

AUTORES:

Renata M Veiga ¹
 André Barreiros ¹
 Nuno Corte-Real ¹
 Cláudia Dias ¹
 António Manuel Fonseca ¹

¹ Centro de Investigação, Formação, Inovação e Intervenção em Desporto (CIFI2D), Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Portugal.

<https://doi.org/10.5628/rpcd.19.03.40>

Rugby feminino em Portugal: Do que leva as mulheres a participarem às barreiras que têm de enfrentar.

PALAVRAS-CHAVE:

Rugby feminino. Motivação.
Teoria da auto-determinação.
Mulheres no desporto.

SUBMISSÃO: 3 de Janeiro de 2019
ACEITAÇÃO: 15 de Agosto de 2019

RESUMO

Atualmente, é consensual que a prática desportiva tem imensas vantagens a nível físico e psicológico. No entanto, embora a prática desportiva feminina seja cada vez mais aceite e incentivada, as mulheres deparam-se com importantes barreiras ao seu envolvimento na mesma, especialmente em modalidades como o rugby. Neste contexto, a presente investigação procurou estudar a reduzida adesão feminina ao rugby, analisando, em 120 atletas do sexo feminino (12-48 anos), os motivos que as levaram a iniciar e que as mantinham envolvidas na prática, bem como as barreiras/ aspetos negativos associados à prática. De seguida, foram analisadas as regulações motivacionais e as necessidades psicológicas básicas. As atletas preencheram um questionário individual com informação sociodemográfica e questões abertas sobre os motivos e as barreiras/ aspetos negativos à prática de rugby, que depois foram explorados depois de forma mais aprofundada em grupos focais. Adicionalmente, completaram as versões portuguesas do *Behavioral Regulation in Sport Questionnaire*, e do *Basic Need Satisfaction in Exercise Scale*. Os resultados mostraram que quase metade das atletas começava a praticar rugby em resposta a convites dos clubes para experimentarem a modalidade, sendo a principal razão para manterem a prática o gosto/prazer e as relações interpessoais entretanto desenvolvidas. As atletas enfrentavam algumas barreiras/ aspetos negativos, os quais não pareciam, porém, colocar em causa a sua motivação autónoma e a satisfação das necessidades psicológicas básicas, especialmente nas atletas mais jovens.

CORRESPONDÊNCIA: Nuno Corte-Real. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
Rua Dr. Plácido Costa, 91. 4200-450 Porto, Portugal.
email: ncorte-real@fade.up.pt

Female rugby in Portugal: From what motivates women to participate to the barriers they have to face.

ABSTRACT

Currently, it is agreed that the practice of sports has immense advantages, both physically and psychologically. However, although women's sports are increasingly accepted and encouraged, women face important barriers to their involvement in this practice, especially in sports such as rugby. In this context, the current investigation explored the reduced female adherence to the practice of rugby, analyzing, in 120 female athletes aged between 12 and 48 years old, the motives that led them to start and maintained them involved in rugby, as well as the barriers/ negative aspects associated with their sports practice. In a second moment, we analyzed the participants' motivational regulations and satisfaction of basic psychological needs. The athletes filled out an individual questionnaire with sociodemographic information and open questions related to the motives for participation and perceived barriers in rugby, which were later explored in more depth in focused discussion groups. Additionally, the Portuguese versions of the Behavioral Regulation in Sport Questionnaire and the Basic Need Satisfaction in Exercise Scale were also applied. The results showed that almost half of the athletes started to practice rugby in response to rugby clubs' invitations to try the sport, and maintained that practice mainly due to the pleasure felt doing it, as well as to the interpersonal relationships meanwhile developed. In parallel, the athletes also faced some barriers / negative aspects related to the practice of rugby, which, however, did not seem to call into question their autonomous motivation and their satisfaction of basic psychological needs, especially in the younger athletes.

KEYWORDS:

Female rugby. Motivation. Self-determination theory. Women in sport.

INTRODUÇÃO

A motivação para a prática do rugby feminino em Portugal tem sido pouco estudada, o que pode, pelo menos parcialmente, estar relacionado com a baixa visibilidade desta modalidade no contexto desportivo português, especialmente no domínio feminino. Com efeito, apesar de termos testemunhado uma duplicação do número de atletas de rugby do sexo feminino, no nosso país, no período que decorreu entre 2008 e 2017, existe ainda uma grande discrepância no número de praticantes femininas comparativamente ao número de atletas do sexo masculino: em 2017 estavam inscritas 469 atletas do sexo feminino e 5991 do sexo masculino (Instituto Português do Desporto e Juventude, 2018). A este panorama não será alheio o facto de o rugby, apesar de ser um desporto extremamente apelativo, em grande medida devido às suas particularidades integrativas e espírito único, (Brown, Guthrie, & Growden, 2011), ser também muito marcado pelas suas características de impacto, velocidade e evasão com força (Corr, McSharry, & Murtagh, 2018), continuando, por isso, a ser associado a uma imagem masculinizada.

Neste contexto, considerando, por um lado, a atual conjuntura de procura de igualdade de direitos (*European Institute for Gender Equality*, 2019) – em que o desporto feminino é particularmente incentivado - bem como, por outro lado, o facto de rugby ser uma modalidade emergente (Cabrita, 2011), considera-se vantajoso, à semelhança do que outros autores têm feito noutros países, noutras modalidades (e.g., Fields & Comstock, 2008; Kerr, 2019; Krouse, Ransdell, Lucas, & Pritchard, 2011) e noutros níveis desportivos (e.g., profissional, recreativo, escolar) (Heckhausen & Heckhausen, 2018), procurar compreender de forma mais aprofundada o que motiva as mulheres a praticarem rugby, bem como as barreiras que estas percebem à prática desta modalidade. De resto, pode considerar-se que as barreiras à prática feminina no rugby são muito mais acentuadas do que as que surgem à prática desportiva em geral, incluindo barreiras pessoais, práticas, sociais e culturais (World Rugby, 2019).

Por outro lado, importa sublinhar que apesar de os enquadramentos conceptuais da literatura da motivação comportarem numerosas teorias, a teoria da autodeterminação (Ryan & Deci, 2017) tem, nas últimas décadas, emergido como uma das mais importantes e mais amplamente utilizadas no estudo da motivação no desporto (Clancy, Herring, Macyntire, & Campbell, 2016).

De acordo com esta teoria, a motivação pode ser analisada partindo de dois conceitos base: (a) motivação intrínseca - associada a comportamentos cuja recompensa é a própria atividade, sendo a atividade um fim em si mesmo; e (b) motivação extrínseca - refletida nos comportamentos que são um meio para atingir um fim, isto é, para obterem recompensas ou evitarem conseqüências negativas. Esta teoria pressupõe ainda que, através de processos de internalização e integração, as formas de regulação mais controladas podem

tornar-se cada vez mais autónomas (Saraiva, 2017), variando ao longo de um *continuum* de autodeterminação que vai desde a amotivação (ausência de motivação), à motivação extrínseca (regulações externa, introjetada, identificada e integrada) e, por fim, à motivação intrínseca (Clancy et al., 2016; Ryan & Deci, 2017).

Os comportamentos intrinsecamente motivados estão entre os mais autónomos e não necessitam de estímulos externos, uma vez que satisfazem as necessidades psicológicas básicas dos seres humanos, ou seja, as suas necessidades de autonomia (necessidade de autorregulamentar as ações de cada sujeito associada à vontade própria), competência (necessidade de sentir que as suas ações possuem efeito nos contextos de vida que considera importantes) e relacionamento (necessidade de se identificarem e sentirem importantes para os outros) (Adie, Duda, & Ntoumanis, 2008; Ryan & Deci, 2017). O facto de um atleta perceber que estas necessidades psicológicas básicas estão satisfeitas pode ter um impacto determinante na sua motivação e experiência desportiva e na predição de um determinado resultado, com comportamentos mais autodeterminados a conduzirem a uma melhor performance (Clancy et al., 2016), ou simplesmente à manutenção ou abandono da prática.

Decorrendo do exposto, o objetivo geral do presente estudo foi examinar a motivação e as barreiras percebidas à prática de rugby, em atletas portuguesas do sexo feminino. Mais especificamente, procurou-se: (a) analisar os motivos e barreiras à prática de rugby; (b) analisar as regulações comportamentais e necessidades psicológicas básicas das atletas em função da idade, escalão competitivo e tempo de permanência na prática; e (c) analisar a inter-relação entre as regulações motivacionais e as necessidades psicológicas básicas. Se considerarmos que a literatura que procura perceber o fenómeno da motivação no rugby feminino não é extensa e que, se nos focarmos no contexto nacional, o número de estudos encontrados em relação com esta temática pode ser considerado residual, os resultados do presente estudo poderão fornecer informações úteis a dirigentes, treinadores e educadores, no sentido de promover uma motivação intrínseca autodeterminada enquanto, ao mesmo tempo e de forma progressiva, se quebram as barreiras que afetam a adesão e a permanência na modalidade.

MÉTODO

PARTICIPANTES

Participaram neste estudo 120 atletas federadas de rugby, com idades compreendidas entre os 12 e 48 anos ($M = 19.32$; $SD = 6.42$), que se encontravam a jogar em clubes portugueses no escalão sub 14 (20%) e sénior (80%). As atletas possuíam um número diversificado de permanência na prática ($M = 4.30$; $SD = 4.14$), enquanto o tempo de prática semanal (considerando treinos e jogos) variava entre um mínimo de 45 minutos e um máximo de 8.3 h ($M = 4.16$ h; $SD = 1.47$ h).

PARTICIPANTES

Motivos e barreiras à prática de rugby

As atletas responderam a um conjunto de questões abertas sobre a sua experiência pessoal no rugby. Estas questões procuravam manter os significados subjacentes ao contexto em que estavam inseridas sem limitar as respostas a categorias pré-definidas e incluíam: "Como surgiu o interesse pelo rugby?"; "Quem te trouxe para o clube que estás atualmente?"; "Quando iniciaste a prática de rugby?"; "Porque continuas a praticar rugby?"; "O que mais te atrai na prática do rugby?"; e "O que gostas menos no rugby?"

De seguida, foram criados grupos de discussão focalizada orientado por um guião que incluía, como ponto de partida, as sete questões contidas nos questionários individuais, acrescidas da questão: o que diriam se quisessem cativar alguém para jogar rugby? O objetivo destes grupos focalizados foi aprofundar o conteúdo nas respostas dadas ao questionário inicial, antecipando-se que as atletas já teriam tido oportunidade de refletirem mais aprofundadamente sobre o tema e, nessa medida, poderiam fornecer respostas mais completas aquando da troca de opiniões em grupo.

Regulações motivacionais

O *Behavioral Regulation in Sport Questionnaire Questionnaire* (BRSQ) foi utilizado para avaliar o tipo de motivação subjacente ao *continuum* motivacional da teoria da autodeterminação. Este instrumento, originalmente desenvolvido por Lonsdale e Rose (2008) e validado para a população portuguesa por Monteiro, Moutão, e Cid (2018), é composto por 24 itens respondidos numa escala Likert que varia entre 1 (*discordo totalmente*) e 7 (*concordo totalmente*). Nesta escala, os itens estão organizados em seis grupos de fatores - amotivação, regulação externa, regulação introjetada, regulação identificada, regulação integrada, motivação intrínseca - com quatro itens cada. Cada fator reflete um tipo de motivação do continuum motivacional da teoria da autodeterminação.

Necessidades psicológicas básicas

A *Basic Need Satisfaction in Exercise Scale* (BNSES) foi utilizada para medir as necessidades psicológicas básicas no contexto desportivo. Este questionário foi desenvolvido originalmente por Vlachopoulos e Michailidou (2006) e traduzido e adaptado para a realidade portuguesa por Monteiro et al. (2016). A BNSES inclui três subescalas que correspondem às necessidades básicas da teoria da autodeterminação - competência, autonomia e relacionamento - sendo composto por 12 itens respondidos numa escala Likert entre 1 (*discordo totalmente*) e 5 (*concordo totalmente*). Além disso, pode ser obtida uma medida compósita (fator de segunda ordem) das necessidades psicológicas básicas calculando o valor médio de todos os itens.

Outras medidas

Os participantes responderam a um conjunto de questões relacionadas com variáveis sociodemográficas (idade, sexo) e com a prática de rugby (tempo de experiência na prática, tempo de prática semanal [minutos]).

PROCEDIMENTOS DE RECOLHA DOS DADOS

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (projeto CEFAD 22 2019).

Após um primeiro contacto com a Federação Portuguesa de Rugby, no sentido de informar sobre o estudo e solicitar o seu consentimento e colaboração na investigação, os clubes nacionais que tinham pelo menos uma atleta a jogar nos escalões alvo foram contactados individualmente. Para obter autorização de participação das atletas menores de idade foi enviado aos clubes um consentimento Informado que os encarregados de educação assinaram.

Todos os questionários foram preenchidos online, nos telemóveis pessoais das atletas, num dia previamente agendado com o clube e os treinadores, sendo a ligação enviada para uma das atletas (normalmente a capitã de equipa) que se encarregava de partilhar com as colegas. O início do questionário incluía uma breve descrição do estudo que garantia a confidencialidade e anonimato dos dados e pressupunha a aceitação, para que as atletas pudessem prosseguir.

Depois do preenchimento dos questionários iniciavam-se os grupos de discussão focalizada com algumas atletas escolhidas aleatoriamente, visando dados diversificados e originais (Silva, Veloso, & Keating, 2014). As intervenções dos grupos de discussão focalizada foram gravadas com uma aplicação de gravação do telemóvel, para permitir uma análise posterior fiel e aprofundada.

A aplicação dos procedimentos de recolha de dados (i.e., questionários e grupos de discussão) teve uma duração total aproximada de 30 minutos.

PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DOS DADOS

A análise das respostas às questões abertas e da transcrição das gravações dos grupos de discussão focalizada foi feita inicialmente com recurso ao Excel, sendo os dados depois tratados de modo mais pormenorizado no software *SPSS Text Analytics for Surveys* – versão 4 para o Windows.

Relativamente aos dados qualitativos recolhidos através das respostas abertas do questionário individual, foi realizada uma análise temática que procurou organizar padrões ou temas dentro dos dados observando diferentes passos: (a) familiarização com os dados; (b) geração de códigos iniciais e criação de uma lista de códigos, com posterior agrupação; (c) identificação de temas agrupando diferentes códigos num tema mais abrangente que os relacione; (d) revisão dos temas e verificação da coerência dos extratos codificados no

tema no qual foram agrupados; (e) definição da essência de cada tema; e (f) apresentação dos resultados encontrados (Smith & Caddick, 2012). Importa salientar que se permitiu a possibilidade de cada resposta se enquadrar em mais do que uma categoria.

No que diz respeito à informação recolhida através dos grupos de discussão focalizada, a análise qualitativa compreendeu as seguintes fases: (a) codificação ([re]leitura e atribuição de categorias); (b) armazenamento (compilação de partes de texto nas diferentes categorias criadas); e (c) interpretação.

Realce-se que a quantificação de cada uma das categorias identificadas na análise qualitativa foi realizada com base nas respostas às questões do questionário individual, sendo suportadas por declarações das atletas obtidas nos grupos de discussão focalizada que permitem ilustrar os resultados anteriormente obtidos (Silva et al., 2014). De facto, como as questões colocadas nos grupos de discussão focalizada foram praticamente iguais às colocadas no questionário individual e considerando que as atletas que estiveram presentes nos grupos de discussão focalizada foram as mesmas que responderam aos questionários, na apresentação dos resultados apenas se utilizaram as citações obtidas nos grupos de discussão focalizada, para evitar a duplicação das respostas.

A análise dos dados das questões abertas/ grupos de discussão focalizada resultou em quatro temas principais, relacionados com os motivos para o início da prática (considerando as categorias 'convites a experimentar no clube', 'histórico familiar', 'divulgação', 'características da modalidade', 'novas experiências', 'organização pessoal' e 'outras'), manutenção na prática (considerando as categorias 'gosto/ prazer', 'relacionamento interpessoal', 'características gerais da modalidade', 'sensações', 'valores transmitidos', 'saúde/ fitness', 'obrigação' e 'outros'), aspetos positivos percecionados no rugby (considerando as categorias 'relacionamento interpessoal', 'características da modalidade', 'física', 'valores', 'sensações individuais', e 'saúde/ outras'), e, ainda, aspetos negativos percecionados no rugby (entendidos aqui como barreiras e considerando as categorias 'características da modalidade', 'organização geral', 'relações entre equipas', 'pouca adesão, preconceito, visibilidade' e 'outras').

Para realizar o tratamento estatístico dos dados quantitativos recorreu-se ao *software* estatístico *Statistical Package for the Social Sciences Statistics* (SPSS) para o Windows - versão 25 – tendo sido calculadas medidas de estatística descritiva, nomeadamente frequências de resposta (n), valores mínimos (Min.) e máximos (Max.), média (M) e desvio-padrão (SD), para descrever e caracterizar a amostra e as variáveis motivacionais relacionadas com as regulações motivacionais e as necessidades psicológicas básicas. O alfa de Cronbach foi utilizado para verificar a consistência interna de cada variável, tendo em conta os valores de corte recomendados (Maroco & Garcia-Marques, 2006).

A normalidade dos dados foi determinada com recurso ao teste Kolmogorov-Smirnov. Como se verificou que nenhuma das variáveis apresentava uma distribuição normal optou-se pela realização de testes não-paramétricos, empregando-se o teste Kruskal-Wallis para

comparar as regulações motivacionais e as necessidades psicológicas básicas em função da idade ($n = 66 < 18$ anos; $n = 54 \geq 18$ anos), escalão competitivo ($n = 24$ sub 14; $n = 96$ seniores), e permanência na prática ($n = 24 < 1$ ano; $n = 53$ 1-5 anos; $n = 43 > 5$ anos), e o teste de Spearman para analisar as correlações entre as variáveis quantitativas em estudo. Na análise estatística foi considerado um valor de $\rho < .05$.

RESULTADOS

OS MOTIVOS E AS BARREIRAS À PRÁTICA DE RUGBY

Quando se analisaram as principais motivos e barreiras à prática do rugby (QUADRO 1), verificou-se que quase metade das atletas (45.74%) iniciou a prática através do convite à experimentação, ainda que muitas vezes não conhecessem o desporto e/ ou partilhassem a ideia do senso comum de que é muito violento (e.g., "Eu não gostava de rugby e dizia «Eu não vou jogar isso» e pensava que era muito violento (...) e olha, fique!". [GDF 4]).

Em paralelo, a família também (22.09%) parecia influenciar positivamente o contacto inicial com a prática (e.g., "O meu pai foi jogador de rugby e sugeriu ao meu irmão para experimentar. Eu decidi ir ver uns treinos e jogos dele, interessei-me imenso por aquilo, fui experimentar com uma equipa de rapazes, e adorei o ambiente e era mesmo o tipo de desporto que eu estava à procura." [GDF 7]).

Em terceiro lugar surgiu a categoria 'divulgação' (20.16%). No decorrer dos grupos de discussão focalizada percebeu-se que poucas atletas tinham abordado e experimentado o rugby nas aulas de educação física e, quando o contacto tinha sido na escola, se deveu a ações de divulgação dos clubes da zona (e.g., "Uma equipa de rugby foi lá à escola e eu adorei aquilo e estive a chatear os meus pais o verão todo para entrar no rugby e pronto, vim jogar e continuo." [GDF 7]).

QUADRO 1. Motivos para o início da prática de rugby.

CATEGORIAS	n	%
Convites para experimentar no clube	118	45.74
Histórico familiar	57	22.09
Divulgação	52	20.16
Características da modalidade	10	3.88
Novas experiências	10	3.88
Outras	9	3.49
Organização pessoal	2	0.78

Nos quadros 2 e 3 são apresentados, respetivamente, os motivos que levavam as atletas a manterem-se envolvidas na prática de rugby, bem como, de forma relacionada, os aspetos positivos associados à modalidade.

Relativamente à manutenção na prática, o gosto/ prazer na prática foi a categoria mais citada (41.72%), tendo sido numerosas, ao longo dos grupos de discussão focalizada, as referências das atletas ao gosto que tinham pelo rugby (e.g., “É amor a isto...” [GDF 8]).

As relações interpessoais, tanto dentro da equipa como entre equipas, surgiram como o segundo motivo mais citado para justificar a manutenção na prática (18.54%), e como aspeto mais citado nos aspetos mais positivos do rugby (30.85%) (e.g., “Haver fair play entre as equipas, (...) eu tenho amigas noutras equipas...” [GDF 1]; “Nós somos muito amigas lá fora, não só no campo...” [GDF 3]).

Por último, as características da modalidade ocupavam a terceira posição nas razões que levavam as atletas a persistirem na prática (13.91%), e a segunda posição nos aspetos positivos da modalidade (24.7%) (e.g., “Eu acho que é, mais no rugby feminino, um jogo muito pensado, muito inteligente. Tem jogadas que às vezes as pessoas nem sequer estão a ver e a bola passa e nem sequer veem. Acho que é uma coisa inteligente. Tem assim uns prím-pim-pins de magia.” [GDF 13]).

QUADRO 2. Motivos para a permanência no rugby.

CATEGORIAS	<i>n</i>	%
Gosto/ prazer	63	41.72
Relacionamento interpessoal	28	18.54
Características da modalidade	21	13.91
Sensações	19	12.58
Valores que transmite	10	6.62
Saúde/fitness	6	3.97
Outros	3	1.99
Obrigação	1	0.66

QUADRO 3. Aspetos positivos do rugby

CATEGORIAS	<i>n</i>	%
Relacionamento interpessoal	58	30.85
Características da modalidade	46	24.47
Fiscalidade	43	22.47
Valores	28	14.89
Sensações individuais	8	4.26
Saúde/fitness	5	2.66

Finalmente, no que concerne às barreiras à prática de rugby, espelhadas na questão “O que menos gostas no rugby?”, grande parte das atletas referiu que não gostava de determinados aspetos específicos da técnica ou tática da modalidade (categoria ‘características da modalidade’; 31.3%), e da organização a nível federativo e/ ou local (23.62%), salientando a este nível a discriminação em relação ao rugby masculino (e.g., “O interesse pela parte da federação - dá muito mais interesse aos rapazes que às raparigas...Depois nós tentamos combater isso e não conseguimos por mais objetivos que nós tenhamos e por mais conquistas que nós façamos, nunca vamos ter reconhecimento como os rapazes têm, mesmo que fiquem em último lugar” [GDF 1]).

Em paralelo, as respostas a esta questão permitiram apurar outros aspetos que podiam justificar a pouca adesão à prática do rugby feminino em Portugal, relacionados com o preconceito, desconhecimento da modalidade e o contacto físico. Com efeito, apesar de, na perspetiva das atletas, o contacto físico exigido no rugby poder ser apelativo para quem já pratica a modalidade (categoria ‘características da modalidade’/ temas ‘aspetos positivos do rugby’, 24.47%) (QUADRO 4), poderá também, em simultâneo, constituir-se como um fator que afasta quem não o faz (e.g., “Não é bem o contacto, é mais o desconhecimento do contacto. É o acharem... toda a gente pergunta «é muito violento?!»; Não é violento, é agressivo” [GDF 1]).

QUADRO 4. Aspetos negativos do rugby.

CATEGORIAS	<i>n</i>	%
Características da modalidade	39	30.71
Organização geral (federativa, local...)	30	23.62
Nada/Não sabe	21	16.54
Relações entre equipas	20	15.75
Pouca adesão - Preconceito - Visibilidade	13	10.24
Outras	4	3.15

AS REGULAÇÕES MOTIVACIONAIS E AS NECESSIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS

No quadro 5 apresentam-se as estatísticas descritivas e o valor do alfa de Cronbach das regulações motivacionais e das necessidades psicológicas básicas. Como se pode verificar, os níveis médios de motivação autónoma ($M = 6.22 \pm 0.72$) eram bastante superiores aos valores de motivação controlada ($M = 1.55 \pm 0.97$). Os valores de satisfação das necessidades psicológicas básicas - autonomia ($M = 4.06 \pm 0.62$), competência ($M = 4.11 \pm 0.71$) e relacionamento ($M = 4.56 \pm 0.63$) – podem também ser considerados igualmente elevados.

QUADRO 5. Análise descritiva e alfa de Cronbach das regulações motivacionais e das necessidades psicológicas básicas.

	M	DP	MÍNIMO	MÁXIMO	ALFA DE CRONBACH
AMOTIVAÇÃO	1.97	1.33	1.00	7.00	0.80
Regulação Externa	1.45	1.02	1.00	7.00	.88
Regulação Introjetada	1.66	1.09	1.00	6.25	.80
MOTIVAÇÃO CONTROLADA	1.55	0.97	1.00	5.50	.83
Regulação Identificada	5.81	1.15	2.75	7.00	.75
Regulação Integrada	6.18	0.88	3.25	7.00	.72
Motivação Intrínseca	6.66	0.58	4.00	7.00	.77
MOTIVAÇÃO AUTÓNOMA	6.22	0.72	3.75	7.00	.72
Autonomia	4.06	0.62	2.50	5.00	.74
Competência	4.11	0.71	1.75	5.00	.78
Relacionamento	4.56	0.63	1.00	5.00	.86
NECESSIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS	4.24	0.54	2.25	5.00	.77

Relativamente às comparações das regulações motivacionais e das necessidades psicológicas básicas em função da idade, escalão competitivo, e permanência na prática, apenas se encontraram diferenças na comparação das atletas seniores com as de sub 14, com as segundas a apresentarem valores mais elevados nas necessidades de autonomia ($p = .009$) e competência ($p = .018$), bem como nas necessidades psicológicas básicas como fator de segunda ordem ($p = .032$).

Quanto às correlações entre as regulações motivacionais e as necessidades psicológicas básicas (QUADRO 6), verificou-se que as necessidades psicológicas básicas se correlacionavam positivamente com as formas de motivação mais autónomas e negativamente com a motivação controlada, sendo apenas não significativa a relação da regulação externa com a autonomia. Além disso; as formas de motivação mais controladas apresentavam inter-relações positivas, ocorrendo o mesmo com as formas de motivação autónoma. Por último, a amotivação apresentava uma relação positiva significativa com formas controladas de motivação e uma relação negativa com formas autónomas de motivação e com a satisfação da necessidade de relacionamento.

QUADRO 6. Correlações entre variáveis e permanência na prática de rugby.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Amotivação	-	,550**	,481**	-,300**	-,281**	-,411**	-,107	-,160	-,220*
2. Regulação Externa		-	,679**	-,191*	-,182*	-,285**	,017	-,200*	-,242**
3. Regulação Introjetada			-	-,062	-,168	-,254**	-,191*	-,322**	-,235**
4. Regulação Identificada				-	,675**	,318**	,260**	,221*	,242**
5. Regulação Integrada					-	,511**	,452**	,358**	,301**
6. Motivação Intrínseca						-	,367**	,394**	,451**
7. Autonomia							-	,659**	,414**
8. Competência								-	,478**
9. Relacionamento									-

DISCUSSÃO

Os estudos que se debruçam sobre as motivações para a prática feminina de rugby são escassos, especialmente na realidade portuguesa. Nessa medida, a presente investigação procurou compreender os motivos que levavam atletas de rugby jovens e adultas a iniciarem e a manterem a prática de rugby e as principais barreiras associadas a essa prática, bem como explorar as regulações motivacionais e as necessidades psicológicas básicas na base da sua participação na modalidade.

Quanto ao início da prática, verificou-se que quase metade das atletas tinham ido ao seu primeiro treino devido a um convite para experimentar ou por influência de algum familiar. Constatou-se assim que, contrariamente ao que Cabrita (2011) referiu, a inclusão do rugby nos programas de educação física poderá não se constituir como um fator decisivo para o desenvolvimento da modalidade em Portugal, uma vez que nem sempre esta é abordada, e, quando o é, surge frequentemente apenas 'no final do ano letivo'. Sugere-se assim que que, futuramente, se examine a abordagem de rugby nas escolas no que refere ao cumprimento e formas de prática, de forma a que esta oportunidade de divulgação não seja desperdiçada.

Outros aspetos que, no estudo de Cabrita (2011), o autor considera poderem ter contribuído para que os mais jovens experimentassem e se iniciassem na prática da modalidade foram os resultados positivos e o mediatismo das seleções nacionais seniores. No entanto, as atletas que participaram na presente investigação não referiram estas questões, podendo especular-se que isso poderá ser facilitado pelo facto de as estratégias adotadas pelos clubes e pela federação para divulgar a modalidade terem pouco impacto, ora por serem em número insuficiente, ora por terem pouca visibilidade.

Relativamente à manutenção na prática, grande parte das atletas justificaram o seu envolvimento com o prazer de jogar rugby, demonstrando assim estarem intrinsecamente motivadas para a prática. Este resultado pode ser considerado positivo porque atletas com esta regulação tendem a apresentar menos situações de burnout e abandono da prática (Cresswell & Eklund, 2005). Para além disso, são consistentes com estudos como os de Kerr (2019) e Fields e Comstock (2008), nos quais se verificou que os motivos que contribuíam para o início e manutenção na prática de rugby de atletas do sexo feminino se prendiam com aspetos relacionados com a diversão e com a interação social. Consistentemente, no presente estudo, o relacionamento interpessoal (dentro ou fora da equipa) foi um aspeto claramente valorizado na manutenção na prática, sendo ainda a categoria mais referida no âmbito dos aspetos positivos do rugby. Num estudo de Russell (2002), o autor concluiu que a equipa e, portanto, as relações sociais, eram o principal motivo da participação feminina no desporto. As 'terceiras partes' características de um encontro de rugby – isto é, o momento de convívio entre as equipas que ocorre após o jogo – e as várias formas de jogo (e.g., touch rugby), podem contribuir para a manutenção na modalidade, uma vez que são mais uma oportunidade para conviver e competir em equipas mistas, atraindo pessoas de várias idades em qualquer fase da sua vida.

Todavia, não obstante estas relações interpessoais terem sido muito referenciadas como positivas, elas também foram referidas no âmbito das barreiras/ aspetos negativos ligados à prática de rugby, tendo algumas atletas referido que começavam a sentir muita rivalidade, frequentemente transportada de dentro do campo para fora, algo que antes não acontecia. Foi possível perceber que estas 'rivalidades' e "anti-jogo" que as atletas referiram podiam estar relacionadas com a organização geral, na medida em que as equipas procuravam tirar vantagem dos regulamentos para 'ganharem sempre', levando a 'mau ambiente' para fora das quatro linhas.

Um dos aspetos negativos geralmente realçados na literatura em relação com a prática de desporto por parte de mulheres – a existência de preconceitos e estereótipos associados à agressividade –, foi também referido por muitas atletas, sendo evocado aquando da justificação da baixa adesão feminina à modalidade. Este é um resultado preocupante, pois mesmo que as atletas tenham sucesso, a sua aptidão e competência para o desporto continua a ser ofuscada pelos estereótipos referentes à sua sexualidade, que se arrastam por gerações (ver Carle & Nauright, 1999).

Neste contexto, uma grande barreira à participação feminina no desporto em geral e, particularmente no rugby, é a ideia que este desporto é 'para homens', enquanto no polo oposto há outras modalidades – como a ginástica e a dança – aceites em mulheres por aparentemente não serem em causa a delicadeza feminina (Cabrita; 2011; Saraiva, 2017). Na verdade, no caso do rugby, muitas vezes são os pais os primeiros a impedirem a prática deste rugby por parte das suas filhas, por o considerarem um desporto 'masculino'. Este problema parece ser amplificado quando as filhas são menores, uma vez que, sem as autorizações dos encarregados de educação, estas não podem iniciar a prática de rugby.

No que diz respeito às regulações motivacionais e necessidades psicológicas básicas, verificou-se que as atletas mais jovens apresentaram valores de satisfação das necessidades psicológicas básicas mais elevados do que as atletas seniores, designadamente na perceção de autonomia e competência. Estes resultados podem estar relacionados com o facto de, atualmente, as atletas apenas poderem competir, ao nível dos clubes, nesses dois escalões. Assim, enquanto no escalão de sub 14 se espera que as etapas de formação sejam cumpridas (World Rugby, 2019), levando a níveis mais elevados de satisfação das necessidades psicológicas básicas, pode suspeitar-se que as atletas que não têm oportunidades de ser inseridas no escalão correspondente reajam de forma diferente e, devido a comparações sociais (Ryan & Deci, 2007), apresentem valores mais baixos de autonomia e competência. Suspeita-se ainda que a satisfação das necessidades psicológicas básicas de relacionamento, que reflete o vínculo e identificação com o grupo em que a pessoa se insere (Ryan & Deci, 2007), não tenha sido tão afetada devido ao espírito e valores que a modalidade transporta em si – paixão (e.g., apego emocional e sentimento de pertença à família do rugby) e solidariedade (e.g., amizades duradouras, camaradagem, lealdade) entre outros aspetos (Waterhouse, 2015).

Por fim, os resultados relativos à relação entre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e as regulações motivacionais foram consistentes com as ideias preconizadas por diversos autores, como Ryan e Deci (2007) e Benita, Roth, e Deci (2014), que referem que a satisfação contribui para formas de motivação mais autónomas.

Em suma, os resultados desta investigação permitem sugerir que o apelo ao conhecimento, à divulgação e à experimentação podem ser ferramentas preciosas para o aumento do número de praticantes de rugby feminino em Portugal. Como o presente estudo mostrou, depois de se iniciarem na modalidade, as atletas são capazes de lutar 'contra tudo e contra todos' para se manterem envolvidas e contribuírem para o desenvolvimento do rugby feminino em Portugal. Neste contexto, embora as ações da Federação Portuguesa de Rugby e das associações nacionais, bem como a abordagem da modalidade no âmbito escolar (e.g., formações direcionadas para professores, abordagem da modalidade – adaptada ou não – no decorrer do ano letivo, torneios e convívios), não tenham sido estudadas em profundidade, acredita-se que estas podem contribuir para um aumento da prática feminina. Nesse sentido, seria interessante investigar o real impacto de ações de promoção da experimentação e contacto com a modalidade no desenvolvimento da modalidade no país, de uma forma geral, e no número de praticantes do sexo feminino, em particular.

Além disso, os resultados relativos às diferenças encontradas na satisfação das necessidades psicológicas básicas em atletas de diferentes escalões competitivos poderão facilitar uma intervenção mais direcionada e adequada a cada grupo etário, sendo claro e inequívoco que a satisfação dessas necessidades é determinante se se quiser promover uma manutenção mais autodeterminada e, desta forma, promover não apenas a inicialização na prática do rugby, mas também a sua manutenção a longo-prazo.

REFERÊNCIAS

- Adie, J., Duda, J. & Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivation and Emotion*, 32(3), 189-199. doi:10.1007/s11031-008-9095-z
- Benita, M., Roth, G., & Deci, E. L. (2014). When are mastery goals more adaptive? It depends on experiences of autonomy support and autonomy. *Journal of Educational Psychology*, 106, 258-267. doi:10.1037/a0034007
- Brown, M., Guthrie, P., & Growden, G. (2011). *Rugby for dummies*. Mississauga, ON, Canada: John Wiley & Sons Canada.
- Cabrita, J. (2011). *Representações sociais do rugby na Grande Lisboa* (dissertação de mestrado não publicada). Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa, Instituto Universitário de Lisboa, Portugal
- Carle, A., & Nauright, J. (1999). A man's game? Women flaying rugby union in Australia. *Football Studies*, 2, 55-73.
- Clancy, R. B., Herring, M. & Macyntire, T., & Campbell, M. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 232-242. doi:10.1016/j.psychsport.2016.09.003
- Corr, M., McSharry, J., & Murtagh, E. M. (2018). Adolescent girls' perceptions of physical activity: A systematic review of qualitative studies. *American Journal of Health Promotion*, XX, 1-14. doi:10.1177/0890117118818747
- Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2005). Motivation and burnout among top amateur rugby players. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 37, 469-477. doi:10.1249/01.mss.0000155398.71387.c2
- European Institute for Gender Equality. (2019). *Igualdade de género no desporto*. Disponível em <http://eige.europa.eu>
- Fields, S. K., & Comstock, R. D. (2008). Why American women play rugby. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 17, 8-16. doi:10.1123/wspaj.17.2.8
- Heckhausen, J., & Heckhausen, H. (2018). Motivation and action: Introduction and overview. In J. Heckhausen & H. Heckhausen (Eds.), *Motivation and action* (3rd ed., pp. 1-14). Champaign, IL: USA: Springer.
- Instituto Português do Desporto e da Juventude. (2018). *Estatísticas - Desporto Federado 1996-2016*. Disponível em http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/Estatisticas/praticantes_act2017.xls
- Kerr, J. H. (2019). The multifaceted nature of participation motivation in elite Canadian women rugby union players. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(1), 1-16. doi:10.1080/1612197X.2019.1611904.
- Krouse, R. Z., Ransdell, L. B., Lucas, S. M. & Pritchard, M. E. (2011). Motivation, goal orientation, coaching and training habits of women ultrarunners. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25, 2835-2842. doi:10.1519/JSC.0b013e318204caa0
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E.A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 323-355. doi:10.1123/jsep.30.3.323.
- Maroco, J., & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas? *Laboratório de Psicologia*, 4, 65-90.
- Monteiro, D., Moutão, J., & Cid, L. (2018). Validation of the Behavioural Regulation in Sport Questionnaire in Portuguese athletes. *Revista de Psicologia del Deporte*, 27, 145-150.
- Monteiro, D., Marinho, D. A., Moutão, J., Couto, N., Antunes, R., & Cid, L. (2016). Adaptation and validation of the Portuguese version of Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNEsp) to the sport domain and invariance across football and swimming. *Motricidade*, 12, 55-61. doi:10.6063/motricidade.9372
- Ong, N. C. (2019). Assessing objective achievement motivation in elite athletes: A comparison according to gender, sport type, and competitive level. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 1-13. doi:10.1080/1612197X.2017.1349822
- Russell, K. (2002). *Women's participation motivation in rugby, cricket and netball: Body satisfaction and self-identity* (unpublished doctoral thesis). Coventry University & Rugby Football Union for Women, UK.
- Ryan, R. M., & Deci, E.L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New, York, NY, USA: The Guilford Press.
- Saraiva, P. (2017). *Mulheres, desporto, media: Noticiabilidade e objetificação sexual do desporto feminino nos jornais desportivos em Portugal (1996-2016)* (dissertação de mestrado não publicada). Faculdade de Economia, Universidade de Coimbra, Portugal.
- Silva, I. S., Veloso, A. L. & Keating, J. B. (2014). Focus group: Considerações teóricas e metodológicas. *Revista Lusitana de Educação*, 26, 175-190.
- Smith, B., & Caddick, N. (2012). Qualitative methods in sport: A concise overview for guiding social scientific sport research. *Asia Pacific Journal of Sport and Social Science*, 1, 60-73. doi:10.1080/21640599.2012.701373
- Teixeira, P. J., Carraça, E., Markland, D., Silva, M., & Ryan, R. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9, 78. doi:10.1186/1479-5868-9-78
- Vlachopoulos, S. P., & Michailidou, S. (2006). Development and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness in exercise: The Basic Psychological Needs in Exercise Scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 10, 179-201. doi:10.1207/s15327841mpee1003_4
- Waterhouse, A. (2015). *Rugby made simple: An entertaining introduction to the game for bemused supporters*. Maidenhead, UK: Meyer & Meyer Sport (UK).
- World Rugby. (2019). *Long-term player development*. Disponível em <http://rugbyready.worldrugby.org/?section=56>