

ASSOCIAÇÃO ENTRE TRAÇOS DE PERSONALIDADE E PRÁTICA DE DIFERENTES MODALIDADES ESPORTIVAS EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS

Palavras-Chave: esportes, traços de personalidade, saúde

Autores(as):

André Vinicius Soares Locce da Silva, Laboratório Multidisciplinar de Alimentos e Saúde (LABMAS) – Faculdade de Ciências Aplicadas (FCA) - UNICAMP

Prof^ª. Dr^ª. Joana Pereira de Carvalho Ferreira, Laboratório Multidisciplinar de Alimentos e Saúde (LABMAS) – Faculdade de Ciências Aplicadas (FCA) - UNICAMP

INTRODUÇÃO:

A prática de esportes já está consolidada como uma das principais fontes de benefícios para o corpo humano, seja fisiológica, social ou psicológica (RUEGSEGGER; BOOTH, 2018). Assim, a escolha e permanência em uma modalidade esportiva, também deve ser levada em consideração quando temos o objetivo de promover a saúde à população por meio do esporte. Considerando que o indivíduo se interessa pelo esporte de forma multifatorial (SPITERI et al., 2019), um desses fatores pode ser o prazer em satisfazer os desejos internos por meio do esporte (LEONARDO; SCAGLIA, 2022). Sugere-se que a satisfação associada à modalidade esportiva possa estar, entre outros fatores, associada com os traços de personalidade (TP) do(a) praticante (MALINAUSKAS et al., 2014).

Os TP são padrões consistentes de pensamentos, sentimentos ou ações que distinguem as pessoas umas das outras e de processos intrapessoais originados do indivíduo, ou seja, os processos emocionais, motivacionais e cognitivos que afetam a forma como agimos e sentimos (ROBERTS, 2007; JOHNSON, 1997). Este estudo fundamenta-se na teoria da personalidade dos cinco fatores, ou Big Five, como é conhecida (McCRAE; COSTA, 1985) e compreende a personalidade por meio de cinco grandes fatores, ou como chamados, cinco grandes traços, sendo eles: extroversão, neuroticismo, abertura à experiência, amabilidade e conscienciosidade. Assim, a atual pesquisa tem a intenção de promover a profissionais e praticantes uma nova ótica em que os TP podem influenciar a forma como as pessoas se comportam ou se satisfazem dentro de cada modalidade. Portanto, o objetivo principal do estudo é avaliar a associação entre os traços de personalidade e a prática de diferentes modalidades esportivas em jovens universitários.

METODOLOGIA:

Foram recrutados para participar deste estudo transversal, jovens universitários, acima de 18 anos, de ambos os sexos. Esta pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética da UNICAMP e está incluída em um projeto mais abrangente em andamento (CAAE: 40026320.3.0000.5404).

Todos os participantes concordaram em participar do estudo e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes da sua participação.

Prática de Esportes

Os participantes foram convidados a responder um breve questionário para avaliação das características da sua prática esportiva. Neste questionário foram registrados os dados gerais (sexo, idade, nível socioeconômico), os dados do curso de graduação (tipo de curso e semestre), bem como perguntas específicas sobre a prática de esportes: o tipo da(s) modalidade(s) esportiva(s), o tempo de prática e a frequência de prática semanal da modalidade esportiva. Os participantes também foram questionados sobre sua preferência entre as opções de treinar para competir ou praticar por lazer para a(s) modalidade(s) referidas.

NEO FFI – Avaliação dos traços de personalidade

O NEO - Five Factor Inventory (NEO-FFI) foi desenvolvido por (MCCRAE & COSTA, 1987) e é uma medida abreviada para avaliar os 5 grandes fatores de personalidade – neuroticismo, extroversão, amabilidade, abertura à experiência e conscienciosidade (MCCRAE; COSTA, 2004), baseada no Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R). A versão abreviada é composta por 60 itens, sendo 12 itens para cada dimensão, que são respondidos numa escala likert de 5 pontos, sendo 0 (discordo fortemente) e 4 (concordo fortemente). O tempo para preenchimento do inventário é de aproximadamente 15 minutos (MAGALHÃES et al., 2014).

Importante mencionar que a aplicação de testes de personalidade é uma prática exclusiva do profissional de psicologia, e a responsável técnica pela extração e análise dos resultados do NEO-FFI foi a orientadora deste trabalho que é psicóloga, devidamente registrada no Conselho Regional de Psicologia (CRP), sexta região.

Análise Estatística

Os dados foram inicialmente tabulados em uma planilha de Excel, e posteriormente foi realizada a análise estatística dos dados utilizando-se o software JASP (0.18.3). O teste de Shapiro-Wilk foi utilizado para a verificação da distribuição das variáveis. Em seguida, em função das variáveis apresentarem uma distribuição não-paramétrica, foi utilizado o teste de Mann-Whitney para verificação das diferenças de médias das variáveis independentes. O teste ANOVA para medidas repetidas foi utilizado para verificação das diferenças entre os TP na amostra total. Para todos os testes foi considerado significativo o valor de $p < 0,05$.

RESULTADOS:

Foram avaliados 26 jovens universitários, com média de idade de $22,69 \pm 2,49$ anos, de ambos os sexos, sendo 57,7% do sexo masculino. Os resultados da média dos TP na amostra total de jovens universitários estão apresentados na tabela 1. Como pode ser observado, o traço de neuroticismo é maior em comparação a todos os outros TP nesta amostra. Já o traço de extroversão, além de ter sido menor do que o traço de neuroticismo como citado, foi mais elevado em comparação ao traço de amabilidade e conscienciosidade. Porém, foi similar ao traço de abertura à experiência. O traço de amabilidade, além de ser menor do que

os traços de neuroticismo e extroversão, também é menor do que abertura à experiência e não apresenta diferença com o traço de conscienciosidade nesta amostra.

Tabela 1. Escores dos 5 traços de personalidade avaliados pelo NEO-FFI, amostra geral

Variáveis	Geral (n=26)
Abertura à Experiência (escore T)	53,46 ± 11,52
Amabilidade (escore T)	39,73 ± 11,55 ^β
Conscienciosidade (escore T)	38,34 ± 10,10
Extroversão (escore T)	51,26 ± 10,98 ^α
Neuroticismo (escore T)	65,84 ± 9,55*

*p<0,001, neuroticismo vs abertura à experiência, amabilidade, conscienciosidade, extroversão

^αp<0,001, extroversão vs amabilidade, conscienciosidade, neuroticismo

^βp<0,001, amabilidade vs abertura à experiência, extroversão, neuroticismo

A Tabela 2 apresenta os resultados comparativos entre as médias dos TP em função de características da amostra. Não foram encontradas diferenças entre os TP e o sexo (feminino e masculino), bem como entre os que relataram praticar modalidade esportiva individual ou coletiva. Quando avaliadas as diferenças entre os participantes que informaram ser orientados à prática por lazer, em comparação aos que preferem a prática esportiva por competição, observou-se um maior traço de amabilidade no primeiro grupo.

Tabela 2. Escores dos 5 traços de personalidade avaliados pelo NEO-FFI, de acordo com características da amostra.

Traços de Personalidade	Feminino	Masculino	Individual	Coletivo	Competição	Lazer
Abertura à experiência	49,5 ± 13,2	56,3 ± 9,6	48,2 ± 15,7	55,6 ± 9,7	51,6 ± 7,2	53,6 ± 13,0
Conscienciosidade	38,0 ± 8,3	38,6 ± 11,5	38,6 ± 13,3	37,8 ± 9,9	37,1 ± 10,4	38,6 ± 10,5
Amabilidade	38,9 ± 13,0	40,3 ± 10,8	35,4 ± 14,2	40,5 ± 10,6	31,9 ± 10,4	41,5 ± 9,8*
Extroversão	50,2 ± 11,2	52,1 ± 11,2	46,0 ± 10,0	53,1 ± 11,2	51,6 ± 10,0	50,2 ± 11,1
Neuroticismo	68,0 ± 6,8	64,3 ± 11,1	65,8 ± 11,4	67,0 ± 7,6	64,4 ± 11,0	66,7 ± 9,4

* competição vs lazer, p<0.0

Por fim, foi demonstrado que os universitários graduandos em Ciências do Esporte têm uma maior prática esportiva (p=0,01), quando comparados com os universitários de outros cursos (Nutrição, Engenharia de Produção, Administração e Administração Pública).

DISCUSSÃO:

Este estudo teve como objetivo avaliar a relação entre a característica da prática de modalidades esportivas e os TP em jovens universitários. Os principais resultados mostram que

não houve diferenças entre os TP em pessoas que praticam modalidades coletivas ou individuais, bem como não se demonstrou diferenças entre os sexos. Ao se avaliar as diferenças entre a preferência pela prática esportiva por competição ou por lazer, observou-se um maior escore do TP amabilidade neste último grupo de pessoas. Ainda, demonstrou-se que, nesta amostra, os estudantes do curso de Ciências do Esporte praticam mais esportes em comparação com jovens estudantes de outros cursos de graduação.

Quando se trata sobre o tema da personalidade no esporte, considera-se um saber em construção na literatura, existindo ainda uma grande lacuna de respostas. Porém, já existem estudos que afirmam o efeito da experiência esportiva sobre a construção da personalidade em graus variados, sendo positivo ou negativo (PIEPIORA, 2021). Assim, a relevância de se realizar pesquisas neste âmbito reside na necessidade de se pensar em estratégias de incentivo ao praticante de esportes para a vivência de experiências positivas.

Um dos principais objetivos deste estudo foi de avaliar se os TP poderiam estar associados à escolha por modalidades esportivas coletivas ou individuais. Como descrito, na nossa amostra não foi possível verificar essa relação, ou seja, não foram encontradas diferenças nos TP entre pessoas que relataram praticar esportes coletivos versus esportes individuais. Este resultado parece discordante da nossa hipótese inicial com base na compreensão dos cinco fatores de personalidade avaliados pelo NEO-FFI, uma vez que esperava-se encontrar maiores escores do traço extroversão entre os que praticam esportes coletivos em comparação com os praticantes de modalidade individual. Por outro lado, esperava-se encontrar maiores escores de conscienciosidade em pessoas que preferem praticar esportes individuais (NIA; ALI BESHARAT, 2010). Porém, a presente amostra avalia atletas amadores, diferente da grande parte dos estudos sobre o tema, e pode ser que os resultados entre praticantes de esporte sejam diferentes em comparação com atletas profissionais. Além disso, uma amostra maior poderia ser mais sensível a possíveis diferenças neste aspecto, ponto que será melhor discutido abaixo ao se tratar das limitações do estudo.

A partir dos objetivos estruturados anteriormente, o principal resultado desse estudo mostra que o traço de amabilidade é significativamente mais elevado ($p= 0,03$) entre os participantes com a escolha de uma prática esportiva orientada ao lazer, em oposição à preferência pela prática por competição. Este resultado sugere que pessoas que optam por uma prática distante de eventos competitivos e voltada para o desenvolvimento próprio e desfrute da modalidade, são pessoas que tendem a apresentar comportamentos mais generosos, flexíveis, receptivos e bondosos, resultado este que não foi apresentado na literatura até então.

Devido a carência de estudos que analisam os fatores de personalidade no ambiente esportivo, são encontradas lacunas referentes a possíveis respostas, principalmente quando se desvia do tema atletas de alto rendimento. Sendo assim, é de grande importância uma ótica baseada na população comum praticante de modalidades esportivas, que não se apresenta sempre em competições, mas está presente para uma prática constante. Então, incentiva-se a realização de novos estudos que investiguem possíveis relações de variáveis que vão além de modalidades coletivas e individuais e desempenho esportivo profissional.

CONCLUSÕES:

Esta pesquisa não encontrou uma associação entre os TP e escolha por modalidade esportiva coletiva ou individual de jovens universitários, mas encontrou uma diferença significativa entre o traço amabilidade entre pessoas que relatam a prática esportiva orientada ao lazer, quando comparadas com a prática competitiva. Além disso, foi observado maior prática esportiva por jovens universitários do curso de Ciência do Esporte comparado aos cursos mencionados. Outras variáveis investigadas não tiveram resultados significativos.

BIBLIOGRAFIA

- JOHNSON, John A. Units of analysis for the description and explanation of personality. In: **Handbook of personality psychology**. Academic Press, p. 73-93, 1997.
- LEONARDO, L.; SCAGLIA, A. "WE HAVE TO GIVE BACK THE GAME TO THE PLAYER": ETHICAL AND MORAL DIMENSIONS OF COLLECTIVE SPORTS PEDAGOGY FROM GAME-BASED APPROACHES +. **Movimento**, v. 28, 5 fev. 2022.
- MAGALHÃES, E. et al. NEO-FFI: Psychometric properties of a short personality inventory in Portuguese context. **Psicologia: Reflexao e Critica**, v. 27, n. 4, p. 642–657, 2014.
- MALINAUSKAS, R. et al. Personality traits and exercise capacity in male athletes and non-athletes. **Perceptual and Motor Skills**, v. 118, n. 1, p. 145–161, fev. 2014.
- MCCRAE, R. R.; COSTA, P. T. Validation of the Five-Factor Model of Personality Across Instruments and Observers. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 52, n. 1, p. 81–90, 1987.
- MCCRAE, R. R.; COSTA, P. T. A contemplated revision of the NEO Five-Factor Inventory. **Personality and Individual Differences**, v. 36, n. 3, p. 587–596, 1 fev. 2004.
- NIA, M. E.; ALI BESHARAT, M. **Comparison of athletes' personality characteristics in individual and team sports**. Procedia - Social and Behavioral Sciences. **Anais...Elsevier Ltd**, 2010.
- PIEPIORA, P. Personality profile of individual sports champions. **Brain and Behavior**, v. 11, n. 6, 1 jun. 2021.
- ROBERTS, B. W. Contextualizing personality psychology. **Journal of Personality**, v. 75, n. 6, p. 1071–1082, dez. 2007.
- RUEGSEGGER, G. N.; BOOTH, F. W. Health benefits of exercise. **Cold Spring Harbor Perspectives in Medicine**, v. 8, n. 7, 1 jul. 2018.
- SPITERI, K. et al. Barriers and motivators of physical activity participation in middle-aged and older adults—a systematic review. **Journal of Aging and Physical Activity**, v. 27, n. 6, p. 929–944, 2019.