



Escala de Motivação no Desporto (EMD)

Sport Motivation Scale (SMS)

Tradução e adaptação

A. Rui Gomes (2014)

(rgomes@psi.uminho.pt)

Adaptado de Alan L. Smith et al. (2006)

Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano

Grupo de investigação

www.ardh.pt

Universidade Minho

Escola de Psicologia

Campus de Gualtar

4710-057 Braga

Data desta versão: 07/01/2023

Esta versão elimina versões anteriores.

Para ter acesso à versão mais atualizada, consulte a página de internet www.ardh.pt

Responsabilidade do grupo Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano:

Desenvolveu originalmente este instrumento

Traduziu este instrumento de uma versão original de outros autores

Índice

Utilização do instrumento 	3
Referências do instrumento 	4
Descrição 	5
Cotação 	7
Condições de aplicação 	8
EMD (atletas) 	9

| Utilização do instrumento |

Os instrumentos disponibilizados pelo grupo de investigação Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano são genericamente de dois tipos: desenvolvidos pelo grupo de investigação ou adaptados pelo grupo de investigação.

No caso de instrumentos adaptados pelo grupo de investigação, foi obtida a autorização dos autores dos instrumentos para se proceder à sua adaptação para a língua portuguesa. No entanto, não existe exclusividade no uso do instrumento pelo grupo de investigação, sendo livre a sua utilização por outras pessoas interessadas, desde que se respeite a autoria pela respetiva adaptação, no caso de ser utilizada uma versão traduzida pelo grupo de investigação.

Regras de utilização

- Os instrumentos destinam-se exclusivamente para efeitos de investigação e de “investigação-ação”. No caso da “investigação-ação”, a utilização destes instrumentos está circunscrita a profissionais com formação específica para o efeito. Neste sentido, não nos responsabilizamos pelo uso incorreto ou indevido dos materiais fornecidos.
- É estritamente proibida a utilização dos instrumentos para efeitos comerciais, venda ou publicitação de outros produtos associados.

Autorização de utilização

- Não é necessário obter a autorização do grupo de investigação para usar os instrumentos, desde que seja respeitada a sua utilização para os efeitos descritos.
- Se os instrumentos forem uma adaptação de instrumentos originais de outros autores, deve ser obtida a devida autorização dos autores originais do instrumento caso a utilização ocorra numa língua distinta da tradução portuguesa.

| Referências do instrumento |

- (*) Gomes, A. R. (2014). *Escala de Motivação no Desporto (EMD)*. Relatório técnico não publicado. Braga: Escola de Psicologia, Universidade do Minho. Disponível em [Available at] <https://hdl.handle.net/1822/85417>
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology, 17*, 35-53.
- Smith, A. L., Ullrich-French, S., Walker II, E., & Hurley, K. S. (2006). Peer relationship profiles and motivation in youth sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 28*, 362-382.
- Ullrich-French, S., & Smith, A. L. (2006). Perceptions of relationships with parents and peers in youth sport: Independent and combined prediction of motivational outcomes. *Psychology of Sport and Exercise, 7*, 193-214.
- Vallerand, R. J. (2001). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 263-319). Champaign, IL: Human Kinetics.
- (*) Esta referência pode ser utilizada para citar este instrumento em trabalhos científicos ou técnicos.

| Descrição |

A Escala de Motivação no Desporto (EMD) avalia a motivação para a prática desportiva em jovens, tendo por base um entendimento da motivação num *continuum* de autodeterminação, incluindo diferentes formas de motivação.

A adaptação portuguesa foi efetuada por Gomes (2014) a partir dos trabalhos originais de Smith, Ullrich-French, Walker II e Hurley (2006). Estes autores propuseram uma versão mais curta com 12 itens da escala original *Sport Motivation Scale* (SMS) com 28 itens de Pelletier (1995). A ideia de propor uma escala mais curta da SMS foi no sentido de a tornar ainda mais simples em termos de compreensão, podendo ser particularmente adequada para atletas jovens e mesmo crianças (10 a 14 anos).

Assim sendo, este instrumento avalia quatro dimensões:

1) Amotivação: ausência de motivação por parte do atleta relativamente à prática da modalidade em causa.

2) Regulação externa: motivação para a prática da modalidade em causa é controlada por fatores ou razões externas ao atleta.

3) Regulação identificada: motivação para a prática da modalidade em causa é controlada por fatores ou razões externas ao atleta, mas a decisão de prática depende da sua vontade.

4) Motivação intrínseca: motivação para a prática da modalidade em causa está relacionada com o prazer e satisfação que proporciona ao atleta.

O instrumento é constituído por **12 itens**, distribuídos pelas quatro subescalas referidas, sendo os itens respondidos numa escala tipo “Likert” de sete pontos (1 = *Discordo completamente*; 4 = *Concordo moderadamente*; 7 = *Concordo completamente*). Valores mais elevados correspondem a uma perceção mais elevada por parte do atleta na dimensão em causa.

Do ponto de vista estatístico, é ainda possível obter um **índice** de motivação autodeterminada, efetuando-se o cálculo do seguinte modo:

- Soma da média do valor obtido na escala de amotivação, multiplicando-se depois o valor obtido por -2.

- Soma da média do valor obtido na escala de regulação externa, multiplicando-se depois o valor obtido por -1.

- Soma da média do valor obtido na escala de regulação identificada, multiplicando-se depois o valor obtido por +1.

- Soma da média do valor obtido na escala de motivação intrínseca, multiplicando-se depois o valor obtido por +2.

A fidelidade e validade deste índice tem vindo a ser demonstrado numa variedade de investigações (ver Vallerand, 2001).

| **Cotação** |

Subescala	Itens
1. Amotivação (4 itens)	1, 4, 7, 10 Total = 1 – 7
2. Regulação externa (2 itens)	2, 5 Total = 1 – 7
3. Regulação identificada (2 itens)	8, 11 Total = 1 – 7
4. Motivação intrínseca (4 itens)	3, 6, 9, 12 Total = 1 – 7
	Total = 12 itens
Índice de motivação autodeterminada	Ver descrição do instrumento

| Condições de aplicação |

- 1) Analisar a **aplicação** do instrumento com os participantes, explicando o objetivo da sua utilização (“analisar as razões para a prática desportiva”) e o carácter confidencial da recolha dos dados;
- 2) Planear **10 a 15 minutos** para a aplicação e preenchimento;
- 3) Organizar um **contexto reservado e sossegado**: evitar a presença de pessoas não implicadas na avaliação durante o preenchimento do instrumento.

| EMD (atletas) |

Este questionário procura analisar as **razões** pelas quais praticas este desporto.

Usando a escala abaixo (desde *Discordo completamente* até *Concordo completamente*), indica, por favor, até que ponto cada afirmação se aplica a ti, ou seja, corresponde ao modo como te sentes ao praticar esta modalidade.

Tem em consideração o facto de não existirem respostas certas ou erradas. Queremos apenas saber como é que te **sentes** em relação a este desporto.

Porque praticas este desporto?	Discordo completamente		Concordo moderadamente			Concordo completamente	
1. Antigamente, tinha boas razões para estar nesta modalidade mas neste momento questiono-me se devo continuar ou não a praticar este desporto	1	2	3	4	5	6	7
2. Pelo estatuto e visibilidade social que este desporto me proporciona como atleta	1	2	3	4	5	6	7
3. Pela satisfação de melhorar as minhas capacidades	1	2	3	4	5	6	7
4. Neste momento não sei porque pratico esta modalidade pois sinto que não sou capaz de ter sucesso neste desporto	1	2	3	4	5	6	7
5. Para mostrar aos outros que sou um bom atleta	1	2	3	4	5	6	7
6. Pela excitação e diversão que este desporto me proporciona	1	2	3	4	5	6	7
7. Atualmente, não é claro porque estou a praticar esta modalidade. Acho que o meu lugar não é neste desporto	1	2	3	4	5	6	7
8. Pratico este desporto pois é uma das melhores formas de conhecer outras pessoas	1	2	3	4	5	6	7
9. Pratico esta modalidade devido às emoções positivas que sinto ao fazer este desporto	1	2	3	4	5	6	7
10. Muitas vezes, pergunto-me a mim próprio o que estou a fazer neste desporto pois não estou a conseguir alcançar os meus objetivos	1	2	3	4	5	6	7
11. Faço este desporto pois é uma das melhores formas de manter bons relacionamentos com os meus amigos	1	2	3	4	5	6	7
12. Porque gosto da sensação de estar totalmente envolvido neste desporto	1	2	3	4	5	6	7