

# Auto-conceito e participação desportiva

CAROLINA CARAPETA (\*)

ANA C. RAMIRES (\*\*)

MIGUEL FARO VIANA (\*\*)

## 1. INTRODUÇÃO

Cada sujeito está inatamente preparado para aprender sobre e consigo próprio. Este processo de aprendizagem inicia-se quando a criança começa a diferenciar entre o «eu» e o «não-eu» sem nunca mais parar, persiste ao longo de toda a nossa vida, conduzindo gradualmente à formação do auto-conceito.

Da síntese das várias definições, o auto-conceito poderá ser entendido como a ideia que cada sujeito forma acerca de si próprio, das suas capacidades, atitudes e valores nas diferentes esferas existenciais: física, social ou moral.

Os modelos apresentados, bem como as primeiras abordagens, sobre o auto-conceito não eram consensuais. Com as críticas à abordagem unidimensional (Marx & Winne, 1980) procurou-se uma concepção diferente, na qual se integram Shavelson, Hubner e Stanton (1976) e Shavelson e Bolus (1982).

Na tentativa de diferenciar as auto-percepções nos vários domínios Shavelson et al. (1976) de-

envolveram um modelo do auto-conceito cuja estrutura se revelou multidimensional e hierarquicamente ordenada. Os autores mencionados identificaram sete características consideradas críticas na definição do auto-conceito. Segundo esta concepção o auto-conceito poderia ser descrito como: Organizado e estruturado, multifacetado, hierárquico, estável, desenvolvimental, avaliativo e descritivo e diferenciado de outros constructos.

A multidimensionalidade implicava, na concepção dos autores, que as dimensões do auto-conceito, embora interrelacionadas poderiam ser avaliadas como constructos separados.

O auto-conceito, enquanto parte integrante que é da personalidade, influencia o comportamento de diversas formas. No caso particular das actividades desportivo-motoras, a percepção que os indivíduos possuem das suas capacidades é entendida como um indicador fundamental para a reavaliação das suas atitudes e comportamentos face a essas actividades.

Há a registar, actualmente, uma tendência cada vez mais acentuada para a prática do exercício ou actividade física como resposta às pressões impostas pela sociedade contemporânea, com o intuito de libertar a tensão acumulada, alcançar o seu bem-estar físico e psicológico e/ou uma melhor qualidade de vida.

Os trabalhos desenvolvidos no domínio des-

---

(\*) CERCI Portalegre.

(\*\*) Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa.

portivo (ver Fox, 1997, 2000, para uma revisão actualizada da literatura) alertam, entre outros aspectos, para o facto de as mudanças corporais resultantes do exercício e da actividade física poderem promover e aumentar o auto-conceito.

Neste âmbito, o estudo implementado procurou fundamentar os seus objectivos nessa área, com o intuito de observar se a participação desportiva poderia ser considerada como uma variável influente nos vários domínios do auto-conceito. Mais concretamente, procurou-se observar em que medida diferentes graus de participação desportiva (com experiência desportiva nula, passada ou com experiência desportiva actual e competitiva) estariam associados a estruturas de auto-conceito diferentes.

O estudo procurou responder ainda a outras duas questões: verificar de que modo a participação desportiva estaria associada a domínios específicos do auto-conceito mais elevados (particularmente nos domínios relacionados com a componente física), bem como a um Auto-conceito Total superior, e, averiguar se existiriam diferenças ao nível dos diferentes domínios do auto-conceito, inter e intra-sexos, consoante o grau de participação desportiva.

## 2. MÉTODO

### 2.1. Sujeitos

Amostragem de conveniência, constituída por **218** sujeitos de ambos os sexos; 135 do sexo feminino (62%) e 83 do sexo masculino (38%). Em termos da prática desportiva, a amostra está sub-dividida em três grupos distintos: não praticantes, ex-praticantes e praticantes (ver Quadro 1).

Em termos etários as idades oscilaram entre os 17 e os 30 anos (sendo a idade média de 22,5 anos) (ver Quadro 2).

A distribuição, segundo a modalidade desportiva, é apresentada no Quadro 3.

### 2.2. Instrumentos

Para além de um breve questionário biográfico, foram utilizados os seguintes instrumentos:

- Adaptação para a população portuguesa de Faria e Fontaine (1992) do *Self-Description Questionnaire III (SDQ III)* de Marsh e Niell (1984).

QUADRO 1  
*Distribuição por Sexo e Prática Desportiva*

Sexo	Não Praticantes	Ex-Praticantes	Praticantes	Grupo Total
Feminino	45	48	42	135
Masculino	24	24	35	83
<b>Total</b>	<b>69</b>	<b>72</b>	<b>77</b>	<b>218</b>

QUADRO 2  
*Idade média por Sexo e Prática Desportiva*

Sexo	Não Praticantes (n=69)	Ex-Praticantes (n=72)	Praticantes (n=77)	Grupo Total (N=218)
Feminino	23,9	23,7	20,0	22,6
Masculino	22,5	24,6	20,6	22,3
<b>Grupo Total</b>	<b>23,4</b>	<b>24,0</b>	<b>20,3</b>	<b>22,5</b>

QUADRO 3  
Distribuição por tipo de modalidade

Modalidade	Não Praticantes	Ex-Praticantes	Praticantes	Grupo Total
Nenhuma	69			69
Desportos Colectivos (*)		22	27	49
Atletismo		2	18	20
Ginástica (**)		39	17	56
Esgrima		2	1	3
Ténis		1	4	5
Artes Marciais		5	6	11
Tiro			3	3
Musculação		1	1	2
<b>TOTAL</b>	<b>69</b>	<b>72</b>	<b>77</b>	<b>218</b>

(\*) Nesta categoria foram englobadas as modalidades de **Andebol, Voleibol e Futebol**.

(\*\*) Nesta categoria foi englobada também a modalidade de Natação (dado, em alguns casos serem praticadas conjuntamente).

- Inventário Clínico de Auto-Conceito (ICAC) de Vaz Serra (1985).

O SDQ III é um instrumento de avaliação do auto-conceito destinado a jovens adultos que se baseia, como já foi referido, no modelo multidimensional e hierárquico do auto-conceito de Shavelson et al. (1976). Foi desenvolvido por Marsh et al. (1984) e é constituído por 136 itens, respondidos numa escala de tipo *Likert* de oito pontos, que varia de «Concordo Totalmente» a «Discordo Totalmente».

Os itens estão distribuídos por 13 sub-escalas que avaliam outras tantas dimensões do auto-conceito, organizadas em três grandes facetas: Auto-conceito Académico, que compreende três domínios específicos, respectivamente: Matemática (10 itens), Verbal (10 itens) e Disciplinas Escolares (10 itens). Da soma destas sub-escalas (30 itens) resulta o Auto-conceito Académico Total.

O Auto-conceito Não-académico compreende nove domínios específicos, onde se incluem as sub-escalas Competência Física (10 itens) e Aparência Física (10 itens) que somadas determinam o Auto-conceito Físico Total (A.F.T.); a sub-escala Relação com os Pais (10 itens), Relações com os Pares do Mesmo Sexo (10 itens) e Relações com os Pares do Sexo Oposto (10 itens) que constituem o Auto-conceito Social To-

tal (A.S.T.). O Auto-conceito Não-académico Total obtém-se da soma do A.F.T. + A.S.T. com mais quatro sub-escalas, respectivamente: Resolução de Problemas (10 itens), Valores Espirituais (10 itens), Honestidade/Verdade (12 itens) e Estabilidade Emocional (10 itens). Os 13 domínios ficam completos com a sub-escala Global ou Geral (12 itens).

Para finalizar esta descrição, resta acrescentar que o Auto-conceito Total que abrange os 136 itens, é avaliado através da soma das sub-escalas do Auto-conceito Académico com as do Auto-conceito Não-académico e a sub-escala Global ou Geral.

O Inventário Clínico de Auto-Conceito (ICAC) de Vaz Serra (1985), foi utilizado apenas com o objectivo de analisar a sua convergência com a escala SDQ III. O ICAC é uma escala subjectiva de auto-avaliação, composta por 20 itens com cinco possibilidades de resposta que variam de «Não Concordo» a «Concordo MUITÍSSIMO». Foi desenvolvida com o objectivo de medir os aspectos emocionais e sociais do auto-conceito. Cada questão pode ser classificada numa escala de tipo *Likert* de 1 a 5 valores, umas vezes numa ordem directa e outras inversa. Nas questões negativas as pontuações são revertidas. O valor global pode oscilar de um mínimo de 20 a um máximo de 100. O inventário está construído de

QUADRO 4  
*Estatísticas descritivas e Alfa de Cronbach para a amostra total*

	Média	DP	Mínimo	Máximo	Alfa de Cronbach
Matemática	45,66	17,40	10	80	0.92
Verbal	58,31	10,30	25	80	0.82
Disciplinas Escolares	57,28	10,87	24	79	0.86
Aparência Física	53,39	12,09	17	77	0.88
Competência Física	60,96	14,45	13	80	0.93
Relação com os Pais	58,20	11,09	21	77	0.84
Relações Pares Mesmo Sexo	60,44	9,54	29	79	0.79
Relações Pares Sexo Oposto	59,49	9,66	23	76	0.80
Estabilidade Emocional	47,63	11,65	17	77	0.83
Honestidade/Verdade	78,64	8,66	47	94	0.70
Valores Espirituais/Religião	48,19	19,12	14	95	0.92
Resolução de Problemas	52,98	9,70	27	76	0.78
Global ou Geral	76,34	11,68	29	95	0.90

forma a que quanto maior o valor global, mais elevado é o auto-conceito de um indivíduo.

Uma análise dos componentes principais, revelou a presença de seis factores, quatro deles perfeitamente bem definidos, dos quais os dois primeiros, pelas suas características, podem ser denominados de Aceitação/Rejeição Social e de Auto-eficácia. Estes dois primeiros factores são os mais importantes, e constituem facetas muito típicas do auto-conceito, relacionando-se, o primeiro, com o significado que uma pessoa pode ter para outra e, o segundo, com a competência sentida em relação à resolução de problemas. Ao factor 3 designou-se factor de Maturidade Psicológica e ao factor 4 chamou-se factor de Impulsividade/Actividade. Os factores 5 e 6 são factores mistos já representados noutros factores.

### 2.3. Procedimento

Os instrumentos acima referidos foram aplicados presencialmente pelo investigador a sujeitos não praticantes e ex-praticantes de vários estabelecimentos de ensino secundário e superior, e a sujeitos praticantes de clubes diversos, ginásios e utilizadores do Centro de Medicina Desportiva de Lisboa. A resposta ao questionário era voluntária e ocorria após uma breve explicação dos objectivos do trabalho a cada sujeito.

### 3. RESULTADOS

No Quadro 4 são apresentados os índices estatísticos (Média, Desvio Padrão, Valor Mínimo e Valor Máximo e Coeficiente de Consistência Interna – Alfa de Cronbach) dos resultados obtidos nas diferentes sub-escalas do SDQ III pela amostra total.

Os resultados apontam para o facto de existirem diferenças significativas, em alguns domínios do auto-conceito, entre os sujeitos dos três grupos envolvidos neste estudo (não praticantes, ex-praticantes e praticantes).

Foram registadas diferenças significativas entre os três grupos ao nível do domínio **Competência Física** ( $p < .01$ ). No domínio **Aparência Física** ( $p < .05$ ) registaram-se diferenças significativas apenas entre o grupo de não praticantes e o grupo de praticantes (Gráfico 1).

Tanto o grupo de ex-praticantes como o grupo de praticantes diferenciaram-se significativamente do grupo de não praticantes em termos de Auto-conceito Total ( $p < .01$ ) (Gráfico 2).

A experiência desportiva está associada a um Auto-conceito Total mais elevado, logo, aumenta a probabilidade de a prática desportiva poder produzir efeitos benéficos no auto-conceito dos indivíduos.

As mulheres diferenciaram-se significativa-

GRÁFICO 1  
Diferenças em função da Participação Desportiva

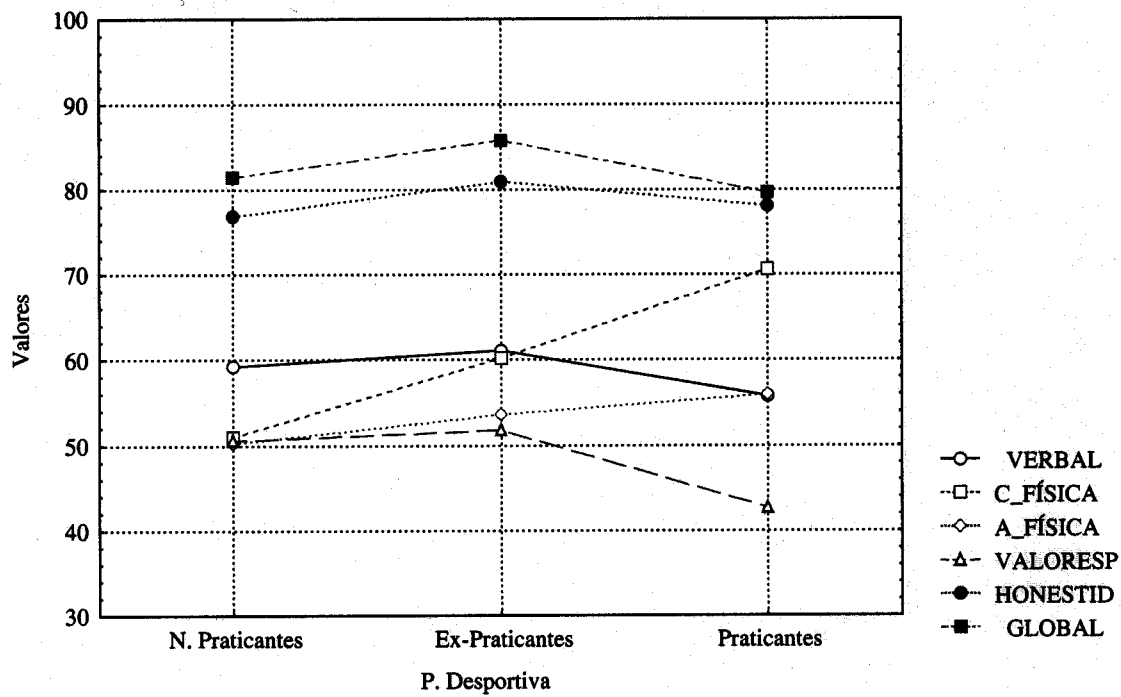


GRÁFICO 2  
Diferenças em função da P. D. para as Facetas Totais do A. C.

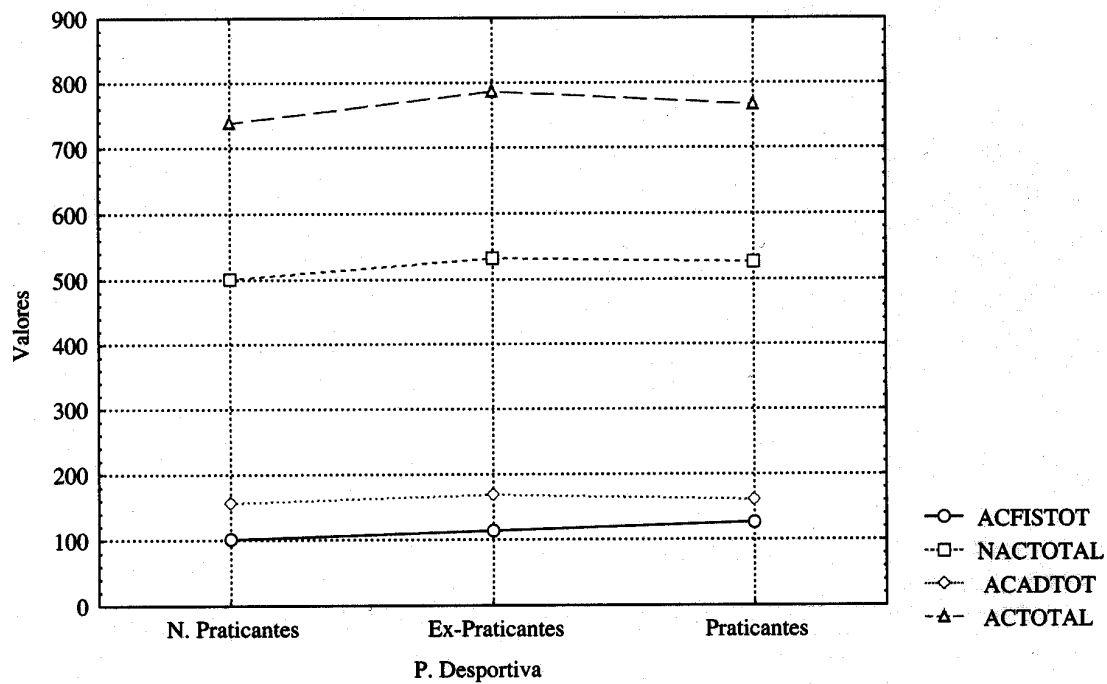
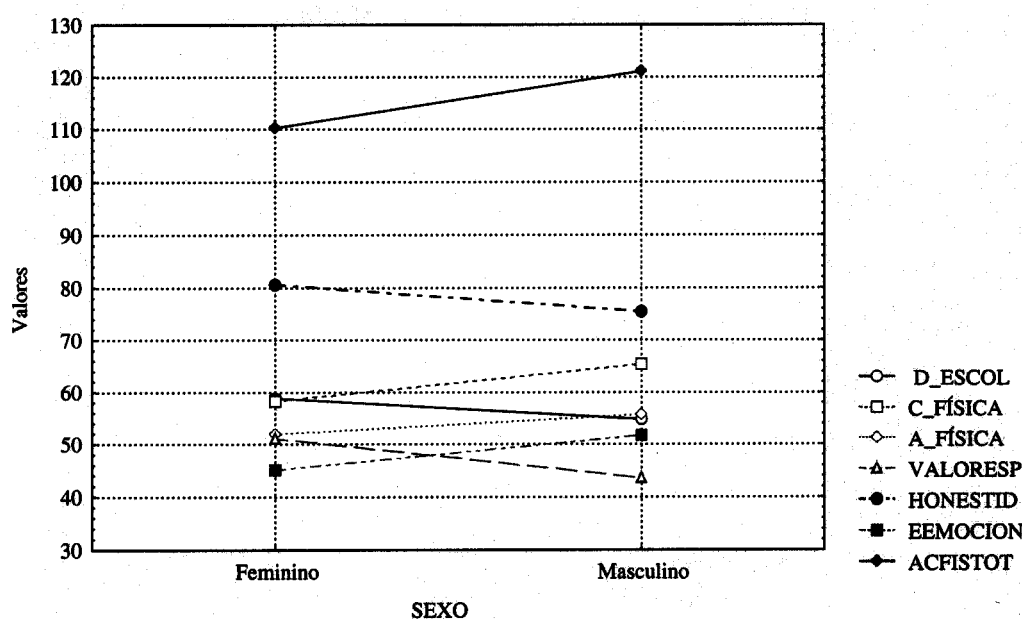


GRÁFICO 3  
Diferenças entre Sexos (Grupo Total)



mente dos homens nos domínios Honestidade ( $p < .01$ ), Disciplinas Escolares ( $p < .01$ ) e Valores Espirituais ( $p < .01$ ).

Os homens obtiveram valores superiores em Competência Física ( $p < .01$ ), Aparência Física ( $p < .05$ ), Estabilidade Emocional ( $p < .01$ ) e Auto-conceito Físico Total ( $p < .01$ ) (Gráfico 3).

As diferenças encontradas entre os dois géneros esbatem-se quando consideramos o Auto-conceito Total.

O grau de participação desportiva (nula, passada ou actual e competitiva) sugere alterações em alguns domínios do auto-conceito intra-sexos:

No domínio **Competência Física** os elementos do sexo feminino diferenciam-se entre si nos três grupos (obteve valores superiores) enquanto no sexo oposto as diferenças se verificam entre não praticantes vs *praticantes* ( $p < .01$ ) e ex-praticantes ( $p < .05$ ).

No **Auto-conceito Total** registaram-se diferenças significativas entre as mulheres nos grupos de não praticantes vs praticantes ( $p < .05$ ) e ex-praticantes ( $p < .01$ ) e entre ex-praticantes vs

não praticantes ( $p < .01$ ) e praticantes ( $p < .05$ ) nos elementos do sexo masculino.

Registou-se uma correlação significativa entre o auto-conceito avaliado através da sub-escala do SDQ III Global ou Geral e o auto-conceito medido pelo ICAC (os quatro factores do ICAC correlacionaram-se com a maioria das sub-escalas do SDQ III).

#### 4. DISCUSSÃO

- A participação desportiva poderá ser identificada como uma variável com repercussões ao nível de alguns domínios do auto-conceito, como é o caso da Competência Física e Aparência Física e consequentemente ao nível do Auto-conceito Físico Total.
- Os resultados deste estudo sugerem que a prática desportiva poderá ser considerada uma variável influente também no Auto-conceito Total.
- Homens e Mulheres apresentaram diferenças ao nível de algumas dimensões especí-

ficas do auto-conceito (e.g., Competência Física, Honestidade), ainda que, ao nível do Auto-conceito Total, essas diferenças se diluam.

- Apenas alguns domínios do auto-conceito, avaliados através das diferentes sub-escalas do SDQ III foram afectados pela condição participação desportiva, comprovando deste modo a multidimensionalidade do auto-conceito.
- A prática de desporto (seja de lazer ou de competição) para além de efeitos benéficos na promoção da saúde, poderá também ter repercussões ao nível desta peça chave do desenvolvimento que é o auto-conceito.

Este estudo sugere a confirmação do papel positivo desempenhado pelo exercício ou actividade física no auto-conceito, conforme foi defendido por vários autores (e.g., Bortoli, Robazza, Viviani & Saccardi, 1993; Jackson & Marsh, 1986; Marsh & Jackson, 1986; Weinberg & Gould, 1995; Weiss, 1993; Willis & Campbell, 1992).

- Marsh, H. W., & O’Niell, R. (1984). Self description questionnaire (SDQ III): The construct validity of multidimensional self-concept ratings by late-adolescents. *Journal of Educational Measurement*, 21, 153-174.
- Marsh, H., & Jackson, S. (1986). Multidimensional self-concepts, masculinity, and femininity as a function of women’s involvement in athletics. *Sex Roles*, 15, 391-415.
- Marx, R., & Winne, P. (1980). Self-concept research: Some current complexities. *Measurement and Evaluation*, 13, 72-82.
- Serra, A. (1986 b). O «Inventário Clínico de Auto-Conceito». *Psiquiatria Clínica*, 7 (2), 67-84.
- Shavelson, R., & Bolus, R. (1982). Self-concept: The interplay of theory and methods. *Journal of Educational Psychology*, 74 (1), 3-17.
- Shavelson, R., Hubner, J., & Stanton, G. (1976). Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46, 407-441.
- Weinberg, R., & Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weiss, M. (1993). Psychological effects of intensive sport participation on children and youth: Self-esteem and motivation. In B. Cahill, & A. Pearl (Eds.), *Intensive participation in children’s sports*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.
- Willis, J., & Campbell, L. (1992). *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

## REFERÊNCIAS

- Bortoli, L., Robazza, C., Viviani, F., & Saccardi, S. (1993). Influences of sports experience on physical self-efficacy, anxiety and self-concept. In S. Serpa, J. Alves, V. Ferreira, & A. Brito (Eds.), *Psicologia do Desporto: Uma perspectiva integrada – Actas do VIII Congresso Mundial de Psicologia do Desporto* (pp. 720-721). Lisboa: FMH.
- Faria, L., & Fontaine, A. (1992). Estudo de adaptação do Self-Description Questionnaire III (SDQ III) a estudantes universitários portugueses. *Psicologica*, 8, 41-49.
- Fox, R. R. (Ed.) (1997). *The physical self. From motivation to well-being*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fox, R. R. (2000). The effects of exercise on self-perceptions and self-esteem. In Stewart J. H. Biddle, Kenneth R. Fox, & Stephen H. Boutcher (Eds.), *Physical activity and psychological well-being* (pp. 88-117). London: Routledge.
- Jackson, S., & Marsh, H. (1986). Athletic or antisocial? The female sport experience. *Journal of Sport Psychology*, 8, 198-211.

## RESUMO

Enquadrando-se no modelo multidimensional proposto por Marsh e Shavelson (1985), este estudo procura verificar em que medida diferentes graus de participação desportiva (nula, passada ou actual) estão associados a estruturas de auto-conceito diferentes e, simultaneamente, verificar de que modo a participação desportiva está relacionada com diferentes níveis nos diversos domínios do auto-conceito. A versão adaptada para Portugal do SDQ III (Faria & Fontaine, 1992) foi aplicada a 218 sujeitos de ambos os sexos com idades compreendidas entre os 17 e 30 anos, nunca praticantes de algum tipo de modalidade desportiva (n=69), antigos praticantes de desporto (n=72) e praticantes actuais de uma modalidade (n=77). São analisadas as diferenças entre estes grupos nos diferentes domínios do auto-conceito, assim como exploradas as diferenças entre sexos e idades. Os resultados obtidos permitem verificar que os praticantes de desporto apresentam valores mais elevados ao nível do Auto-conceito total, e que os homens se diferenciam significativamente das mulheres em domínios como a Competência e Aparência Física. São apresentadas outras diferenças e discutidas à luz do modelo teórico acima referido

*Palavras-chave:* Auto-conceito, participação desportiva, SDQ III.

#### ABSTRACT

Based on the multidimensional model proposed by Marsh and Shavelson (1985), this study tries to verify in what manner different level of sport participation (people who never play sport; abandoned sport and still plays sport) are associated to different self-concept structures. Simultaneously, the study pretends to access how sport participation is related with different

levels in the various domains of self-concept. The portuguese version of SDQ III (Faria & Fontaine, 1992) was administrated to 218 subjects (male and female), with ages between 17 and 35 years, non-praticants (n=69), past-praticants (n=72) and praticants (n=77) of different kind of sport. The differences between these groups in differents domains of self-concept were analyse, well as the differences between gender and age were explored. The results revealed that global self-concept was higher in sport participants and that men and women differ significantly in terms of Physical Appearance and Competence.

*Key words:* Self-concept, sport participation, SDQ III.