

ESPORTE E DESENVOLVIMENTO DA PERSONALIDADE

Dietmar SAMULSKI*

RESUMO

Neste artigo são apresentadas 3 diferentes hipóteses explicativas das relações possíveis entre atividade esportiva e personalidade (hipótese de seleção, socialização e interação). O autor apresenta também resultados importantes de pesquisa relacionados ao tema de desenvolvimento da personalidade no esporte de alto nível. São comparados os perfis de personalidade de esportistas de diferentes níveis de rendimento e de diferentes modalidades esportivas de ambos os sexos.

UNITERMOS: Personalidade; Desenvolvimento psicológico; Socialização; Interação; Controle emocional; Ansiedade; Auto-conceito; Auto-confiança.

INTRODUÇÃO

A questão sobre a dependência e a interação entre corpo e espírito ou entre processos físicos e psíquicos é tão antiga quanto a própria humanidade.

A importância da atividade esportiva para o desenvolvimento da personalidade é reconhecida tanto nas ciências do esporte, assim como entre os que exercem as funções de professores de Educação Física, treinadores, atletas e dirigentes, não sendo apresentadas dúvidas sérias sobre sua importância. Através do esporte se deverá fomentar positivamente a disposição para o comportamento social, a estabilidade emocional, a motivação para o rendimento, auto-disciplina e força de vontade. Para o rendimento esportivo tornam-se necessárias também características de personalidade como capacidade de liderança, dominância, extroversão e perseverança.

Os trabalhos empíricos existentes atualmente sobre a pesquisa da personalidade no esporte apresentam um quadro controverso (veja Eysenck et alii, 1982; Sack, 1975, 1980, 1982; Singer & Haase, 1975;). Isto talvez seja causado, entre outros fatores, pela heterogeneidade das teorias, pela aplicação de distintos métodos de medição e avaliação e pelo controle precário de variáveis importantes ou pela escolha unilateral da amostra. Antes de abordar mais profundamente a relação entre esporte e personalidade, gostaria primeiramente de definir alguns conceitos básicos.

(1) Personalidade

Basicamente existe um consenso de que sob personalidade estão implícitas diferenças interindividuais. Em função disto, existe uma grande variedade de diferentes teorias sobre personalidade.

Cerca de 90% de todas as pesquisas empíricas foram realizadas com base na teoria do conceito de "trait" (traço), que tem como principais representantes Eysenck et alii (1982) e Guilford (1970).

Sob o ponto de vista desta teoria, a personalidade de um indivíduo é caracterizada pela composição individual dos traços de personalidade (necessidades, interesses, atitudes, temperamento,

* Escola de Educação Física da Universidade Federal de Minas Gerais.

talento, etc.). Um "trait" é uma característica de personalidade relativamente constante, através da qual uma pessoa se diferencia de outra.

O conceito de personalidade de Eysenck et alii (1982) é especialmente conhecido, tendo os autores após grande número de pesquisas encontrado 2 super-fatores da personalidade, que são:

1. Introversão - Extroversão
2. Neuroticismo - Estabilidade emocional

Eysenck et alii (1982) são de opinião que estes fatores são determinados em 2/3 por fatores genéticos.

Recentemente, as teorias da personalidade ganharam em importância, nos casos em que elas levantam a dependência das pessoas às situações ou em que elas analisam o desenvolvimento da personalidade sob o ponto de vista da interação entre a pessoa e o meio ambiente. No caso da Psicologia do Esporte considera-se, principalmente, as relações entre as pessoas e seu ambiente no âmbito social do esporte.

(2) Desenvolvimento da Personalidade

Por desenvolvimento da personalidade deve-se entender o desenvolvimento integral de um indivíduo (desenvolvimento motor, cognitivo, motivacional e emocional), da infância até a idade adulta. Nós partimos do princípio de que o desenvolvimento da personalidade pode ser influenciado num grau elevado através de processos de aprendizagem e da socialização.

Aqui devemos diferenciar 2 processos:

Individualização: sob este processo se entende o processo de desenvolvimento da auto-determinação do indivíduo, no qual se objetiva uma diferenciação e amadurecimento da personalidade da pessoa em forma autônoma. Auto-confiança e auto-identidade deverão ser desenvolvidos e ser aplicados de maneira recíproca em comportamentos futuros.

- **Socialização:** sob este processo se entende o desenvolvimento social no qual durante o seu transcorrer a pessoa adquire capacidades sociais, que não estavam pré-formadas especificamente no nascimento (como a percepção, a imaginação, o idioma, interesses, atitudes, e que lhe permitem agir adequadamente em situações sociais).

RELAÇÕES ENTRE ESPORTE E PERSONALIDADE

As relações entre o esporte e a personalidade são representadas na Psicologia do Esporte por 3 diferentes hipóteses (compare Sack, 1975). Isto deverá ser representado através do seguinte modelo:

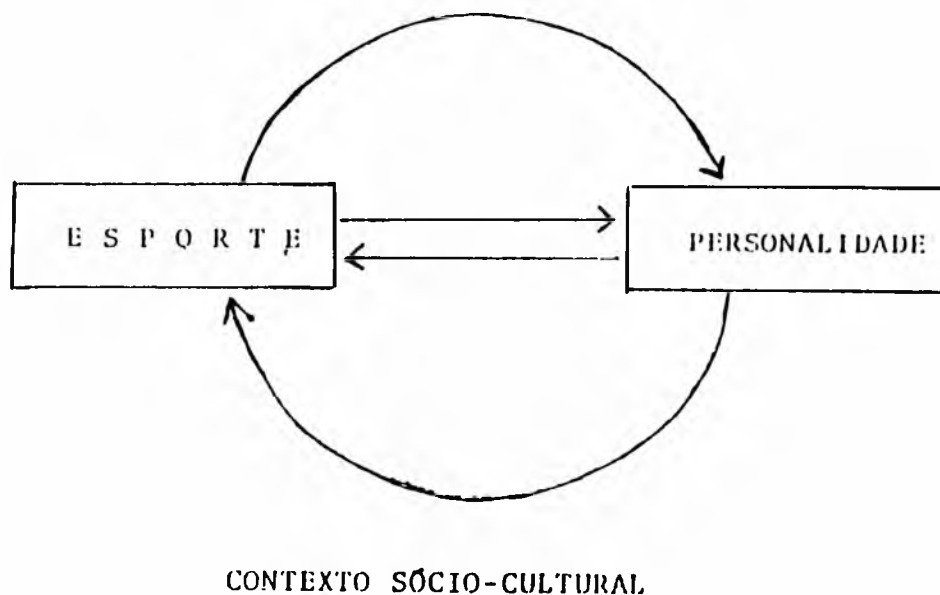


FIGURA 1 Relação entre esporte e personalidade.

Hipótese de seleção

O esporte é considerado como fator de seleção. Personalidades especiais se interessam por modalidades esportivas especiais ou por formas especiais de prática esportiva, da mesma forma que são escolhidos pelo subsistema desportivo. Existe uma melhoria da adaptação da estrutura da personalidade e ao perfil da exigência das modalidades desportivas.

Exemplo: Geralmente as pessoas orientadas para o rendimento se dedicam ao esporte competitivo. As pessoas agressivas se interessam pelo boxe e as pessoas introvertidas, pelos esportes individuais.

Hipótese de socialização

O esporte é considerado como fator socializante. A atividade desportiva influencia a personalidade e o desenvolvimento da personalidade de uma forma específica, altera por exemplo a motivação para o rendimento, o comportamento agressivo, o papel da mulher, etc.

Exemplo: O atleta com espírito competitivo se torna dominador, o boxeador se torna mais agressivo, o atleta de esportes coletivos se torna mais extrovertido e o corredor de longa distância mais introvertido.

Hipótese de interação

Os processos de seleção e de socialização integram entre si, acentuando a personalidade do indivíduo.

Exemplo: O boxeador que por sua natureza já é agressivo se torna mais agressivo ainda, o atleta de alto nível se torna mais dominante ainda e o praticante de esportes coletivos se torna mais extrovertido.

PERSONALIDADE DO DESPORTISTA

A expressão "personalidade do desportista" é utilizada freqüentemente pelos meios de comunicação social e também na linguagem do dia a dia.

Desportistas como Pelé, Franz Beckenbauer, Mark Spitz, Boris Becker, Steffi Graf entre outros, são designados como uma "personalidade de desportista", contendo determinadas qualidades positivas tais como auto-disciplina, inteligência de jogo, controle emocional, "fair-play", etc.

Estas "personalidades de desportistas" exercem junto da juventude uma influência como modelo fascinante, fato de que elas têm provavelmente consciência.

Neste contexto pretendemos abordar as seguintes questões:

- Existe a personalidade do desportista?
- O que é que distingue o desportista do não desportista?
- Há diferenças decorrentes da especificidade de cada modalidade desportiva?
- Distinguem-se os desportistas das deportistas?

Para a resposta destas questões reportamo-nos aos 4 trabalhos seguintes:

1. Trabalho de Ogilvie & Tutko (1971); estes autores investigaram 1500 desportistas de diferentes grupos de rendimento;
2. Trabalho de Eysenck et alii (1982);
3. Trabalho de Sack (1975, 1982) que abrange 151 investigações acerca deste tema;
4. Trabalho de Vanek & Hosek (1977) em que são analisadas 71 investigações.

Comparação de desportistas - não desportistas

Os desportistas caracterizam-se, segundo Ogilvie & Tutko (1971), pelos seguintes traços de personalidade:

São motivados para o rendimento e revelam tendência para se colocarem a si e a outras pessoas objetivos elevados, mas realistas.

São pessoas muito ordenadas e disciplinadas, com disposição para a liderança e muito respeitadoras das autoridades.

Dispõem de uma elevada capacidade de auto-confiança, de resistência psíquica, de auto-domínio, de baixo nível de ansiedade e de elevada capacidade para revelar comportamentos agressivos.

Aqueles autores encontraram também "esportistas com problemas", com as seguintes características: comportamentos neuróticos como super-ansiedade, receio do sucesso, tendência para atitudes depressivas, sensibilidade exagerada em face do insucesso ou da crítica externa.

Segundo Eysenck et alii (1982), os desportistas e as desportistas tendem para um temperamento extrovertido. E isto aplica-se de modo igual a desportistas e estudantes de educação física e desporto tanto de categoria elevada como de categoria média.

O desportistas, particularmente os de rendimentos mais destacados, revelam tendências para valores mais baixos de neurose e são menos permeáveis ao medo do que os não desportistas.

Segundo Sack (1980, 1982), em jovens de 12 a 22 anos existem as seguintes diferenças entre praticantes e não praticantes do esporte:

Os praticantes são mais espirituais, menos reservados e fechados (extroversão), revelam menor ansiedade (neurose) e tendência a dominação, apresentam maior poder de adaptação, são mais conservadores e mais interessados em coisas práticas do que teóricas. Raras vezes encontramos desportistas que tenham menor motivação para o rendimento, menor agressividade, menor autonomia e espírito de iniciativa do que indivíduos não desportistas.

Segundo Eysenck et alii (1982), os esportistas de alto nível têm valores de neurose inferiores aos desportistas de nível médio.

Para Ogilvie & Tutko (1971), o desportista de alto nível pode produzir "carreiras fracassadas" e "atletas com problemas", crescendo ainda atitudes depressivas, super-ansiedade e sensibilidade exagerada.

Sack (1982), não acredita em estruturas de personalidade típicas do esportista de elite. Segundo a sua opinião, estes são realmente extrovertidos, liderantes, otimistas, orientados para o rendimento, mas sem diferenças essenciais em relação aos esportistas de nível médio.

Comparação entre esportistas de diversas modalidades esportivas

Segundo Hahn (1983), os sprinters e os lançadores são mais extrovertidos do que os atletas de meio fundo. Tudo parece indicar que a extroversão decresce à medida que a distância aumenta. Os corredores de maratona são, na sua maioria, introvertidos.

As diferenças mais claras surgem na comparação entre modalidades esportivas individuais e coletivas.

Segundo Ogilvie & Tutko (1971), os esportistas de modalidades individuais tendem mais para introversão "sadia". São menos motivados para contatos sociais, têm um nível maior de agressão e parecem ser mais criativos do que os esportistas de modalidades coletivas. Estes tendem mais para a extroversão e são muito motivados para o contato social.

Foram encontradas finalidades específicas de personalidade para diferentes modalidades esportivas. Assim, por exemplo, os corredores de automóvel são frios nas suas análises, controlam melhor as suas emoções. São reservados e guardam distanciamento. Não revelam nem medo nem oportunismo. São porém altamente motivados, muito mais do que a média dos esportistas.

Comparação de esportistas de sexo masculino e feminino

Entre esportistas de sexo masculino e do sexo feminino encontram Ogilvie & Tutko (1971), as seguintes diferenças:

As esportistas de elite tendem mais para introversão, mostram maior esforço de procura de autonomia e pressupostos mais favoráveis para a criatividade do que os esportistas masculinos.

Das modalidades esportivas (com exceção da esgrima, da ginástica e do paraquedismo) resultam menos diferenças de personalidade para as esportistas do que para os homens.

Segundo Hahn (1979), as esportistas de elite distinguem-se entre outras coisas, pelas seguintes características de personalidade:

- . Têm sentimentos mais acentuados, são mais meigas, reagem de maneira mais sensível, mais impaciente e freqüentemente mais nervosa.

- O comportamento agressivo revela-se em atos verbais.

- Valores mais elevados de ansiedade, maior insegurança nas decisões.

- São mais preocupadas com a saúde e com as funções corporais, receiam não ter encanto nem charme.

- São mais instáveis, mais depressíveis e impressionáveis.

- Possuem uma auto-imagem menos positiva, são mais inseguras, menos autônomas e com menor grau de auto-confiança.

- São mais influenciáveis, por isso mais dependentes, mais sensíveis, com maior adaptação e também com maior disponibilidade e melhor disciplina de aprendizagem e com maior capacidade de integração no grupo de treinamento.

- São mais disciplinadas e mais esforçadas no treinamento.

- Colocam-se freqüentemente objetivos de rendimento negativamente formulados.

- Estão motivadas para evitar o insucesso.

- Reagem a cargas de competição de maneira mais impetuosa, mais impulsiva.

- Espírito competitivo e vontade de vencer menos específicos, menos disponibilidade para a competição.

- Fortemente dependente de pessoas e do treinador antes das competições.

- Reagem geralmente de modo mais emocional.

ABSTRACT

SPORT AND THE DEVELOPMENT OF PERSONALITY

In this article 3 different hypothesis are presented which explain the possible relationship between sport activity and personality (hypothesis of selection, socialization and interaction). Also, the author presents relevant research results related to the development of the personality in elite sport. Finally, the author compares different personality athlete's profile by performance level, sport discipline and sex differences.

UNITERMS: Personality; Psychological development; Socialization; Interaction; Emotional control; Anxiety; Self-concept; Self-confidence.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BIERHOFF-ALFERMANN, D., ed. *Soziale Einflüsse im Sport*. Darmstadt, Steinkopf, 1976.

EYNSECK, H.J. et alii. Sport and personality. *Advances in Behavior Research and Therapy*, n.4, p.1-56, 1982.

- FEIGE, K. **Leistungsentwicklung und Hoehstleistungsalter von Spitzenlaeufnern**. Schorndorf, Hofmann, 1978.
- GABLER, H. Zur Entwicklung von Persoenlichkeitsmerkmalen bei Hochleistungssportlern. *Sportwissenschaft*, n.6, p.247-76, 1976.
- _____. **Leistungsmotivation im Hochleistungssport**. Schorndorf, Hofmann, 1972.
- GUILFORD, J.P. **Persoenlichkeit**. Weinheim, Beltz, 1970.
- HAHN, E. **Kindertraining**. Muenchen, BLV Sportwissen, 1983.
- _____. Maedchen und Frauen in Hochleistungssport. In: GABLER, H. et alii, eds. **Praxis der Psychologie im Leistungssport**. Berlin, Bartels & Wernitz, 1979. p.225-36.
- HOWALD, H. ; HAHN, E., eds. **Kinder im Hochleistungssport**. Basel, Birkhaeuser Verlag, 1982.
- KAMINSKI, G. ; RUOFF, B.A. Auswirkungen des Hochleistungssports bei Kindern ud Jugendlichen. *Sportwissenschaft*, n.9, p.200-17, 1979.
- NEUMANN, O. **Sport und Persoenlichkeit**. Muenchen, Barth, 1957.
- OGILVIE, B.C.; TUTKO, T.A. **Problem athlets and how to handle them**. London, Pelham, 1971.
- SACK, H.G. Individuelle Persoenlichkeitsunterschiede und Persoenlichkeit. In: KIRKCALDY, B.D., ed. **Individual differences in sport behavior**. Koeln, BPS-Verlag, 1982. p.99-158.
- _____. **Sportliche Betaetigung und Persoenlichkeit**. Ahrensburg, Czwalina, 1975.
- _____. **Zur Psychologie des jugendlichen Leistungssportlers**. Schorndorf, Hofmann, 1980.
- SINGER, R.; HAASE, H. Sport und Persoenlichkeit. *Sportwissenschaft*, n.5, p.25-33, 1975.
- VANEK, M.; HOSEK, V. **Zur Persoenlichkeit des Sportlers**. Schorndorf, Hofmann, 1977.

Recebido para publicação em: 24/01/90

ENDEREÇO: Dietmar Samulski
Av. Pres. Carlos Luz, 4664 - C.P. 2102
31310-250 - Belo Horizonte MG - BRASIL