2
11	T1	≠	*	T2
12	T1	≠	*	T2
13	T1	↔	*	T2
14	T1	↔	*	T2

Onde: = representa análises iguais; ≠ representa diferença de análise, ↔ representa semelhanças, e * representa traduções feitas muito próximas do sentido literal.

4.1.2 Reunião de Síntese das traduções (T12)

A reunião de síntese das traduções do instrumento contou com a participação de pesquisador responsável, um juiz de síntese (orientador), um técnico de time profissional, um atleta de alta performance (representante do público-alvo) e, um professor doutor especialista em esportes, que em conjunto, produziram uma versão de consenso, denominada síntese de traduções (T12) apresentada no Anexo F . Este trabalho foi realizado porque os tradutores de T1 e T2 relataram terem se questionado a cerca do que

seria respondido por um atleta de modalidade individual, se seria diferente de um atleta pertencente a uma modalidade coletiva, e porque ao lermos o material coletado, percebemos que seria prudente realizar este passo com maiores discussões provenientes de demais profissionais, sendo assim, pensamos em reunir um número maior de peritos representantes de todas as áreas do esporte (ensino, pesquisa, atleta e técnico) de forma a reforçar a troca de impressões e a chegar a uma versão mais acurada do instrumento. Sendo assim, esta segunda etapa do *Guideline* sofreu adaptação.

Assim, podemos compreender melhor porque decidimos reunir um comitê de peritos para que a construção de T12 ficasse melhor adaptada culturalmente, tendo em vista que apenas três, de doze assertivas, foram consideradas iguais (1, 2 e 9), sete como semelhantes (3, 4, 6, 10, 11, 13 e 14) e três apresentaram diferenças (5, 7 e 8). Apesar de termos observado que de doze traduções, onze apresentaram literalidade nas mesmas, o sentido de algumas precisou ser discutido e adaptado para nosso idioma e para o cenário esportivo. Tomamos a liberdade de enviar um e-mail a um dos autores (Sheard) para que dúvidas pudessem ser sanadas e para que tivéssemos o máximo de cuidado em nossa análise.

Algumas considerações foram feitas antes de analisarmos as assertivas. O nome do instrumento, bem como a falta de instruções originais para o preenchimento do mesmo e o formato de respostas foram alvo de discussões. Tais apontamentos foram subdivididos a seguir para facilitar a compreensão do leitor.

Apresentamos na sequência (QUADRO 6) cada item que precisou ser alterado, bem como as conclusões obtidas pela discussão do Comitê, para a formulação da síntese T12.

Quadro 7 – Representação das conclusões e alterações dos itens para formulação da síntese de tradução do *SMTQ*

ITENS	ESCOLHA PARA T12
NOME DO INSTRUMENTO	T ₁
RESPOSTA 1	T ₁ = T ₂
RESPOSTA 2	T ₁ = T ₂
RESPOSTA 3	T ₁ = T ₂
RESPOSTA 4	Ψ
1	Ψ
2	Ψ
3	T ₁
4	Ψ
5	T ₁
6	Ψ
7	Ψ
8	Ψ
9	T ₁ = T ₂
10	T ₂
11	T ₂
12	Ψ
13	Ψ
14	Ψ

Onde: Ψ representa sugestão do comitê de peritos; T₁ representa escolha pela proposta do tradutor 1; e T₂ escolha pela proposta do tradutor 2.

4.1.2.1 Nome do Instrumento

Apesar de ter havido diferença nas traduções a cerca do nome do instrumento, porque foram sugeridos três termos para o termo *Toughness* (resistência, força e vigor), a síntese acatou a versão da T₁ que continha uma sugestão de usar a palavra vigor, o que combinou com toda parte teórica levantada. Assim como apontado pela literatura e já descrito neste trabalho, ainda existem muitas discussões a cerca do termo em inglês e que ele em si conteria a idéia de resistência e dureza, sendo estas as possíveis traduções literais,

mas como também utilizamos critérios de adequação cultural, conceitual e idiomática, além da semântica, sabemos que a literalidade não foi o critério primordial e determinante, por não contemplar todo significado que o conceito abarca. O nome do instrumento em português ficou “Questionário de Vigor Mental no Esporte”.

4.1.2.2 Respostas

O instrumento apresenta quatro possibilidades de respostas. Houve total concordância entre tradutores e comitê a cerca das três primeiras opções, entretanto para a quarta opção, houve necessidade de maiores discussões tendo em vista que a literalidade fez com que a quarta opção ficasse igual à terceira, além de um dos membros do comitê ter produzido outra interpretação da tradução, gerando uma versão melhorada. Sendo assim, a versão de síntese foi traduzida e adaptada de forma a contemplar a diferença da escala levando o critério do comitê como determinante. As quatro opções de resposta ficaram: muito verdadeiro, maior parte verdadeiro, um pouco verdadeiro e não todo verdadeiro.

4.1.2.3 Assertivas

Nas assertivas, houveram muitas alterações realizadas até chegarmos a um consenso final para a T12. Descreveremos a seguir cada uma delas e os questionamentos emergentes, sugestões e adaptações que foram feitas.

(1) Eu percebo desafios como oportunidades positivas

Nessa assertiva, o comitê de peritos trocou a expressão “interpreto” usada nas duas traduções, pela palavra “percebo” por entenderem que esta amplia o sentido da captação de múltiplos estímulos, tanto de ordem cognitiva, como também sensoriais ou emocionais, enquanto a palavra “interpreto” pareceu remeter a uma utilização de recurso apenas cognitivos.

(2) Eu possuo uma confiança inabalável em minhas habilidades

Nesta assertiva, o comitê apenas entendeu que seria mais conveniente utilizar a frase no plural, pois no singular poderia restringir a interpretação do atleta a um tipo exclusivo de habilidade, enquanto o conceito de *MT* refere sempre a um conjunto de atributos.

(4) Mesmo sob pressão, eu tenho o que é necessário para um bom rendimento

Nesta assertiva, o comitê decidiu colocar a expressão “sob pressão” antes do texto, porque entendeu que ao final não destacaria a habilidade em manejá-la. Tendo em vista que esta assertiva está dentro da subescala Confiança, resolvemos dar ênfase às condições de pressão operando o manejo de confiança em habilidades próprias. Também encontramos necessidade de manter a palavra rendimento em português como tradução de *performance*, apesar de a utilizarmos em nosso meio e cenário esportivo.

(6) Eu consigo recuperar minha confiança, se eu perdê-la em algum momento

Nesta assertiva, o comitê chegou a pensar em alterar a palavra confiança por compostura, mas nos ativemos fiéis ao que esta assertiva pretende avaliar que seria confiança. Ambos os tradutores usaram a expressão “compostura” e o comitê entendeu que esta parece estar ligada à modos de se comportar e não ao fator avaliado, sendo assim, fez a devida alteração adaptativa.

(7) Eu tenho o compromisso de terminar as tarefas que tenho a fazer

Nesta frase o comitê apenas combinou as duas traduções que eram quase idênticas, de modo que a frase tivesse um sentido mais claro.

(8) Eu tenho o compromisso de terminar as tarefas que tenho a fazer

Nesta assertiva, o comitê apenas combinou as duas traduções que eram quase idênticas, de modo que a frase tivesse um sentido mais claro.

(12) Eu sou tomado por incertezas

Nesta assertiva, houve a necessidade de consultar o autor principal para esclarecer o sentido da expressão *self-doubt*, tendo em vista que este item avalia controle, ficamos em dúvida se não estaria ligado à confiança sendo usada a T1 ou a T2. O mesmo esclareceu que o termo em inglês refletia à sensações de incerteza, descontrole emocional, tendo em vista que diante de determinadas situações boas, um atleta pode se ver incerto, com dúvidas a cerca de seu rendimento ou de suas habilidades em lidar com aquela demanda. Além disso, esses são componentes da subescala Controle e portanto, foi reformulado para melhor adaptação semântica e idiomática.

(13) Eu fico ansioso diante de situações inesperadas ou das que não posso controlar

Apenas foi feito a mescla das duas traduções propostas que já eram similares para dar um formato semântico melhor.

(14) Eu fico zangado e frustrado quando as coisas não saem como espero

Nesta assertiva, o comitê entendeu que T2 usou a expressão no passado e T1 usou a expressão “maneira esperada” o que poderia denotar que alguém esperaria algum resultado, então optamos por trazer no tempo verbal do presente e para uma auto-referência.

4.1.3 Retrotraduções

As retrotraduções do *SMTQ* foram feitas por dois retrotradutores. A primeira retrotradutora (RT1) é nascida nos EUA, engenheira, reside no Brasil há cerca de 20 anos e também é praticante de esporte. A segunda retrotradutora (RT2) é nascida na Inglaterra e tem o português do Brasil como segunda língua em função de um de seus pais ser

brasileiro, também praticante de esporte e é estudante de pós-graduação.

Durante o processo, as duas RTs não se contactaram, realizando as versões de forma independente. As duas versões apresentaram semelhanças entre si, mas com pequenas diferenças semânticas. As versões produzidas estão apresentadas nos ANEXOS G e H respectivamente. No Quadro 8 abaixo, apresentamos a análise comparativa entre ambas.

Quadro 8 – Representação de semelhanças e diferenças apresentadas pelas duas retrotraduções do *SMTQ*

ASSERTIVAS		RETROTRADUÇÕES		
NOME DO INSTRUMENTO	RT ₁	≠		RT ₂
RESPOSTA 1	RT ₁	=	*	RT ₂
RESPOSTA 2	RT ₁	=	*	RT ₂
RESPOSTA 3	RT ₁	≠		RT ₂
RESPOSTA 4	RT ₁	≠		RT ₂
1	RT ₁	=	*	RT ₂
2	RT ₁	≠	*	RT ₂
3	RT ₁	=	*	RT ₂
4	RT ₁	↔	*	RT ₂
5	RT ₁	=		RT ₂
6	RT ₁	↔	*	RT ₂
7	RT ₁	↔		RT ₂
8	RT ₁	↔	*	RT ₂
9	RT ₁	↔	*	RT ₂
10	RT ₁	≠	*	RT ₂
11	RT ₁	↔	*	RT ₂
12	RT ₁	↔		RT ₂
13	RT ₁	≠	*	RT ₂
14	RT ₁	↔	*	RT ₂

Onde: = representa análises iguais; ≠ representa diferença de análise, ↔ representa semelhanças, e * representa retrotraduções feitas muito próximas do sentido literal.

4.1.4 Reunião de Peritos

O comitê de revisores foi composto pelos seguintes membros: um juiz de síntese (orientador), pesquisadora, tradutor 1, tradutor 2, retrotradutora 1, retrotradutora 2, um tradutor profissional especialista em Letras e um atleta representante de modalidade esportiva adaptada.

4.1.4.1 Nome do instrumento

Primeiramente discutimos o nome do instrumento. O comitê sugeriu e aprovou o uso de um nome traduzido para o português do Brasil, tendo em vista que foi feita adaptação do instrumento para nossa realidade, entretanto, para manter a relação com o instrumento original e facilitar as buscas em bases (nacionais e internacionais) de dados, mantivemos a abreviatura do mesmo no original após o nome traduzido. O nome do instrumento ficou: Questionário de Vigor Mental no Esporte (*SMTQ*).

4.1.4.2 Instruções para o preenchimento do instrumento

Originalmente não foi encontrado um cabeçalho com instruções e dados a serem preenchidos pelo atleta. Propusemos, durante a reunião de peritos, um modelo baseado em referências comuns já existentes. O enunciado do instrumento ficou: “Considerando as situações abaixo, em relação ao seu rendimento esportivo, avalie e assinale com um X a melhor opção, que esteja de acordo com sua opinião. Responda prontamente e de forma espontânea e saiba que não há respostas certas ou erradas, apenas o seu ponto de vista. Caso cometa erros circule a opção errada e continue assinalando com um X a resposta que julgar correta”.

4.1.5 Pré-teste

Realizamos o pré-teste (APÊNDICE 1) com 10 voluntários (8 do sexo masculino e 2 do sexo feminino), com idade média de 33 anos \pm 5 anos. Todos eram atletas de alto rendimento, sendo 5 praticantes de handebol em cadeira de rodas com deficiência física em membros inferiores e 5 praticantes de atletismo/maratona convencional. Após o preenchimento do instrumento, checamos com os mesmos as dúvidas relacionadas ao enunciado, às instruções de preenchimento e às assertivas. Todos revelaram terem compreendido sem dificuldade e com clareza todos os itens do instrumento, sem questionamentos. Uma proposta foi feita para que houvesse a alteração da escala de pontuação, alterando de 4 pontos para 5 pontos, de modo que as respostas poderiam ficar melhor distribuídas, entretanto, não acatamos esta sugestão, apesar de concordarmos, pois alteraria a forma de pontuação de respostas. Assim, sugeriram, então, a alteração da nomenclatura para colocação de pontos entre 1 a 4, ao invés de “concordo plenamente”, etc, para que fossem assinaladas as respostas de acordo com o grau de concordância com as mesmas. O grupo não entendeu haverem diferenças conceituais entre “concordo parcialmente” e “discordo parcialmente”, então acatamos a necessidade de modificação do mesmo, atentando para a inversão de pontuação à partir da 9^a questão em diante. Houve compreensão das assertivas, das instruções, e aprovação do *layout* do mesmo. Sendo assim, finalizamos o processo de adaptação cultural obedecendo aos critérios mínimos estipulados por MALHOTRA (2002), que previa um consenso de mínimos 80% de concordância numa amostra para ser considerado adequado. Consideramos que o pré-teste alcançou seus objetivos.

4.2 Questionário de Vigor Mental no Esporte

Apresentamos a seguir a versão final do instrumento após tradução, adaptação cultural e pré-teste.

QUESTIONÁRIO DE VIGOR MENTAL NO ESPORTE (SMTQ)



Nome: _____ Data nasc.: _____ Idade: _____
 Sexo: F () M () Escolaridade: _____ Email: _____
 Modalidade esportiva principal: _____ Frequência: _____
 Tempo em que se dedica a prática esportiva principal: _____ Data aplicação: _____

INSTRUÇÕES

Considerando as situações abaixo, em relação ao seu rendimento esportivo, avalie e assinale com um X a melhor opção que esteja de acordo com sua opinião, sendo que **4 representa Concordo Plenamente e 1 representa Discordo Totalmente**. Responda prontamente e de forma espontânea e saiba que não há respostas certas ou erradas, apenas o seu ponto de vista. Caso cometa erros circule a opção errada e continue assinalando com um X a resposta que julgar correta.

		4 Concordo Plenamente	3	2	1 Discordo Totalmente
1	Eu percebo desafios como oportunidades positivas				
2	Eu possuo uma confiança inabalável em minhas habilidades				
3	Eu tenho qualidades que me diferenciam dos outros competidores				
4	Eu tenho o que é necessário para ter um bom rendimento sob pressão				
5	Sob pressão, eu sou capaz de tomar decisões com confiança e comprometimento				
6	Eu consigo recuperar minha confiança se eu a perco momentaneamente				
7	Eu sou comprometido(a) a terminar as tarefas que tenho a fazer				
8	Eu me responsabilizo por colocar objetivos desafiadores para mim				
		1 Discordo Totalmente	2	3	4 Concordo Plenamente
9	Eu desisto em situações difíceis				
10	Eu me distraio facilmente e perco minha concentração				
11	Eu me preocupo em apresentar mau rendimento				
12	Eu sou tomado(a) por incertezas				
13	Eu fico ansioso(a) em situações inesperadas ou das que não posso controlar				
14	Eu fico bravo(a) e frustrado(a) quando as coisas não saem do meu jeito				

5 - DISCUSSÃO

O objetivo deste trabalho foi adaptar um instrumento de avaliação psicológica que pudesse avaliar fatores psicológicos componentes de *Mental Toughness*, relacionados diretamente ao rendimento esportivo de modo que atletas pudessem compreender como tais fatores se associavam e se comportavam e, a partir desse auto conhecimento pudessem ter seus rendimentos aprimorados.

Para tal, desenvolvemos todo processo através de várias etapas formais. Transitar entre elas possibilitou grandes aprendizados. Realizar revisão de bibliografias, perceber como a avaliação psicológica e a utilização de instrumentos de avaliação se desenvolveram ao longo do tempo, nos forneceu motivação para buscar agregar novos conhecimentos, enfaticamente para a área do esporte.

Apesar dos métodos de investigação e medidas psicológicas no esporte terem sido tradicionalmente os mesmos utilizados na psicologia geral, sendo emprestados da área clínica, como apontado por Rohlfs et al. (2006), percebemos que existiram avanços, principalmente fora do Brasil, rumo à construção e ao uso de instrumentos de medidas específicos para a área esportiva.

Destacamos os trabalhos de Loehr (1987), Clough et al. (2002), Middleton et al. (2004), Gucciardi et al. (2009b), Gucciardi e Gordon (2009) e do próprio Sheard et al. (2009) que, apesar de apontarem falhas no processo de validação de instrumentos, ousaram propor novas formas de medição de construtos psicológicos inerentes ao cenário esportivo. Coincidentemente, esses instrumentos abordam o conceito de *MT*, termo amplamente utilizado e sobre o qual ainda existem muitas tentativas de definição, porém nenhuma definitiva e única internacionalmente e também em nosso meio. Talvez por essa razão Sheard (2012, p.5) comentou que “*MT* é provavelmente o termo mais utilizado em Psicologia do Esporte, porém o menos compreendido”.

Além de todo resgate conceitual sobre o termo *MT*, pudemos propor uma terminologia adaptada do mesmo para o nosso idioma e entendimento denominada Vigor Mental.

Após todo levantamento conceitual, chegamos ao entendimento comum aos autores

acima citados, de que o conceito de Vigor Mental está relacionado a um conjunto de atributos mentais que se combinam de modo muito particular e construtivo.

Realizamos um levantamento de todos os atributos mencionados pelos autores que propuseram os sete instrumentos utilizados para avaliar este constructo, citados em nossa revisão bibliográfica, a fim de conseguirmos propor uma compreensão deste termo para nossa realidade. Chegamos em 13 atributos associados ao conceito de VM.

Quadro 9 - Principais atributos associados ao conceito de VM e os autores que os citaram

ATRIBUTOS ASSOCIADOS AO VM	AUTORES
Atitude assertiva	Gucciardi et al. (2009b)
Atitude positiva	Loehr (1987), Middleton et al. (2004), Mark e Ragan (2008) e Sheard (2009)
Competitividade	Sheard (2009)
Comprometimento	Clough et al. (2002) e Middleton et al. (2004)
Confiança em si mesmo e no outro (inclui confiar nas próprias habilidades)	Loehr (1987), Clough et al. (2002), Gucciardi e Gordon (2009), Mark e Ragan (2008), e Sheard (2009)
Controle da atenção	Middleton et al. (2004), Sheard (2009), Gucciardi e Gordon (2009)
Controle de emoções	Loehr (1987), Clough et al. (2002), Mark e Ragan (2008) e Sheard (2009)
Desejo de vencer (obter sucesso)	Gucciardi et al. (2009b), Sheard (2009), Gucciardi e Gordon (2009)
Entendimento de desafios como oportunidades de crescimento	Clough et al. (2002), Gucciardi et al. (2009b) e Sheard (2009)
Espírito de grupo	Loehr (1987), Mark e Ragan (2008) e Sheard (2009)
Inteligência emocional	Gucciardi e Gordon (2009) e Sheard (2009)
Otimismo	Clough et al. (2002), Lane et al. (2007) e Sheard (2009)
Resiliência	Gucciardi e Gordon (2009) e Sheard (2009)

Lembramos que para Sheard (2009), o conceito de MT está inserido no bojo conceitual da Psicologia Positiva, a qual tem como um paradigma central que elementos estressores, adversidades e variadas demandas são inerentes à condição humana e que todos teriam condições de passar por adversidades (sociais, físicas ou emocionais) e transcendê-las, o que poderia estimular o fortalecimento do MT nos indivíduos. O autor também sugere que estes atributos contribuem substancialmente para separar os bons, dos muito bons, vencedores dos vencidos, e o que alcançam e os que quase alcançam. Concordamos com o que o autor propõe e ousamos mencionar Charles Darwin no que tange ao conceito de seleção natural, e a sobrevivência dos mais fortes e aptos. Claramente, há uma diferença substancial entre a sobrevivência biológica e a psicológica, entretanto as idéias parecem se tangenciar porque um atleta mais vigoroso mentalmente parece ter maiores condições de lidar com desafios, dificuldades e grandes oponentes, se imbuído de alto senso de confiança, comprometimento, atitudes positivas, atenção, e demais atributos, o que parece gerar maior sucesso e destaque sob demais competidores que não possuam tal vigor mental. Lawther (1974) aponta que durante o jogo as condições psíquicas que envolvem o autodomínio, a autoconfiança e a conduta de controle são sobretudo ignoradas, e a não observância a esses fatores pode resultar em comportamentos tensos, agressivos e ansiosos.

Isto parece coincidir com a prática, na qual vemos atletas desistindo diante de situações estressoras, ou mesmo tendo insucessos ao lidarem com pressões internas e externas extremas. Isto não poderia ser um tipo de seleção psicológica?

Vigor Mental, como construto psicológico parece então, estar associado à combinação destes treze atributos de modo construtivo. Ainda não existem evidências comprovando que este atributo pode ter componentes genéticos, o que pode ser ainda desenvolvido em pesquisas futuras. Desenvolver o conceito de cada um destes treze atributos não foi nosso intento, entretanto propomos esta tarefa para um estudo futuro, de forma que um novo instrumento possa ser construído abarcando formalmente todos os fatores correlacionados e depois seja feita verificação estatística a fim de chegarmos a uma definição completa e assertiva a cerca do mesmo.

O instrumento que escolhemos traduzir e adaptar foi o que melhor desenvolveu propriedades psicométricas, apesar do próprio autor ter apontado necessidade de maiores

investimentos estatísticos. Este instrumento avalia formalmente três destes treze atributos, mas lendo as definições de cada atributo proposto pelo autor principal, vemos que dentro de cada um dos três, há outros subentendidos e também citados pelos demais autores acima mencionados, a citar:

- Confiança: inclui confiança em suas habilidades de alcançarem suas metas e crerem que são diferenciados e crucialmente melhores do que seus oponentes; possuem sentimentos de autorregulação tais como acreditar em si mesmo, se mantendo positivo, especialmente diante de desafios, situações e pressões, forte crença em suas próprias habilidades, especialmente sob pressão. É considerado um atributo de causa de VM e não de consequência.
- Constância: Este fator corresponde à determinação dos atletas em atender as demandas ou exigências dos treinamentos e competições, bem como a “boa vontade” ou tendência em assumir responsabilidade (compromisso) com as características dos treinamentos e metas, atitude obstinada e habilidade em se concentrar, alto senso de responsabilidade, está a idéia de que sem domínio, não há responsabilidade. Também se refere a não desistência diante de adversidades, tendência a manter a atenção concentrada na tarefa e a evitação de preocupações com resultados negativos.
- Controle: Pessoas que acreditam ter certo controle sobre os fatos em suas vidas sentem-se melhor, lidam melhor com adversidades e crises e se desempenham cognitivamente melhor se comparadas com as que possuem menor sensação de controle. Os que possuem altos índices em controle, parecem ser capazes de manter as emoções e frustrações em níveis mais estáveis, percebem que precisam aceitar diversas circunstancias, ainda que negativas e as transformam em combustível para avançarem.

Após revisão bibliográfica e o estudo de conceitos, passamos para a aplicação

metodológica. Apesar de muitos trabalhos atuais serem feitos para tradução e adaptação de instrumentos, uma das maiores referências foi a de Campana (2013) pelo detalhamento e didática apropriadas e coerentes com a nossa realidade. Nos apoiamos também no trabalho de Beaton, Bombardier, Guillemin (2002) que ainda são referência unânime para a maioria dos trabalhos de tradução e adaptação cultural de instrumentos em todo mundo.

Outras fontes de aprendizado também foram obtidas, dentre elas a escuta ativa de diferentes pontos de vista advindos de profissionais de diversas áreas do conhecimento.

Realizar pesquisa agregando múltiplos olhares nos enriqueceu, e acreditamos que trouxe um caráter interdisciplinar ao estudo. Ter profissionais da área esportiva compondo tanto o primeiro como o segundo comitê de peritos auxiliou na discussão e adaptação das assertivas, dos termos e dos conceitos que pretendíamos avaliar. Também notamos que “pensar” como atleta enriqueceu o instrumento, nos fornecendo maior suporte e segurança de estarmos no caminho certo da adaptação cultural do instrumento que é justamente destinado a este público alvo. Isto se confirmou no momento do pré-teste à partir da anuência e consenso geral de que o instrumento estava acordando com a cultura e com o propósito do mesmo.

Apesar de não conseguirmos manter contatos estreitos com um dos autores do instrumento, procuramos sanar possíveis falhas, utilizando o recurso do comitê de peritos tanto na primeira etapa de tradução como na segunda em que compusemos a versão final.

Um dos pontos falhos foi a falta de enunciado no instrumento, de instruções de preenchimento e de uma classificação precisa para os resultados. Com relação aos pontos levantados, ao contactar um dos autores, ele consentiu que construíssemos nossas referências. A partir disto, os dois primeiros pontos foram reparados através da nossa construção original dos mesmos. O terceiro ponto falho, em nosso entendimento pareceu estar relacionado diretamente à escala Likert de quatro pontos apresentada no original. Para o segundo comitê de revisores, uma das adequações para a escala seria relativa à transformação de quatro para cinco pontos, evitando tendências nas respostas e a melhor distribuição das mesmas. Outro ponto de mudança que propuseram foi alterar a nomenclatura da escala. Apesar de termos feito as traduções literais e tentativas de adaptação cultural na primeira etapa do processo, não encontramos equivalência cultural ou

mesmo sentido nas frases, entendimento e concordância em usar os termos “muito verdadeiro”, “em parte verdadeiro”, etc, para nossa realidade e para o que costumeiramente tem sido usado em pesquisas. Assim, substituímos a nomenclatura da escala, por pontos de 1 a 4, mas a distribuição de pontos de quatro para cinco pontos e a consequente classificação dos escores finais, deixaremos para a etapa de validação do instrumento, tendo em vista que teremos maior certificação de que as assertivas correspondem significativamente aos seus construtos. Isto não invalida e não prejudica a aplicação e o uso do instrumento, afinal, ao serem somados os pontos, chega-se a um escore que pode ser avaliado em cada um dos três fatores apresentados pelo instrumento, podendo-se entender como cada um deles se manifesta. Isto justifica o cuidado em ampliar o número de membros no primeiro comitê, ainda que o protocolo não tenha sido seguido à risca, ter expandido o primeiro grupo de profissionais ampliou percepções e enriqueceu o processo.

Cabe ainda salientar que a aplicabilidade do instrumento demonstrou ser ampla, tendo em vista que atletas praticantes de modalidades adaptadas responderam ao mesmo sem nenhuma dificuldade e sem nenhuma necessidade de adaptar as assertivas às realidades de uma pessoa com deficiência.

Pretendemos seguir adiante e os próximos passos a serem dados se referem à etapa de validação, análises psicométricas do instrumento e publicações de artigos científicos com dados gerados até o momento.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por mais que se gerem resultados numéricos através de um processo de avaliação psicológica, há a leitura do significado destes números dentro de um cenário com um ou mais personagens, e isso leva a uma sequência de implicações que um simples resultado pode gerar, e na maioria das vezes, costuma gerar um grande impacto na vida de alguém ou de muitos. Sendo assim, o uso de um teste se constitui como importante e poderosa ferramenta para a tomada de decisões.

Concluimos que este instrumento adaptado intitulado Questionário de Vigor Mental no Esporte (*SMTQ*) está adaptado, traduzido e compreendido ao nosso idioma e à nossa cultura. Esperamos que possa contribuir com protocolos da Psicologia do Esporte e favoreça o autoconhecimento de atletas, bem como os processos de avaliação psicológica e o incremento da área em nosso país.

Entendemos que, antes de um indivíduo se tornar um atleta, ele é um ser humano, com características muito particulares, com uma história precedente e determinante de muitos comportamentos e condutas. Assim, compreender como estes aspectos se comportam individualmente e coletivamente, como uma grande orquestra, pode ser de alguma valia para posteriores atuações.

Por fim, sugerimos que subseqüentes pesquisas sejam realizadas para que a validação do instrumento ocorra e o mesmo possa ser amplamente utilizado em nosso país, em estudos científicos e possa ser certificado pelo CFP, e a partir disso, possa compor a lista de instrumentos padronizados validados em nosso país.

Mens sana in corpore sano ("uma mente sã num corpo são") é uma famosa citação proveniente do poeta romano Juvenal, ainda é uma máxima verdade!

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. S. et al. O uso dos testes em Portugal, Espanha e países Ibero-Americanos. **Psychologica**, Coimbra, v. 20, p.27-40, 1998.

AMBIEL, R. A. M. et al. (Org.). **Avaliação Psicológica. Guia de consulta para estudantes e profissionais de psicologia**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011.

AMBIEL, R. A. M., I. S.; PACANARO. Da testagem à Avaliação Psicológica: aspectos históricos e perspectivas futuras. In: AMBIEL, R. A. et al. (Org.) **Avaliação Psicológica. Guia de consulta para estudantes e profissionais de psicologia**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011.

AMENDOLA, M. F. Panorama da história dos testes psicológicos no Brasil e críticas atuais. **Retrieved August**, v. 5, 2006.

ANASTASI, A. **Testes Psicológicos**. 2. ed. São Paulo: EPU, 1997.

ANASTASI, A.; URBINA, S. **Testagem Psicológica**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

ANGELO, L. F.; RUBIO, K. **Instrumentos de avaliação em Psicologia do Esporte**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011.

ANTONIAZZI, A. S.; DELL'AGLIO, D. D.; BANDEIRA, D. R. O conceito de *coping*: uma revisão teórica. **Estudos de Psicologia**, v. 3, n. 2, p. 273-294, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 1998.

AZEVEDO, M. M. et al. Utilização dos testes psicológicos no Brasil: dados de estudo preliminar em Brasília. **Avaliação psicológica: Formas e contextos**, v. 4, p. 213-219, Braga: Associação dos Psicólogos Portugueses, 1996.

BARCLAY, J.R. **Psychological Assesment: a theory and systems approach**. Malabar: Krieger, 1991.

BARTRAM, Dave. The development of international guidelines on test use: The International Test Commission Project. **International Journal of Testing**, v. 1, n. 1, p. 33-53, 2001.

BECKER JR, B. **Manual de psicologia do esporte e exercício**. Porto Alegre: Nova Prova, 2000.

BECKER JUNIOR, B.; SAMULSKI, D. **Manual de Treinamento Psicológico**. Novo Hamburgo: Feevale, 2002.

BELO, R; GOUVEIA, V. V. Testes psicológicos: análise da produção científica brasileira no período 2000-2004. **Psicologia Ciência e Profissão**, v. 26, n. 3, p. 478-489, 2006.

BECK, A.T. et al. An Inventory for Measuring Clinical Anxiety: Psychometric Properties. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, v. 56, p. 893-897, 1988.

BECK, A.T. et al. An inventory for measuring depression. **Archives of general psychiatry**, v. 4, p. 561-571, 1961.

BRANDÃO, M. R. F.; MACHADO, A. A. **Coleção Psicologia do esporte e do exercício: v.1: teoria e Aplicação**. São Paulo: Atheneu, 2007.

BRANDÃO, M.R.F. Psicologia esportiva: psicometria esportiva. In: GHORAYEB, N.; BARROS NETO, T.L. **O exercício: preparação fisiológica, avaliação médica, aspectos especiais e preventivos**. São Paulo: Editora Atheneu, 1999.

BREDEMEIER, B. J. Moral reasoning and the perceived legitimacy of intentionally injurious acts. **Journal of Sport Psychology**, v. 7, n. 2, p. 110-124, 1985.

BUTCHER, J. N. et al. **Minnesota Multiphasic Personality Inventory – A (MMPI-A): Manual for administration, scoring, and interpretation**. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1992.

CAMPANA, M. B. **Tradução, adaptação cultural e validação da escala Moorong self-efficacy scale (MSES) para o português do Brasil**. 2013. Tese (Doutorado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2013.

CARRON, A.; WIDMEYER, W.; BRAWLEY, L. The Development of Instrument to Assess Cohesion in Sport Teams: the group environment questionnaire. **Journal of Sport Psychology**, v. 7, p. 244-267, 1985.

CHELLADURAI, P. Leadership in Sport: a Review. **International Journal of Sport Psychology**, n. 21, p.328-354, 1990.

CLOUGH, P.; EARLE, K.; SEWELL, D. Mental toughness: The concept and its measurement. In COCKERILL, I. (Ed.), **Solutions in sport psychology**. London: Thomson, p. 32–45, 2002.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução n. 25 de 2001**. Disponível em <http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2001/11/resolucao2001_25.pdf> Acesso em 15: Abr 2013.

_____. **Resolução n. 2 de 2003.** Disponível em <<http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2003/03/formul%C3%A1rio-anexo-res-02-03.pdf>> Acesso em: 15 Abr 2013.

_____. **Resolução n. 6 de 2004.** Disponível em <http://www2.pol.org.br/satepsi/CD_testes/pdf/Resolu%E7%E3o%20CFP%20n%BA%2006-04.pdf> Acesso em: 15 Abr 2013.

_____. **Resolução n. 5 de 2012.** Disponível em <http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/03/Resolucao_CFP_005_12_1.pdf> Acesso em: 15 Abr 2013.

CORDÁS, T.A.; CASTILHO, S. Imagem corporal nos transtornos alimentares: instrumento de avaliação: Body Shape Questionnaire. **Psiquiatria Biológica**, 2(1): 17-21, 1994.

COZAC, J. R. L. **O futebol no Brasil numa perspectiva interdisciplinar sócio-psico-cultural.** 2002. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) - Faculdade de Psicologia, Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, 2002.

CRUST, L, SWANN, C. Comparing two measures of mental toughness. **Personality and Individual Differences**, v. 50, p. 217-221, 2011.

CRUZ, J. (Ed.). **Manual de Psicologia do Desporto.** Braga: Edições SHO, 1996.

EYSENCK, H. J. **Manual for the Eysenck Personality Inventory.** San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service, 1968.

FONSECA, C. **Estudo da validade do questionário de robustez mental no desporto.** 2012, 76 f. Dissertação (Mestrado) - Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa, 2012. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10400.5/5232>>.

FRANCO, G. S. **Psicologia no esporte e na atividade física.** São Paulo: Manole, 2000.

GARNER; D. M. et al. The Eating Attitudes Test: Psychometric features and clinical correlates. **Psychological Medicine**, v. 12, p. 871-878, 1982.

GILL, D. **Psychological dynamics of sport and exercise.** Champaign, IL: Human Kinetics, 2000.

GILL, D.; GROSS, J.; HUDDLESTON, S. Participation motivation in youth sports. **International Journal of Sport Psychology**, v. 14, p. 1-14, 1983.

GOLBY, J.; SHEARD, M. Mental toughness and hardiness at different levels of rugby league. **Personality and Individual Differences**, v. 37, n. 5, 933-942, 2004.

GOLBY, J.; SHEARD, M.; VAN WERSCH, A. Evaluating the factor structure of the psychological performance inventory. **Perceptual and Motor Skills**, v. 105, n. 1, 309-325. 2007.

GOLDBERG, A.S. **Sports slump busting: 10 steps to mental toughness and peak performance**. Champaign, IL: Human Kinetics, 1998.

GOMES, R. Adaptação humana em contextos desportivos: contributos da teoria para a avaliação psicológica. **Avaliação Psicológica**, v. 10, n. 1, p. 13-24, 2011.

GOULD, D.; DIEFFENBACH, K.; MOFFETT, A. Psychological characteristics and their development in Olympic champions. **Journal of applied sport psychology**, v. 14, n. 3, p. 172-204, 2002.

GUCCIARDI, et al. Towards an understanding of mental toughness in Australian football. **Journal of Applied Psychology**, v. 20, 261-281, 2008.

_____. Development and preliminary validation of a mental toughness inventory for Australian football. **Psychology of Sport and Exercise**, v.10, p. 201-209, 2009b.

GUCCIARDI, D.F., GORDON, S. Development and preliminary validation of the Cricket Mental Toughness Inventory (CMTI). **Journal of Sports Sciences**, v.27, p. 1293-1310, 2009.

GUZZO, R. S. L.; GOBITTA, M. Estudo inicial do inventário de auto-estima (SEI)–Forma A. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 15, n. 1, p. 143-150, 2002.

HODGE, K. et al. Mental toughness in sport: lessons for life. (The pursuit of personal excellence!). **New Zealand Journal of Health, Physical Education e Recreation**, v. 27, n. 2, p. 12-16, 1994.

HORN, T. S. **Advances in sport psychology**. 3. ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2008.

HUTZ, C. S.; BANDEIRA, D. R. Tendências Contemporâneas no Uso de Testes: uma Análise da Literatura Brasileira e Internacional. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 6, n. 1-2, p. 85-101, 1993.

JONES, G. et al. What is thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. **Journal of Applied Sport Psychology**, v.14, p. 205-218, 2002.

JONES, G. et al. A framework of mental toughness in the world's best performers. **Sport Psychologist**, v. 21, n. 2, p. 243, 2007.

LANE et al., Relationship between emotional intelligence and mental toughness. **Journal of Sports Sciences**, v.25, p. 312-313, 2007.

LAWTHER, J. D. *Psicologia desportiva*. 2 ed. Rio de Janeiro : Fórum, 1974.

LEVY, A. et al. Mental toughness as a determinant of sport injury beliefs, pain and rehabilitation adherence. **Journal of Sports Rehabilitation**, v. 15, p. 246–254, 2006.

LOEHR, J. **Athletic excellence: Mental toughness training for sports**. Forum Publishing Company, 1982.

LOEHR, J. **Mental Toughness training for sports: Achieving athletic excellence**. Lexington: The Stephen Greene Press., 1986.

MARTENS, R. **Sport Competition Anxiety Test**. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers, 1977.

MARTENS, R.; VEALEY, R.; BURTON, D. **Competitive anxiety in sport**. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 1990.

MCNAIR, D. M.; LORR, M.; DROPPLEMAN, L. F. **Manual for the Profile of Mood States**. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Services, 1971.

McREYNOLDS, P. History of once in clinical and educational setting. In: R. O Nelson; HAYES, S.C. (Org). **Conceptual foundations of behavioral assessment**. Nova Iorque: Guilford, 1986, p. 42-80.

MICHAELIS, **Dicionário Online**. Disponível em
<http://michaelis.uol.com.br/moderno/ingles/definicao/ingles-portugues/mental%20_466714.html> Acesso em: 5 Set 2013.

MIDDLETON, S. C., et al. The psychological performance inventory: Is the mental toughness test tough enough? **International Journal of Sport Psychology**, v.35, p. 91–108, 2004.

MORENO, J. L. **Fundamentos de la sociometria**. Tradução: J.Garcia Bouza e Saul Karsz. Buenos Aires: Paidós, 1972.

NICHOLLS, A.R., et al. Mental toughness, optimism, pessimism, and coping among athletes. **Elsevier**, v. 44, n. 5, p.1182-1192, 2008.

NIDEFFER, R.M. **Test of Attentional and Interpersonal Style - Revised**, Assessment Systems International, New Berlin, WI, 1995.

NITSCH, J. **Future trends in Sport Psychology and Sport Ciencias**. In Proceedings of the 7th World Congress of Sport Psychology in Singapore, p. 200 – 205, 1989.

NITSCH, J. R. **Anwendungsfelder in der sportpsychologie**. Koeln: bps-Verlag, 1896.

NORONHA, A. P. P. Os Problemas Mais Graves e Mais Frequentes no Uso dos Testes Psicológicos. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v.15, n. 1, p. 135-142, 2002.

NORONHA, A. P. P.; PRIMI, R.; ALCHIERI, J. C. Parâmetros Psicométricos: uma Análise de Testes Psicológicos Comercializados no Brasil. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 24, n. 4, p. 88-99, 2004.

NORONHA, A. P. P.; FREITAS, F.; OTTATI, F. Análise de instrumentos de avaliação de interesses profissionais. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 19, n. 3, p. 287-291, 2003.

PASQUALI, L., AZEVEDO, M. M.; GHESTI, I. **Inventário fatorial de personalidade: manual técnico e de aplicação**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1997.

PASQUALI, L. **Psicometria: Teoria dos testes na Psicologia e na Educação**. Petrópolis: Vozes, 2003.

PRIMI, R. Avaliação psicológica no Brasil: fundamentos, situação atual e direções para o futuro. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 26, n. spe, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722010000500003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 10 Jul 2013.

ROHLFS, I. C. P. M, et al. A escala de humor de Brunel (Brums): Instrumento para detecção precoce da Síndrome do Excesso de Treinamento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.14, n.3, p.176-181, mai/jun, 2008.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do Esporte**. São Paulo: Manole, 2002.

SATEPSI. **Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos**. Disponível em <<http://www.pol.org.br/satepsi/sistema/admin.cfm>> Acesso em: 20 de Abr 2013.

_____. **Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos**. Testes psicologicos aprovadors para uso. Disponível em <<http://www.pol.org.br/satepsi/sistema/admin.cfm>> Acesso em: 20 de abr 2013.

SCHACHTEL, E. **Metamorphosis**. New York: Da Capo Press, 1984.

SERPA, S. Motivação para a prática desportiva: validação preliminar do questionário de motivação para as atividades desportivas (QMAD). In SOBRAL, F.; MARQUES, A. (Coord.) **FACDEX: Desenvolvimento somato-motor e fatores de excelência desportiva na população escolar portuguesa**, v.2, p. 89-97, 1992.

SERPA, S.; ALVES, P.; BARREIROS, A. **Versão portuguesa da Sport Motivational Scale (SMS) e da Sport Academic Scale (AMS): processos de tradução, adaptação e fiabilidade.** Tese (Doutorado em Psicologia) - Laboratório de Psicologia do Desporto. Faculdade de Motricidade Humana. Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa, 2004.

SERPA, S.; PALMEIRA, A. L. **ACSI28 - estudo das experiências desportivas.** Lisboa: Laboratório de Psicologia do Desporto - Faculdade de Motricidade Humana - Universidade Técnica de Lisboa, 1997.

SILVA, D. SIMON, F. Abordagem Quantitativa de Análise de Dados de Pesquisa: Construção e Validação de Escala de Atitude. **Cadernos Ceru**, v. 17, n. 1, 2005.

SIMPSON, R.J. et al. Physiological variables and performance markers of serving soldiers from two 'elite' units of the British Army, **Journal of Sports Sciences**, v. 24, p. 597-604, 2006.

SHEARD, M.; GOLBY, J.; VAN WERSCH, A. Progress toward construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). **European Journal of Psychological Assessment**, v. 25, n. 3, p. 186-193, 2009.

SHEARD, M. **Mental toughness: The mindset behind sporting achievement.** 2.ed. New York: Routledge, 2012.

SPIELBERGER C. D.; GORSUCH, R. L.; LUSHENE, R. D. **STAI: manual for the State - Trait Anxiety Inventory.** Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1970.

SPIELBERGER, C. D. et al. The factor structure of the state - trait anxiety inventory. In SARASON, I.G.; SPIELBERGER, C.D. (Eds.) **Stress and anxiety.** Washington, DC. Hemisphere, p. 95-109, 1980.

TAMAYO, A. EFA: Escala Fatorial de Autoconceito. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 33, p. 4, p. 87-102, 1981.

TENENBAUM, G.; EKLUND, R. C. **Handbook of sport psychology.** 3. ed. New York: Wiley, 2007.

TIBBERT, S. et al. Mental Toughness and recovery in athletes. **Journal of Science and Medicine in Sport**, v. 12S, p. S33, 2009.

THELWELL, R. et al. Defining and understanding mental toughness within soccer. **Journal of Applied Psychology**, v.17, p. 326-332, 2005.

THOMAS, J.; NELSON, J.; SILVERMAN, S. **Métodos de pesquisa em atividade física.** 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.

TUNNEY, J. Thoughts on the line. Mental toughness: Biceps for the mind. **Soccer Journal**, v. 32, p. 49-50, 1987.

UCHA, F. G. **Coleção Psicologia do Esporte e do Exercício v. 2: a Psicologia do Esporte no Esporte de Alto Rendimento**. São Paulo: Atheneu, 2008.

URBINA, S. **Fundamentos da Testagem Psicológica**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2007.

WALKER, N. et al. Physiological and psychological characteristics of successful combat controller trainees. **Journal of Special Operations Medicine**, v. 11, p. 39-47, 2011.

WEINBERG, R. S; GOULD, M. S. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**; 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

WILLIAMS, R. M. The US open character test: Good strokes help. But the most individualistic of sports is ultimately a mental game. **Psychology Today**, v. 22, p. 60-62, 1988.

WILLIAMS, J.M.; KRANE, V. Psychological characteristics of peak performance. In WILLIAMS, J.M. (Ed), **Applied sport psychology: personal growth to peak performance** 4.ed. Mountain View, CA: Mayfield, 2001. p 162-178.

ANEXO A – RESPOSTA FAVORÁVEL DE ACEITE DO AUTOR DO SMTQ

From: drsheard@hotmail.com
To: smolchansky@hotmail.com
CC: a.van-wersch@tees.ac.uk
Subject: Sheard SMTQ
Date: Wed, 11 Sep 2013 17:05:31 +0000
Dear Sheila,

Thank you for your email which was forwarded me by my friend and colleague Professor van Wersch.

I am delighted that you wish to use my questionnaire in Brazil. Having the SMTQ translated into Portuguese would be a significant advance in the study of mental toughness measurement and development.

Do you have a copy of the scale already?

Very best wishes,

Michael

Dr. M. Sheard, Ph.D.

ANEXO B – SMTQ

SMTQ (Sheard, Golby, & van Wersch, 2009)					
		Very true	Mostly true	A little true	Not at all true
1	I interpret threats as positive opportunities	A	B	C	D
2	I have an unshakeable confidence in my ability	A	B	C	D
3	I have qualities that set me apart from other competitors	A	B	C	D
4	I have what it takes to perform well while under pressure	A	B	C	D
5	Under pressure, I am able to make decisions with confidence and commitment	A	B	C	D
6	I can regain my composure if I have momentarily lost it	A	B	C	D
7	I am committed to completing the tasks I have to do	A	B	C	D
8	I take responsibility for setting myself challenging targets	A	B	C	D
9	I give up in difficult situations	A	B	C	D
10	I get distracted easily and lose my concentration	A	B	C	D
11	I worry about performing poorly	A	B	C	D
12	I am overcome by self-doubt	A	B	C	D
13	I get anxious by events I did not expect or cannot control	A	B	C	D
14	I get angry and frustrated when things do not go my way	A	B	C	D

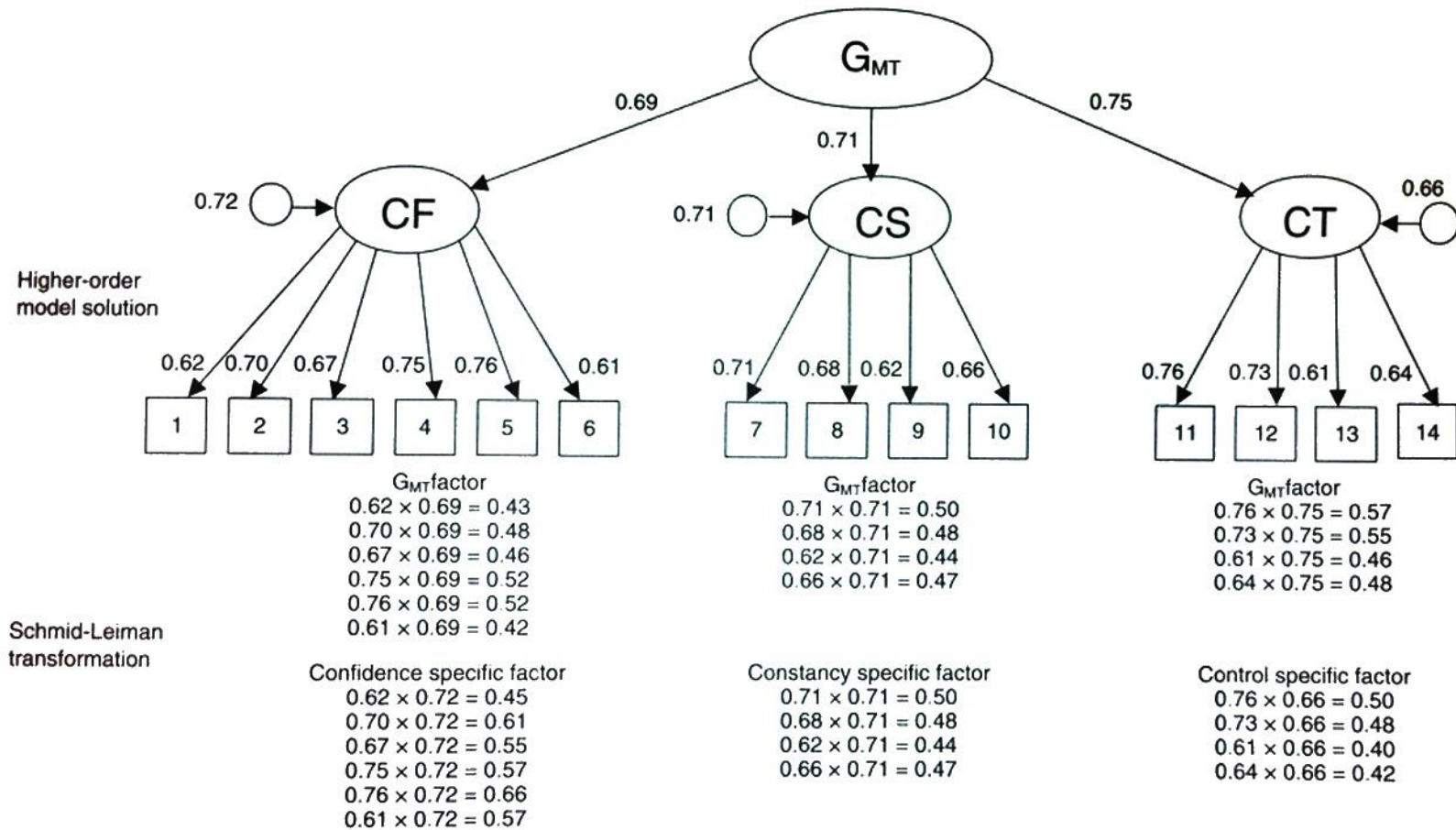
Note. Items 1 – 6 measure Confidence, 7 – 10 measure Constancy, 11 – 14 measure Control.

Confidence scores range from 6 – 24, Constancy and Control scores range from 4 – 16. Composite scores range from 14 – 56.

Items 1 – 8 are positively scored (i.e., A = 4, B = 3, C = 2, D = 1). Items 9 – 14 are negatively scored (i.e., A = 1, B = 2, C = 3, D = 4).

Source: Adapted from Sheard et al. (2009).

ANEXO C – Análise fatorial do Modelo do SMTQ.



Nota: G_{MT} = General Mental Toughness (*MT Geral*); CF = Confidence (*Confiança*); CT = Control (*Controle*).

Fonte: Traduzido e adaptado de Sheard et al. (2009).

ANEXO D - TRADUCAO 1 DO INSTRUMENTO SMTQ

NOME DO INSTRUMENTO

Original: Sport Mental Toughness Questionnaire

Tradução 1: Questionário de Força/Vigor Mental no Esporte

CLASSIFICAÇÃO DAS REPOSTAS

O: Very True

T1: Muito verdadeiro

O: Mostly True

T1: Maior parte verdadeiro

O: A little true

T1: Um pouco verdadeiro

O: Not all true

T1: Nem um pouco verdadeiro

ASSERTIVAS DO INSTRUMENTO

O: I interpret threats as positive opportunities

1: Eu interpreto ameaças como oportunidades positivas

O: I have an unshakeable confidence in my ability

2: Eu tenho uma confiança inabalável na minha habilidade

O: I have qualities that set me apart from other competitors

3: Eu tenho qualidades que me diferenciam dos outros competidores

O: I have what it takes to perform well while under pressure

4: Eu tenho o que é necessário para ter uma boa performance sob pressão

O: Under pressure, I am able to make decisions with confidence and commitment

5: Sob pressão, consigo tomar decisões com confiança e comprometimento

O: I can regain my composure if I have momentarily lost it

6: Eu consigo recuperar minha calma/compostura se por algum momento eu a perdi

O: I am committed to completing the tasks I have to do

7: Eu sou empenhado em completar as tarefas que eu tenho que fazer

O: I take responsibility for setting myself challenging targets

8. Eu me responsabilizo por colocar alvos/objetivos desafiadores para mim

O: I give up in difficult situations

9. Eu desisto em situações difíceis

O: I get distracted easily and lose my concentration

10. Eu me distraio fácil e perco minha concentração

O: I worry about performing poorly

11. Eu me preocupo com mau rendimento

O: I am overcome by self-doubt

12. Eu sou superado pela desconfiança em mim mesmo

O: I get anxious by events I did not expect or cannot control

13. Eu fico ansioso em situações inesperadas ou que não posso controlar

O: I get angry and frustrated when things do not go my way

14. Eu fico bravo e frustrado quando as coisas não saem da maneira esperada

ANEXO E - TRADUCAO 2 DO INSTRUMENTO *SMTQ*

NOME DO INSTRUMENTO

Original: Sport Mental Toughness Questionnaire

Tradução 2: Questionário de Resistência Mental no Esporte

CLASSIFICAÇÃO DAS REPOSTAS

O: Very True

T2: Muito verdadeiro

O: Mostly True

T2: Maior parte verdadeiro

O: A little true

T2: Um pouco verdadeiro

O: Not all true

T2: Um pouco verdadeiro

ASSERTIVAS DO INSTRUMENTO

O: I interpret threats as positive opportunities

1: E interpreto ameaças como oportunidades positivas

O: I have an unshakeable confidence in my ability

2. Eu tenho uma confiança inabalável em minha habilidade

O: I have qualities that set me apart from other competitors

3. Eu tenho qualidades que me destacam sobre os demais competidores

O: I have what it takes to perform well while under pressure

4. I faço o que for necessário para ter um bom rendimento sob pressão

O: Under pressure, I am able to make decisions with confidence and commitment

5. Sob pressão eu tenho habilidade para conseguir ter um bom rendimento com confiança e comprometimento

O: I can regain my composure if I have momentarily lost it

6. Eu consigo recompor minha compostura se eu perdi momentaneamente

O: I am committed to completing the tasks I have to do

7. Eu tenho o compromisso de terminar as tarefas de que preciso

O: I take responsibility for setting myself challenging targets

8. Eu tomo a responsabilidade de propôr a mim mesmo meus próprios desafios

O: I give up in difficult situations

9. Eu desisto em situações difíceis

O: I get distracted easily and lose my concentration

10. Eu me distraio facilmente e perco minha concentração

O: I worry about performing poorly

11. Eu me preocupo em apresentar um fraco rendimento

O: I am overcome by self-doubt

12. Eu sou superado pela auto-dúvida

O: I get anxious by events I did not expect or cannot control

13. Fico ansioso com eventos os quais eu não esperava ou que não possa controlar

O: I get angry and frustrated when things do not go my way

14. Fico zangado e frustrado quando as coisas não acontecem como esperava

ANEXO F – SÍNTESE DAS TRADUÇÕES (T12)

NOME DO INSTRUMENTO

Original: Sport Mental Toughness Questionnaire

Síntese: Questionário de Vigor Mental no Esporte

CLASSIFICAÇÃO DAS REPOSTAS

O: Very True

S: Muito verdadeiro

O: Mostly True

S: Maior parte verdadeiro

O: A little true

S: Um pouco verdadeiro

O: Not all true

S: Não todo verdadeiro

ASSERTIVAS DO INSTRUMENTO

O: I interpret threats as positive opportunities

1: Eu percebo desafios como oportunidades positivas

O: I have an unshakeable confidence in my ability

2: Eu possuo uma confiança inabalável em minhas habilidades

O: I have qualities that set me apart from other competitors

3: Eu tenho qualidades que me diferenciam dos outros competidores

O: I have what it takes to perform well while under pressure

4: Mesmo sob pressão, eu tenho o que é necessário para um bom rendimento

O: Under pressure, I am able to make decisions with confidence and commitment

5: Sob pressão, consigo tomar decisões com confiança e comprometimento

O: I can regain my composure if I have momentarily lost it

6: Eu consigo recuperar minha confiança se eu perdê-la em algum momento

O: I am committed to completing the tasks I have to do

7: Eu tenho o compromisso de terminar as tarefas que tenho a fazer

O: I take responsibility for setting myself challenging targets

8. Eu assumo as responsabilidades pelos desafios aos quais me proponho

O: I give up in difficult situations

9. Eu desisto em situações difíceis

O: I get distracted easily and lose my concentration

10. Eu me distraio facilmente e perco a concentração

O: I worry about performing poorly

11. Eu me preocupo em apresentar um fraco rendimento

O: I am overcome by self-doubt

12. Eu sou tomado por incertezas

O: I get anxious by events I did not expect or cannot control

13. Eu fico ansioso diante de situações inesperadas ou das que não posso controlar

O: I get angry and frustrated when things do not go my way

14. Fico zangado e frustrado quando as coisas não saem como espero

ANEXO G - RETROTRADUÇÃO 1 DO INSTRUMENTO *SMTQ*

NOME DO INSTRUMENTO

Síntese: Questionário de Vigor Mental no Esporte

Retrotradução 1: Questionnaire of Mental Force in Sports

CLASSIFICAÇÃO DAS REPOSTAS

S: Muito verdadeiro

RT1: Very True

S: Maior parte verdadeiro

RT1: Mostly True

S: Um pouco verdadeiro

RT1: A little true

S: Não todo verdadeiro

RT1: Not true

ASSERTIVAS DO INSTRUMENTO

S: Eu percebo desafios como oportunidades positivas

RT1: I see challenges as opportunities

S: Eu possuo uma confiança inabalável em minhas habilidades

RT1: I strongly trust my skills

S: Eu tenho qualidades que me diferenciam dos outros competidores

RT1: I have qualities that differentiate myself from the other competitors

S: Mesmo sob pressão, eu tenho o que é necessário para um bom rendimento

RT1: Even under pressure, I have what is necessary for a good performance.

S: Sob pressão, consigo tomar decisões com confiança e comprometimento

RT1: Under pressure I can make decisions with trust and commitment

S: Eu consigo recuperar minha confiança se eu perdê-la em algum momento

RT1: I can recover my confidence if I lose it at any moment

S: Eu tenho o compromisso de terminar as tarefas que tenho a fazer

RT1: I am committed to finish all the tasks that I have to do

S: Eu assumo as responsabilidades pelos desafios aos quais me proponho

RT1: I take responsibilities for the challenges which I propose

S: Eu desisto em situações difíceis

RT1: I give up on difficult situations

S: Eu me distraio facilmente e perco a concentração

RT1: I get distracted easily and lose my concentration

S: Eu me preocupo em apresentar um fraco rendimento

RT1: I worry about having a poor performance

S: Eu sou tomado por incertezas

RT1: I am troubled by uncertainties

S: Eu fico ansioso diante de situações inesperadas ou das que não posso controlar

RT1: I feel anxious with unexpected situations or situations that are not under my control

S: Fico zangado e frustrado quando as coisas não saem como espero

RT1: I become angry and frustrated when things do not go as I hope

ANEXO H - RETROTRADUÇÃO 2 DO INSTRUMENTO *SMTQ*

NOME DO INSTRUMENTO

Síntese: Questionário de Vigor Mental no Esporte

Retrotradução 2: Questionnaire about Mental Vitality in Sports

CLASSIFICAÇÃO DAS REPOSTAS

S: Muito verdadeiro

RT2: Very True

S: Maior parte verdadeiro

RT2: Mostly True

S: Um pouco verdadeiro

RT2: Slightly true

S: Não todo verdadeiro

RT2: Not even slightly true

ASSERTIVAS DO INSTRUMENTO

S: Eu percebo desafios como oportunidades positivas

RT2: I see challenges as opportunities

S: Eu possuo uma confiança inabalável em minhas habilidades

RT2: I have an unshakeable confidence in my hability

S: Eu tenho qualidades que me diferenciam dos outros competidores

RT2: I have qualities that differentiate myself from other competitors

S: Mesmo sob pressão, eu tenho o que é necessário para um bom rendimento

RT2: Even when under pressure, I have what it takes for a good performance

S: Sob pressão, consigo tomar decisões com confiança e comprometimento

RT2: Under pressure, I can make decisions with confidence and commitment

S: Eu consigo recuperar minha confiança se eu perdê-la em algum momento

RT2: I can regain my confidence if I lose it at any moment / stage.

S: Eu tenho o compromisso de terminar as tarefas que tenho a fazer

RT2: I have the commitment to finish all tasks that I have pending.

S: Eu assumo as responsabilidades pelos desafios aos quais me proponho

RT2: I take responsibility for the challenges that I set myself to

S: Eu desisto em situações difíceis

RT2: I give up when facing difficult / challenging situations

S: Eu me distraio facilmente e perco a concentração

RT2: I get easily distracted and lose focus

S: Eu me preocupo em apresentar um fraco rendimento

RT2: I worry about having a weak performance

S: Eu sou tomado por incertezas

RT2: I am taken by uncertainty

S: Eu fico ansioso diante de situações inesperadas ou das que não posso controlar

RT2: I get anxious facing unexpected situations that I cannot control

S: Fico zangado e frustrado quando as coisas não saem como espero

RT2: I get angry and frustrated when things do not go as I planned / want

ANEXO I - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PARTICIPANTE DA PESQUISA

Universidade Estadual de Campinas
Faculdade de Educação Física
Departamento de Estudos da Atividade Motora Adaptada

TRADUÇÃO E ADAPTAÇÃO TRANSCULTURAL DO *SPORT MENTAL TOUGHNESS* QUESTIONNAIRE PARA A LÍNGUA PORTUGUESA DO BRASIL

Objetivo da pesquisa: este estudo científico pretende adaptar culturalmente o instrumento *Sport Mental Toughness Questionnaire* para a língua portuguesa do Brasil.

Procedimentos do estudo: Caso você aceite participar da pesquisa, você responderá ao instrumento e tecerá suas impressões sobre a linguagem, o formato e o entendimento do mesmo, de avaliação apropriados e por profissionais especializados em todos os procedimentos. Os métodos adotados não oferecem perigo à sua saúde. Ao responder os questionários e para todas as avaliações realizadas sua identidade será mantida em sigilo.

Desconforto e riscos de participação: Ao participar desta pesquisa, você não correrá nenhum risco quanto à sua integridade física ou moral.

Benefícios da Pesquisa: Você não terá nenhum benefício com sua participação, mas estará ajudando a criação de um novo instrumento de medida utilizado no meio esportivo e que será usado para avaliar o fator Vigor Mental em atletas.

Esclarecimentos: Você é convidado a participar da pesquisa, portanto não é obrigado a aceitar e pode se recusar ou retirar o seu consentimento em qualquer fase da pesquisa sem qualquer problema. Caso você não se sinta à vontade com algum dos procedimentos, poderá questionar e interrompê-lo, mas isto não inviabiliza a sua participação nos demais protocolos se isto for de sua vontade. Para isso basta falar com o pesquisador. Em qualquer momento, você poderá pedir mais informações ou esclarecimentos sobre a pesquisa e sua participação. Para informações ou reclamações sobre os aspectos éticos você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Unicamp, telefone (19) 37888936 ou pelo e-mail cep@fcm.unicamp.br.

Confidencialidade: A sua identidade e de todos os voluntários serão mantidas em total sigilo, tanto pelo pesquisador como pela instituição onde será realizada a pesquisa. Os resultados da pesquisa poderão ser divulgados em palestras, cursos, conferências, periódicos científicos ou outra forma de divulgação que possa transmitir os conhecimentos para a sociedade e profissionais da área, sempre sem nenhuma identificação dos participantes.

Gastos Adicionais: Caso você tenha gastos com transporte até o local da pesquisa, o pesquisador irá devolver esse dinheiro para você após a coleta dos dados.

Após ler e compreender as informações acima, eu _____, portador da Carteira de Identidade n. _____, esclarecido sobre todos os aspectos da pesquisa como objetivos, riscos, procedimentos e sigilo, de livre vontade dou meu consentimento para minha inclusão como sujeito da pesquisa. Assim assino este documento de autorização e recebo uma cópia do mesmo.

Assinatura do Participante Voluntário

Data: ____/____/____

Assinatura do Pesquisador

Data: ____/____/____

Sheila Molchansky F: (19) 994976067 Email: smolchansky@hotmail.com