

PERCEPÇÃO DE AUTOESTIMA E AUTOCONCEITO EM PARATLETAS NO MUNICÍPIO DE VIDEIRA-SC

COELHO, Ariane Angoleri*

BONDAN, Luiz Eduardo**

Resumo

O autoconceito, construção cognitiva e social desenvolvida no decorrer da vida, é moldado por conjunto de características assumidas pelo indivíduo na percepção de si mesmo, nos relacionamentos. O objetivo do estudo foi analisar a autoestima e o autoconceito dos paratletas do município de Videira, com a participação de 6 pessoas, de ambos os sexos, com idade entre 24 e 37 anos. Foram utilizados questionários de Rosenberg (1995) e Huddy (1993), com resultados mostrando que a maioria apresenta satisfação com seu corpo e reconhece a ajuda do esporte para tal. 100% dos entrevistados relatam sentir-se úteis no seu cotidiano. Quando se trata sobre ter com o que se orgulhar, 83% relatam estarem orgulhosos consigo mesmo. No que diz ao peso adequado a sua altura, 50% dos entrevistados relatam estar adequado, 50% dos entrevistados sentem-se satisfeitos com o seu próprio corpo, mas 50% também relata que estariam mais satisfeitos se sua imagem corporal fosse um tanto diferente. Quando se trata da prática de exercícios para ter “bom corpo”, 50% não souberem opinar. As entrevistas obtiveram resultados positivos quanto à autoestima e autoconceito, reconhecendo que o esporte auxiliou nisso.

Palavras-chave: Paradesporto. Autoconceito. Autoestima.

1 INTRODUÇÃO

O desenvolvimento positivo de alguns fatores psicológicos pode ser essencial e determinante para o sucesso futuro do indivíduo.

Segundo Schaffer (1996, apud Câmara 2018, p. 7) o autoconceito refere-se aos aspectos cognitivos da autoestima e exprime o conhecimento subjetivo que os indivíduos têm de si próprios enquanto seres psicológicos e físicos. O autoconceito é uma construção cognitiva e social que se desenvolve no decorrer da vida e moldada por um conjunto de características conscientemente assumidas pelo indivíduo, é a percepção de si mesmo que surge no relacionamento com os outros (HARTER, 1999, apud, GASPAROTTO; BICHELS; VAGETTI; PEREIRA; OLIVEIRA, 2020, p.344).

Autoconceito é entendido como um conjunto de cognições que o sujeito vai elaborando, sobre si próprio, relativamente ao seu desempenho nos diferentes contextos, tarefas e situações específicas em que está envolvido e evolui, possuindo, por conseguinte, uma estrutura multidimensional, considerada igualmente uma variável mediadora associada ao rendimento académico, desempenho desportivo ou adaptação profissional (PEIXOTO; ALMEIDA, 1999, apud CRUZ; SANTOS; RODRIGUES, 2016, p. 390).

A autoestima é algo que se vai formando ao longo da vida, como resultado das experiências acumuladas, ou seja, é o resultado de uma larga e permanente sequência de ações e emoções que vão formando o sujeito ao longo da sua vida. Desta forma, a autoestima integra o comportamento geral em todos os domínios (escolar, familiar, social), incluindo a saúde psicológica e o rendimento académico (QUILES; ESPADA, 2007, apud CÂMARA, 2018, p.10).

A autoestima possui um carácter essencialmente, fenomenológico, demonstrando até que ponto o sujeito está satisfeito consigo próprio. Desta forma, a autoestima é habitualmente referida como sendo alta ou baixa (ou positiva ou negativa), resultando de uma autoavaliação global, por parte do sujeito, enquanto objeto de avaliação (PEIXOTO, 2003, apud CÂMARA, 2018, p.10).

Rosenberg e colaboradores; Peixoto (2003, p.14. Apud Câmara 2018, p.12) afirmam que “a autoestima se relaciona mais com o bem-estar psicológico da pessoa enquanto que os autoconceitos específicos são mais relevantes para variáveis de natureza comportamental”.

É construção, no nível subjetivo, da realidade objetiva. É formada no trabalho e nas relações sociais entre os homens, ao produzir os meios necessários à vida. A consciência permite ao homem conhecer e avaliar tanto o mundo físico e social como a si mesmo.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Esta pesquisa apresenta-se de cunho transversal como um estudo de campo, de cunho quantitativo e qualitativo. Tem por finalidade: pesquisar, analisar e registrar os dados relativos ao assunto escolhido como objetivo de estudo.

O grupo de pesquisa foi composto por 6 participantes paratletas, de ambos os sexos, com idade entre 24 a 37 anos, que fazem parte da equipe do paradesporto no município de Videira, SC.

O critério utilizado para a inclusão na pesquisa é de que os indivíduos deveriam estar registrados na Fundação Municipal de Esportes no município de Videira, SC, em atividade e participando das competições representando o município e assinar o termo livre de consentimento esclarecido (TLCE). Foram excluídos da pesquisa, os atletas que não concordaram assinar o TCLE; os atletas que não estavam registrados na Fundação Municipal de Esportes ou que não estavam mais envolvidos em atividades esportivas representando o município.

Primeiramente foi realizado um contato com o diretor (a) da instituição, explicando do que se tratava o projeto e quais procedimentos seriam utilizados, deixando claro o objetivo do estudo.

Após a aprovação do diretor de esportes do município, foi realizado um contato com os professores paratletas, com a mesma finalidade e com a intenção de responderem o questionário, com o foco em analisar a percepção quanto à autoestima e autoconceito dos paratletas no município de Videira, SC. Estes então, receberam um termo de consentimento e esclarecimento, contendo as informações necessárias referentes ao pesquisador, a pesquisa, os objetivos e como seria realizada e qual a estimativa do tempo gasto para responder o questionário. Estando de acordo, foram iniciados os trabalhos de coleta de dados através da aplicação do questionário adaptados de Rosenberg (1995) e Huddy (1993), com questões abertas e fechadas, com o intuito de levantar dados referentes e analisar a percepção quanto à autoestima e autoconceito dos paratletas no município de Videira, antes e depois da prática esportiva.

Para análise dos dados será utilizada estatística descritiva com frequência e percentual para os dados quantitativos e qualitativos. Após a coleta dos dados, estes serão analisados e apresentados através de tabelas e quadros para melhor apreciação.

2.2 ANÁLISE E DISCUSÃO DOS RESULTADOS

A tabela seguinte apresenta dados gerais dos paratletas, como, idade, sexo, deficiência, modalidade praticada e o tempo que pratica a modalidade.

Tabela 1 - Características dos paratletas

Variáveis	N	%
Sexo		
Feminino	1	10
Masculino	5	90
Idade		
24 a 37	6	100
Deficiência		
Cadeirante	1	16.66
Física	1	16.66
Paraplégico	1	16.66
Paralisia Infantil	1	16.66
Mental	1	16.66
Falta de membros	1	16.66
Modalidade		
Atletismo	6	100
Tempo que pratica a Modalidade		
Atleta 1	6 anos	
Atleta 2	3 anos	
Atleta 3	atualmente nada	
Atleta 4	5 anos	
Atleta 5	10 anos	
Atleta 6	3 anos	

Fonte: O autor (2021).

Nas perguntas “Sinto que sou uma pessoa de valor, pelo menos num plano de igualdade com os outros” e “Sinto que sou uma pessoa com um bom número de qualidades, 100% dos entrevistados afirmam estarem satisfeitos. Isso pode ser observado no quadro 1, mostrado após este texto, que está relacionado à autoestima (ROSENBERG 1965), onde os resultados são quase que totalmente positivos. Conforme citam Costa e Winckler (2012 apud, ZUCCO, 2017 p. 5), a partir dos momentos que novas possibilidades que essas pessoas têm de se integrar com o meio, a autoestima e o autoconceito ficam cada vez mais significativos para os mesmos e, conseqüentemente, sentem-se valorizados e felizes pelo que fazem.

Na pergunta “em termos gerais estou inclinado (a) a sentir-me que sou um falhado(a) 16% disseram que discordam e concordam 83%, o que é um número significativamente negativo em relação à visão que os paratletas têm de sua utilidade como pessoa.

É comum a sociedade associar a pessoa com deficiência à falta de produtividade, ou seja, o fracasso é facilmente apontado e o sucesso é pouco percebido e quando percebido é atribuído como mérito, não sendo valorizado o esforço depositado para tal proeza (HEIL, 2008).

Quando se trata da pergunta “estou apto(a) a fazer as coisas tão bem como a maioria das pessoas” 83% das pessoas concordam e 16% discordam. O esporte, na maioria das vezes, faz com que o indivíduo se sinta capaz de desempenhar atividades que antes não seria capaz antes. Esses e outros benefícios, com o passar do tempo, vão sendo disponibilizados aos deficientes (ZUCCO, 2017).

Observa-se na pergunta “sinto que não tenho muito de que me orgulhar”, que os números novamente são positivos, em que 83% dos pesquisados discordam e 16% concordam. Pode-se notar que apesar das implicações, os pesquisados se sentem orgulhosos deles mesmos, mostram que aceitaram suas limitações e conseguem lidar com as barreiras impostas pela exclusão e com o preconceito.

Na pergunta “tomo uma atitude positiva perante mim mesmo(a)”, 83% responderam que concordam e apenas 16% discordam, outro resultado

bastante positivo, mesmo com as limitações impostas nas vidas dessas pessoas, a adaptação e o esporte ajudaram na evolução e aceitação das mesmas.

O quadro 2 refere-se à imagem corporal dos paratletas. Começa-se analisando a pergunta que se referia a “sinto-me bem em relação a minha imagem corporal?”, em que 33% responderam que sim, 16% que não, e 50% não souberam opinar - número bastante expressivo, pois metade dos entrevistados não souberam ou não quiseram responder.

Na pergunta “estou confiante que quando as pessoas olham para mim ficam favoravelmente impressionadas”, 50% responderam que sim, 5 % que não sabem responder.

Para Brazuna e Castro (2001 apud, ZUCCO, 2017, p. 8), o atleta começa a ser reconhecido através do sucesso no esporte, quando a sociedade passa a reconhecê-lo não apenas como atleta, mas como um cidadão com potencialidades para representar o orgulho da instituição, clube ou cidade que está filiado.

As perguntas seguintes referem-se a “a participação em esportes me proporcionou uma imagem favorável”, em que 83% disseram que sim, e 16% não souberam aferir. A pergunta relacionada a “participar exercício me deu um bom corpo”, 33% disseram que sim, 16% que não, e 50% não sabem.

Como observado, a prática esportiva promove melhorias na autoconfiança, autoconceito e autoestima. Além disso, auxilia na prevenção de enfermidades, promove integração e inclusão social, propiciando melhoras no bem-estar e qualidade de vida do deficiente (CARDOSO, 2011; LEHNHARD; MANTA; PALMA, apud, FARIAS, 2018, p. 14). Além disso, a prática regular de exercícios traz melhorias no sistema cardiovascular e metabólico, causa mudanças na composição corporal, aprimora a massa óssea, traz melhoria neuromuscular e aumenta o bem-estar.

Os benefícios sociais da atividade física estão relacionados à participação em diversos tipos de exercícios físicos, visto que as situações experimentadas em jogos, esportes e competições atendem às necessidades

sociais, contribuindo assim, para o desenvolvimento e manutenção da dimensão social do indivíduo (GRUBANO, 2014, apud, FARIAS, 2018, p.18).

A Organização Mundial da Saúde (OMS), através da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), descreve deficiência como “[...] problemas nas funções ou nas estruturas do corpo, tais como, um desvio importante ou uma perda (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2004).

Entende-se por atividade física, qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos resultando num dispêndio de energia Caspersen, Powell, Christenson (1985, apud, CRUZ; SANTOS; RODRIGUES, 2016, p. 391), incluindo qualquer tipo, desde o mais elementar movimento corporal, até à prática de atividade física e desportiva (atividade de lazer, trabalho ocupacional ou doméstico, exercício físico ou atividade desportiva).

Bernardo e Matos (2003, apud, CRUZ; SANTOS; RODRIGUES, 2016, p. 391) defendem que o desenvolvimento de programas adequados de atividade física e desportiva podem melhorar o bem-estar psicológico e reduzir o risco de determinados problemas de saúde.

3 CONCLUSÃO

Estudar a autoestima e o autoconceito dos paratletas é de extrema importância, pois mostra dados que podem representar evolução em alguns aspectos da vida desses indivíduos e a influência que o esporte teve na vida de cada um, percebendo o que pode ser melhorado para que os resultados sejam ainda melhores.

A maioria dos atletas relatou que o esporte ajudou-os a ter um desempenho corporal melhor, sendo que também sentem-se pessoas úteis, e que a deficiência não atrapalha as atividades do cotidiano. Apenas um participante relatou querer mais respeito da sociedade, pelo fato de ser uma pessoa com deficiência.

Quanto ao peso, dois relataram estar no peso e altura ideais, e dois relataram não saber mensurar tais dados.

De modo geral, as entrevistas observaram resultados positivos enquanto autoestima e autoconceito, sendo que a maioria dos paratletas participantes apresentaram um bom resultado em relação à satisfação com o seu corpo e reconhecem que o esporte auxiliou para isso.

REFERÊNCIAS

ABRUZZO, K. J. et al., (2016). Does participation in extracurricular activities impact student achievement *Journal for Leadership and Instruction*, 15(1), 21–26. Associação Brasileira de). Critério Brasil - ABEP. São Paulo. Babic, M. J., Morgan, P. J., Plotnikoff, R. C., Lonsdale, C., White, R. L., & Lubans, D. R. (2014). Physical activity and physical self-concept in youth: Systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*.

AUTOESTIMA, AUTOCONCEITO E ESTATUTO SOCIAL: entre pares em alunos indisciplinados do 2º ciclo de escolaridade. Lisboa: ISPA-Instituto Universitário, 2018. 127 p.

BERNARDO, R.; MATOS, M. (2003). Desporto aventura e autoestima nos adolescentes, em meio escolar. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/242092918_Desporto_aventura_e_autoestima_nos_adolescentes_em_meio_escolar. Acesso em: 19 mar. 2021.

BRAZUNA, Rodrigues Melissa; MAUERBERG, Eliane de Castro. A Trajetória do Atleta Portador de Deficiência Física no Esporte Adaptado de Rendimento. Uma Revisão da Literatura. Disponível em: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/07n2/Brazuna.pdf>>. Acesso em 28 de mar de 2021.

CÂMARA, Maria do Carmo Infante da; CRUZ, Mário; SANTOS, Luísa Ramos; RODRIGUES, Luís Paulo. O autoconceito e autoestima de adolescentes praticantes de modalidades náuticas. Lisboa: *Psicologia Saúde e Doença*, 2016. 402 p.

FARIAS, Nayane Claudia. *Prática Esportiva: como agente motivador na vida de pessoas com deficiência física*. Ariquemes: Faema, 2018. 39 p.

FRANCO, Adriana; DAVIS, Claudia. Autoestima: gênese e constituição de um atributo construído socialmente. Campinas: Unicamp, 2011. 118 p

GASPAROTTO, Guilherme et al. Autoconceito e autoeficácia associados à prática de atividades corporais entre estudantes. Pinhais: Psicologia Saúde e Doença, 2020. 354 p.

HEIL, Benvenuti Edinéia. A percepção de atletas com deficiência visual sobre o esporte adaptado. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Edineia%20Benvenuti%20Heil.pdf>>. Acesso em 26 de mar. 2021.

MATOS, M.; CARVALHOSA, S.; DINIZ, J. (2001). Actividade física e prática desportiva nos jovens portugueses, 4 (1), FMH /PEPT /GPT. Melo, R. (2009). Desportos de Natureza: reflexões sobre a sua definição conceptual. Exedra, (2). http://www.exedrajournal.com/docs/N2/07A-ricardo-melo_pp_93-104.pdf Ministério da Educação. (1997). Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar. Lisboa: Ministério da Educação - Departamento de Educação Básica.

ROSENBERG, M. (1965). Society and The Adolescent Self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press.

ZUCCO, Camila Crestani; BONDAN, Luiz Eduardo. Percepção quanto à autoestima e autoconceito em paratletas no município de Videira-SC. Videira: Unoesc, 2017. 11 p.

Sobre o(s) autor(es)

* Acadêmica do curso de Psicologia da Unoesc Videira - E-mail:

** Docente do cursod e Psicologia da Unoesc Videira - E-mail: luiz.bondan@unoesc.edu.br

Quadro 1 - Questionário de Autoestima (Rosenberg, 1965) - Adaptação de Ferreira (2001)

PERCENTUAL DE AUTOESTIMA	Concordo	Discordo
Sinto que sou uma pessoa de valor, pelo menos em um plano de igualdade com os outros	100%	-----
Sinto que tenho um bom número de qualidade	100%	-----
Em termos gerais estou inclinado (a) a sentir que sou um (a) falhado(a).	83%	16%
Estou apto (a) para fazer coisas tão bem como a maioria das pessoas.	83%	16%
Sinto que não tenho muito de que me orgulhar	83%	16%
Eu tomo uma atitude positiva perante mim mesmo(a)	83%	16%
No geral, estou satisfeito (a) comigo mesmo(a).	83%	16%
Gostava de ter mais respeito por mim mesmo(a).	16%	83%
Sinto-me por vezes inútil.	66%	33%

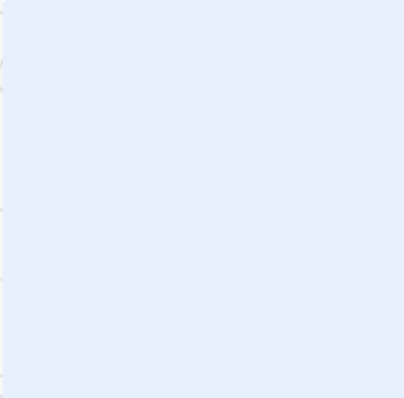
Fonte: O autor (2021)

Fonte: O autor (2021).

Quadro 2 - Questionário de Imagem Corporal por Huddu D. (1993), adaptado da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

PERCENTUAL DO AUTOCONCEITO	SIM	NÃO	NÃO SEI
O meu peso é apropriado para a minha altura?	50%	16%	33%
Sou demasiadamente pesado?	16%	50%	33%
Sinto-me bem em relação à minha imagem corporal?	33%	16%	50%
Estou satisfeito(a) com o meu peso atual?	33%	33%	33%
Quando me olho ao espelho de corpo inteiro, fico satisfeito(a) com o que vejo?	33%	50%	16%
Estou confiante que quando as pessoas olham para mim, ficam favoravelmente impressionadas?	50%	---	50%
Seria mais feliz com a minha imagem corporal, fosse diferente?	50%	50%	---
A participação em esportes proporcionou-me uma imagem corporal favorável?	83%	-----	16%
Vigio a minha dieta cuidadosamente?	33%	50%	16%
Uma imagem corporal favorável é muito importante?	66%	33%	---
Praticar exercício deu-me "um bom corpo"?	33%	16%	50%

Fonte: O autor (2021)



Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



Fonte: Fonte da imagem