

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESEF - Escola de Educação Física

ANDRÉ BRAGA FABRE

**A influência da pedagogia oriental das artes marciais na expressão de raiva de
seus praticantes**

Porto Alegre

2009

ANDRÉ BRAGA FABRE

**A influência da pedagogia oriental das artes marciais na expressão de raiva de
seus praticantes**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial
para a obtenção da Habilitação em
Licenciatura Plena em Educação
Física.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Mônica Fagundes Dantas

Porto Alegre

2009

ANDRÉ BRAGA FABRE

A influência da pedagogia oriental das artes marciais na expressão de raiva de seus praticantes

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para obtenção da Habilitação em Licenciatura Plena em Educação Física.

Aprovada em _____ de _____ de _____.

Banca Examinadora:

Orientadora:

MONICA FAGUNDES DANTAS

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1- Médias dos escores do Boxe e Taekwondo nas variáveis do STAXI.....	21
---	----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1-	Médias dos escores do Boxe e Taekwondo nas variáveis do STAXI.....	21
Tabela 2-	ANOVA para o fator modalidade (Boxe e Taekwondo) e variável dependente STAXI.....	21
Tabela 3-	Coeficientes de Correlação de Pearson para Idade dos praticantes e STAXI.....	22

RESUMO

A presente pesquisa buscou verificar e comparar o grau de agressividade, representado pela expressão de raiva, em praticantes de taekwondo e de boxe. Ainda pretendeu verificar se a filosofia e disciplina orientais, presentes nas aulas de taekwondo, têm influência na expressão de raiva de seus alunos comparados aos de boxe. Foram analisados, através de um inventário psicológico, 60 alunos, entre 18 e 48 anos e média de idade de 28,73 anos do sexo masculino e com, no mínimo, um ano de prática no seu esporte. Dos alunos participantes da pesquisa, 30 eram praticantes de taekwondo e 30 praticantes de boxe. Todos de academias situadas no município de Porto Alegre. O instrumento utilizado foi o *State-Trait Anger Expression Inventory* (STAXI), de Charles D. Spielberger, adaptado para a população brasileira. Os dados foram analisados pelo SPSS, versão 17.0, através de estatística descritiva e Análise de Variância. Todos os testes consideraram um nível de significância estatística de $p < 0,05$. Os resultados revelaram que não houve diferenças significativas entre os grupos estudados. Além disso, o Coeficiente de Correlação de Pearson não identificou nenhuma correlação estatística significativa entre a idade dos praticantes e as variáveis do STAXI. Conclui-se que a pedagogia baseada nas filosofias orientais das artes marciais não influenciou, neste estudo, na expressão de raiva dos seus praticantes. Porém a simples observação das médias dos escores nas escalas do STAXI indicou uma tendência dos praticantes de taekwondo a apresentarem menor grau em expressão e maior grau em controle de raiva. Investigações futuras com amostras maiores poderiam testar novamente a presente hipótese.

Palavras-chave: Taekwondo. Boxe. Artes marciais. Raiva. Psicologia do esporte.

ABSTRACT

This study aimed at verifying and comparing the degree of aggressiveness represented by anger expression in taekwondo and boxe fighters. Also, the influence of Oriental philosophy and discipline, practiced in the taekwondo lessons, was assessed concerning the expression of anger by taekwondo athletes as compared to the expression of anger in boxe athletes. Sixty men (30 who practice taekwondo and 30 who practice boxe) between 18 and 48 years of age (mean = 28.73 years) and who had been practicing the respective sports for at least one year formed the study population. All subjects were analyzed according to a psychological inventory. The tool used was the *State-Trait Anger Expression Inventory* (STAXI), developed by Charles D. Spielberger and adapted to the Brazilian population. The data obtained were analyzed using the SPSS, version 17.0, through descriptive statistics and Analysis of Variance. Statistical significance in all tests was considered when $p < 0.05$. The results revealed no statistical significance between the groups studied. The Pearson correlation test did not identify any significant statistical correlation between age of athletes and STAXI variables. It was concluded that the pedagogy based on oriental philosophy present in martial arts does not influence the expression of anger of athletes. Yet, the mean scores obtained in the test revealed evidence that these martial arts of Oriental origin lower the expression of anger and promote greater control of the feeling.

Keywords: Taekwondo. Boxe. Martial Arts. Anger. Psychology of sports. STAXI.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
1.1 APRESENTAÇÃO DO TEMA.....	9
1.2 JUSTIFICATIVA	9
1.3 TIPO DE PESQUISA	10
1.4 DEFINIÇÃO DO PROBLEMA	10
1.5 HIPÓTESES	10
1.6 OBJETIVOS	10
1.6.1 Objetivos Geral	10
1.6.2 Objetivos Específico	10
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	12
3 MÉTODO	17
3.1 PARTICIPANTES	17
3.2 INSTRUMENTO	17
3.3 PROCEDIMENTOS	18
3.3.1 Plano de coleta de dados	18
3.3.2 Plano de análise de dados	19
4 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS	20
5 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	23
6 CONCLUSÃO	26
REFERÊNCIAS	27
APÊNDICE – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	29
ANEXO – STAXI - Inventário de Expressão de Raiva como Estado e Traço	31

1 INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO TEMA

Nos últimos anos, têm sido frequentes os casos de violência reportados através dos meios de comunicação envolvendo praticantes de esportes de combate ou artes marciais. A mídia, com seu poder manipulador e seu sensacionalismo, pode induzir a crença de parte da população que nunca vivenciou os ensinamentos dessas atividades, de que esses esportes aumentam os comportamentos negativos e a agressividade de seus praticantes, transformando-os em uma ameaça para a sociedade. Assim, esta pesquisa buscou a reflexão sobre o tema acerca da agressividade dos praticantes de diferentes artes marciais. Desta forma, investigando sobre até que ponto a pedagogia oriental de algumas artes marciais poderiam influenciar nos níveis de expressão de raiva desses indivíduos.

A presente pesquisa verificou e analisou os níveis de expressão de raiva e a direção para onde essa raiva é projetada em praticantes de duas artes marciais de diferentes origens (oriental e ocidental), baseando-se nas concepções de estado e traço de raiva de Spielberger (2003). Além disso, investigou, com base nos resultados, se a questão pedagógica oriental seria relevante para a diferença destes níveis de raiva.

1.2 JUSTIFICATIVA

O pesquisador acredita que os esportes organizados são uma boa forma não destrutiva para o escape das tensões da sociedade atual e seus falsos valores que levam, inclusive, a uma crescente violência. Dentre esses esportes as artes marciais de origem oriental, que trabalham o equilíbrio entre o corpo e a mente podem influenciar para uma diminuição e uma canalização controlada positiva da agressividade através de uma pedagogia oriental que envolve preceitos filosóficos e desenvolvimento do caráter social orientados por seus professores. Isso reforça a ideia de que as artes marciais, mesmo com o intuito de terem sido criadas como artes de guerra, buscam valores de paz e de autoconhecimento através de preceitos religiosos.

1.3 TIPO DE PESQUISA

Esta pesquisa da área da psicologia esportiva é predominantemente quantitativa, de campo e do tipo correlacional.

1.4 DEFINIÇÃO DO PROBLEMA

Este estudo apresenta o seguinte problema de pesquisa: A pedagogia dos esportes de combate com filosofia e disciplina orientais pode influenciar nos níveis de raiva de seus praticantes?

1.5 HIPÓTESES

H₀: Não haverá diferença na expressão de raiva entre praticantes de esportes de combate com filosofia e disciplina orientais e praticantes de esportes de combate direcionados somente à competição.

H₁: Os praticantes de esportes de combate com filosofia e disciplina orientais apresentarão níveis de expressão de raiva menores do que os praticantes de esportes de combate que não possuem embasamento filosófico e disciplinar.

H₂: Os praticantes de esportes de combate que não possuem filosofia e disciplina oriental apresentarão níveis de expressão de raiva menores do que os praticantes de esportes de combate com filosofia e disciplina orientais.

1.6 OBJETIVOS

1.6.1 Objetivo geral

Comparar e identificar a diferença do grau de expressão de raiva de praticantes de esportes de combate que se apóiam numa pedagogia oriental e esportes de combate que não possuem embasamento filosófico oriental.

1.6.2 Objetivos específicos

- Realizar uma breve análise sobre tema com base em referenciais teóricos.

- Instigar a discussão e reflexão sobre o tema pesquisado.
- Compreender como a questão filosófica dos esportes de combate pode influenciar no caráter psicossocial dos praticantes.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A raiva é um estado emocional, uma emoção primitiva, que abrange sentimentos desde aborrecimentos leves até fúria e cóleras intensas, acompanhados por estimulação do sistema nervoso autônomo. Já o conceito de agressão refere-se à manifestação comportamental destrutiva e punitiva. Pode-se entender que a “emoção de raiva é uma condição necessária, mas não suficiente, para o desenvolvimento de posturas hostis e para a manifestação de comportamento agressivo” (SPIELBERGER; BIAGGIO, 2003, p.33). O mesmo autor define em seu inventário de expressão de raiva como estado e traço (STAXI) que a expressão de raiva é a frequência com que a raiva é expressa, sem levar em conta a direção em que ela é expressa, que talvez seja reprimida, expressa em comportamento agressivo ou então em ambas às formas. A Escala de Expressão de Raiva é baseada em outras três escalas que podem orientar o sentido desta. A primeira é a Raiva para Dentro, que mede a frequência com que esses sentimentos são reprimidos. A segunda é a Raiva para Fora, que mede a frequência com que se experimenta a raiva em forma de comportamento agressivo dirigido a outras pessoas ou objetos do meio. A terceira escala é a Controle de Raiva, que mostra a frequência que cada indivíduo investe no controle e prevenção da expressão. Um controle excessivo pode resultar em passividade, isolamento e até depressão.

Para Baron e Richardson¹ (1994) *apud* Weinberg e Gould (2008) a agressão é definida como qualquer forma de comportamento com o intuito de prejudicar, envolvendo dano ou ferimento, outro ser vivo que esteja motivado a evitar tal tratamento.

Na visão de Kaplan, Sadock e Grebb (2007), o comportamento agressivo estaria relacionado a conflitos despertados pelo ambiente interpessoal, que, associados ou não a um comprometimento orgânico ou neurológico, agem de forma a fortalecer os impulsos agressivos. Tais impulsos, quando não regulados devido a uma baixa capacidade de autocontrole (fragilidade intrapsíquica), podem dar origem a comportamentos de risco psicossocial, sobretudo com manifestações de violência.

¹ BARON, R. A.; RICHARDSON, D. R. **Human Aggression**. New York and London: Plenum Press, 1994.

Não podemos limitar o entendimento da agressividade apenas como sendo um comportamento destrutivo. As atividades agressivas apresentam um amplo espectro, podendo ir desde a forma violenta (destrutiva) até a construção criativa. Portanto, a agressividade também pode ser reconhecida por aspectos positivos. Segundo Otta e Bussab (1998, p.1), a agressividade “é responsável por nossa capacidade de enfrentar situações adversas e também causa de nossas maiores manifestações de violência”.

Segundo Bandeira (2006), o grau de agressividade e os momentos de controle dependem das vivências do indivíduo. Alguns indivíduos controlam melhor a agressividade e a deslocam para outra direção, entretanto, existem outros que estão mais fragilizados e, a qualquer situação de frustração e risco, agem agressivamente.

Para Winnicott (1994) a agressão pode produzir uma reação à frustração ou ser uma fonte de energia do indivíduo. Segundo o autor, algumas pessoas podem tender a agir agressivamente constantemente e outras dificilmente terão sintomas de agressividade, pois cada uma está lidando diferentemente com os impulsos agressivos, e cada uma experimenta estes sentimentos de frustração e os sublima de formas variadas.

Segundo Weinberg e Gould (2008), existem, no mínimo, quatro teorias importantes que explicam as causas da agressão: a Teoria do Instinto, a Teoria da Frustração-Agressão, a Teoria da Aprendizagem Social e a Teoria da Frustração-Agressão Revisada.

A primeira teoria relacionada ao instinto, segundo Lorenz² (1966) *apud* Becker Jr. (2000), explica a agressão como sendo de natureza biológica inata ao ser humano. Ela poderia ser dirigida para o exterior, interiorizada (autopunitiva) ou ainda deslocada por meio da catarse (ZILLMANN³, 1979 *apud* BECKER JR., 2000).

A Teoria da Frustração-Agressão diz que um comportamento agressivo é consequência de alguma frustração ocorrida por um fracasso ou bloqueio de um objetivo (DOLLARD *et al.*, 1939). Já a Teoria da Frustração-Agressão Revisada mostra que um comportamento agressivo nem sempre é ocasionado somente por uma frustração. A frustração pode aumentar a probabilidade de agressão pelo aumento da excitação, da raiva e de outros pensamentos e emoções, ocorrendo um

² LORENZ, K. *On Aggression*. Viena: Verlag, 1966.

³ ZILLMANN, D. *Hostility and Aggression*. Hillsdale. NJ: Erlbaum, 1979.

comportamento agressivo somente quando sugestões socialmente aprendidas sinalizam a adequação da agressão na situação em qual ocorre. (BARON, RICHARDSON⁴, 1994 *apud* WEINBERG, GOULD, 2008; BERKOWITZ, 1965).

Na Teoria da Aprendizagem Social, Becker Jr. (2000) explica a agressão como sendo um comportamento aprendido pela observação de um modelo de comportamento e pelo reforço das condutas. Segundo Bandura⁵ (1973) *apud* Kaplan, Sadock e Grebb (2007), modelagem é quando as pessoas, observando outras pessoas, aprendem através da imitação. A escolha desse modelo é influenciada por diversos fatores (sexo, idade, similaridade,...) e, se refletir normas e valores saudáveis, a pessoa desenvolve a capacidade de se adaptar à vida cotidiana e à situações ameaçadoras, sendo possível eliminar comportamentos negativos.

Entendendo melhor o significado de agressividade, pode-se dizer que a violência e as artes marciais não andam lado a lado, pois nelas o que se treina é o bom uso da agressividade. Portanto, quanto mais se conhece a verdadeira arte marcial, mais se compreende que estas artes de guerra são, na verdade, artes cultivadoras de uma cultura de paz.

Drigo (2006) relata que as artes marciais são atividades corporais de ataque e defesa, podendo também ser caracterizadas como lutas. A principal diferença entre as duas é que para os praticantes de artes marciais, principalmente as de origem oriental, consideram que os conteúdos da cultura de origem da atividade teriam uma orientação proveniente de uma "filosofia" (de vida) que determinaria a sua diferença com as lutas, por exemplo: o boxe.

Bandeira (2006) coloca que a cultura e a educação nos países berços das artes marciais, como o Japão, Coréia e China, são baseadas no zen-budismo, doutrina filosófica alicerçada na espiritualidade, meditação e concentração. Gadotti (2002) diz que o pensamento pedagógico oriental mostra o aspecto espiritualista e não agressivo da educação nestes países. Valores que são ligados, sobretudo, à religião, que dentre as quais se destacam o taoísmo, o budismo e o hinduísmo. Juntamente, Reide e Croucher (1983) relatam que as doutrinas do budismo, do

⁴ BARON, R. A.; RICHARDSON, D. R. **Human Aggression**. New York and London: Plenum Press, 1994.

⁵ BANDURA, A. **Aggression: A Social Learning Analysis**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1973.

confucionismo e do taoísmo foram adotadas com base filosófica das tradições das artes marciais nascidas em toda a Ásia.

Assim como todas as artes marciais asiáticas, o taekwondo também tem sua filosofia baseada nessas doutrinas. Desenvolvida na Coreia pelo General Choi Hong Hi, o taekwondo possui o aporte do zen-budismo no próprio nome através da palavra “Do”, que significa “caminho”. Segundo Oliveira Filho (1993, p.5) “do é a filosofia que conduz o homem a encontrar sua própria essência, percorrendo tal via conhecida como *budo* (caminho da luz)”. O General Chong Hong Hi desenvolveu toda a filosofia desta arte marcial chegando a alguns princípios básicos de ensinamento como: cortesia, integridade, perseverança, autocontrole e espírito indomável. O taekwondo, mesmo tendo se ocidentalizado, ainda mantém as questões filosóficas e disciplinares de sua origem, como a hierarquia por faixas, o respeito aos mais experientes, o respeito aos colegas e à bandeira, a educação mediante ao ambiente de treino e a preservação das cerimônias de início e fim de aulas, onde os professores relembram os princípios básicos da filosofia do taekwondo. Park (1997) relembra que esta arte coreana, além de arte, é uma disciplina para a mente e para o corpo que se leva para a vida.

Portanto, toda esta pedagogia oriental que acompanha o taekwondo, leva-nos a acreditar que sua prática pode determinar o desenvolvimento do caráter dos seus alunos e ainda uma diminuição da agressividade ou, quando menos, uma canalização controlada e positiva.

Já o boxe, mesmo sendo um esporte organizado, com regras definidas e instituições que o difunde, não possui um embasamento filosófico. Segundo, Reid (1983) o boxe foi uma das primeiras disciplinas marciais puramente européias que se tem conhecimento e que giravam em torno dos jogos rituais dos gregos. Dentre estes rituais, os mais famosos eram os Jogos Olímpicos, onde se praticava várias formas de boxe e lutas corpo a corpo. O mesmo autor afirma que esses eventos esportivos eram realizados para o público com fins recreativos e que o desenvolvimento pessoal não fazia parte dessas atividades, diferentemente das lutas de origem oriental. Portanto, para o autor o boxe não pode ser considerado uma arte marcial, e sim, apenas um esporte de luta.

Alguns pesquisadores apóiam que participantes de esportes organizados têm menor probabilidade de envolverem-se em comportamentos negativos

(SEEFELDT, EWING, 1997; SHIELDS, BREDEMEIER⁶, 1995 *apud* WEINBERG, GOULD, 2008), sendo uma das razões para que isso ocorra, o vínculo social, o qual sustenta que pessoas que praticam esportes desenvolvem ligações com pessoas significativas (treinadores, técnicos,...) que representam valores dominantes e pró-sociais (WEINBERG; GOULD, 2008).

Relacionando essa visão do vínculo social com a abordagem de aprendizagem social, podemos chegar a um ponto comum: o modelo do educador físico para o desenvolvimento do caráter social e psicológico do atleta.

Em estudo com judocas, Hiram (2001), após submeter alunos a iniciar a prática do judô por um período de tempo e aplicar o STAXI (Inventário de Expressão de Raiva como Estado e Traço) antes e depois desse período, verificou que a média geral do nível de raiva, comparando o antes e o depois da aprendizagem, não teve valores indicando queda dos níveis de raiva significativos, mas analisando individualmente alguns alunos, encontrou modificações significativas nesses níveis.

Trulson (1986) em um estudo sobre meninos delinquentes revelou que somente a prática esportiva não é suficiente para influenciar positivamente comportamentos negativos. Mostrou que para se ter resultado positivo é importante misturar ensinamentos sociais, filosóficos e psicológicos à prática esportiva.

Podemos pressupor, partindo disso, que esportes de combate tradicional com filosofia e disciplina orientais poderiam influenciar de forma positiva, através da modelagem e ensinamentos dos mestres ou instrutores, os níveis de raiva de seus praticantes e, conseqüentemente, seus potenciais para a agressão.

⁶ SHIELDS, D.; BREDEMEIER, B. **Character Development and Physical Activity**. Champaign, IL: Human Kinetics, 1995.

3 MÉTODO

3.1 AMOSTRA

A amostra deste estudo foi não probabilística do tipo conveniência ou acidental (GOLDIM, 1997) composta de 60 sujeitos do sexo masculino de 18 a 48 anos de idade e média de 28,73 anos praticantes de taekwondo tradicional e boxe. Desses, 30 eram do taekwondo e 30 do boxe. Os praticantes de taekwondo eram frequentadores de programas de treinamento que respeitassem a hierarquia tradicional de sua luta (divisão por faixas) e as sessões de treino continham todas as cerimônias e cumprimentos tradicionais do taekwondo. Todos os participantes da amostra têm experiência em seu esporte de combate de no mínimo um ano de prática orientado por instrutor ou mestre capacitado. Os participantes foram abordados em academias situadas em bairros de mesmo nível social e com valores de mensalidades aproximados, para minimizar possíveis diferenças socioeconômicas. Os bairros são: Independência, Rio Branco, Bela Vista, Petrópolis, Mont'serrat e Higienópolis.

3.2 INSTRUMENTOS

O instrumento utilizado foi o Inventário de Expressão de Raiva como Estado e Traço (*STAXI*), de Spielberger (1927), adaptado para a população brasileira e traduzido por Angela M. B. Biaggio (2003). O *STAXI* fornece medidas concisas da experiência e expressão da raiva. A experiência da raiva é conceituada como tendo dois componentes principais: estado e traço da raiva. Segundo Spielberger (1927), o estado de raiva é definido como um estado emocional caracterizado por sentimentos subjetivos que variam em intensidade, que vai desde um leve aborrecimento ou irritação até a fúria intensa e cólera. O traço de raiva é definido como a disposição de perceber uma gama diversa de situações como desagradáveis e frustradoras e a tendência a reagir a tais situações.

A expressão de raiva é conceituada como tendo três componentes principais. O primeiro componente é a Raiva para Fora, que é a expressão da raiva em relação aos objetos do meio ou a outras pessoas. O segundo é a Raiva para

Dentro, que é a repressão dos sentimentos de raiva. O terceiro é o Controle da Raiva, que é o grau em que uma pessoa consegue controlar esse sentimento.

O *STAXI* consiste em 44 itens (vide Anexo), que formam seis escalas e duas subescalas.

Estado de Raiva: mede a intensidade dos sentimentos de Raiva num determinado momento.

Traço de Raiva: mede as diferenças individuais na disposição para vivenciar a raiva. Esta escala tem duas subescalas:

- Temperamento Raivoso: mede a propensão geral para vivenciar e expressar a raiva sem provocação específica.

- Reação de Raiva: mede as diferenças individuais na disposição para expressar a raiva quando criticado ou tratado de maneira injusta.

Raiva para Dentro: frequência com que os sentimentos de raiva são reprimidos ou guardados.

Raiva para Fora: frequência com que os sentimentos de raiva são expressos em relação aos outros ou a objetos do meio.

Controle da Raiva: frequência com que se tenta controlar a expressão da raiva.

Expressão da Raiva: índice geral sobre a frequência com que a raiva é expressa, sem levar em conta a direção da expressão. É baseada nas escalas de Raiva para Dentro, Raiva para Fora e Controle de Raiva.

Respondendo a cada um dos 44 itens, os indivíduos são classificados numa escala de 4 pontos que avalia tanto a intensidade de Raiva quanto a frequência que ela é vivenciada, expressada, reprimida ou controlada. Tabelas normativas fornecem transformações dos escores brutos de cada escala para percentis e escores T. Esses escores T são transformações lineares dos escores brutos, com uma média de 50 e com um desvio padrão de 10 e são usadas para fins de pesquisa. (Spielberger, 2003).

3.3 PROCEDIMENTOS

3.3.1 Coleta de dados

Os participantes foram abordados individualmente ou em grupos e informados sobre a pesquisa e, após leram e assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (vide Apêndice). Logo, foi dada uma breve explicação sobre o instrumento. Informando que é um questionário sobre atitudes, sentimentos e comportamento (vide Anexo). Posteriormente, o instrumento foi aplicado individualmente ou em grupo após as sessões de treinamento.

3.3.2 Análise de dados

Os dados foram analisados pelo *SPSS*, versão 17.0, através de estatística descritiva, Análise de Variância e Coeficiente de Correlação de Pearson. Todos os testes consideraram um nível de significância estatística de $p < 0,05$. Na apresentação dos resultados foram utilizados tabelas e gráficos.

4 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

A Análise de Variância *One Way*, comparou as médias dos escores das variáveis medidas pelo *STAXI* (Tabela 1 e Figura 1) entre os grupos de Boxe e Taekwondo. Não foram encontradas diferenças estatísticas significativas ($p < 0,05$), conforme pode ser observado na Tabela 2.

Tabela 1. Médias e Desvios Padrão do Boxe e Taekwondo no *STAXI*

		N Média Desvio Padrão		
Estado de Raiva	boxe	30	11,0	1,56
	taekwondo	30	10,7	1,18
	Total	60	10,8	1,38
Traço de Raiva	boxe	30	18,1	4,11
	taekwondo	30	16,8	3,80
	Total	60	17,5	3,98
Temperamento Raivoso	boxe	30	6,3	1,88
	taekwondo	30	5,9	1,49
	Total	60	6,1	1,69
Reação de Raiva	boxe	30	8,4	2,28
	taekwondo	30	7,5	2,36
	Total	60	8,0	2,34
Raiva para Dentro	boxe	30	17,7	4,14
	taekwondo	30	18,4	4,70
	Total	60	18,1	4,40
Raiva para Fora	boxe	30	13,7	4,37
	taekwondo	30	13,3	2,90
	Total	60	13,5	3,68
Controle da Raiva	boxe	30	23,8	4,63
	taekwondo	30	25,0	4,05
	Total	60	24,4	4,35
Expressão de Raiva	boxe	30	23,7	9,25
	taekwondo	30	22,7	7,18
	Total	60	23,2	8,22

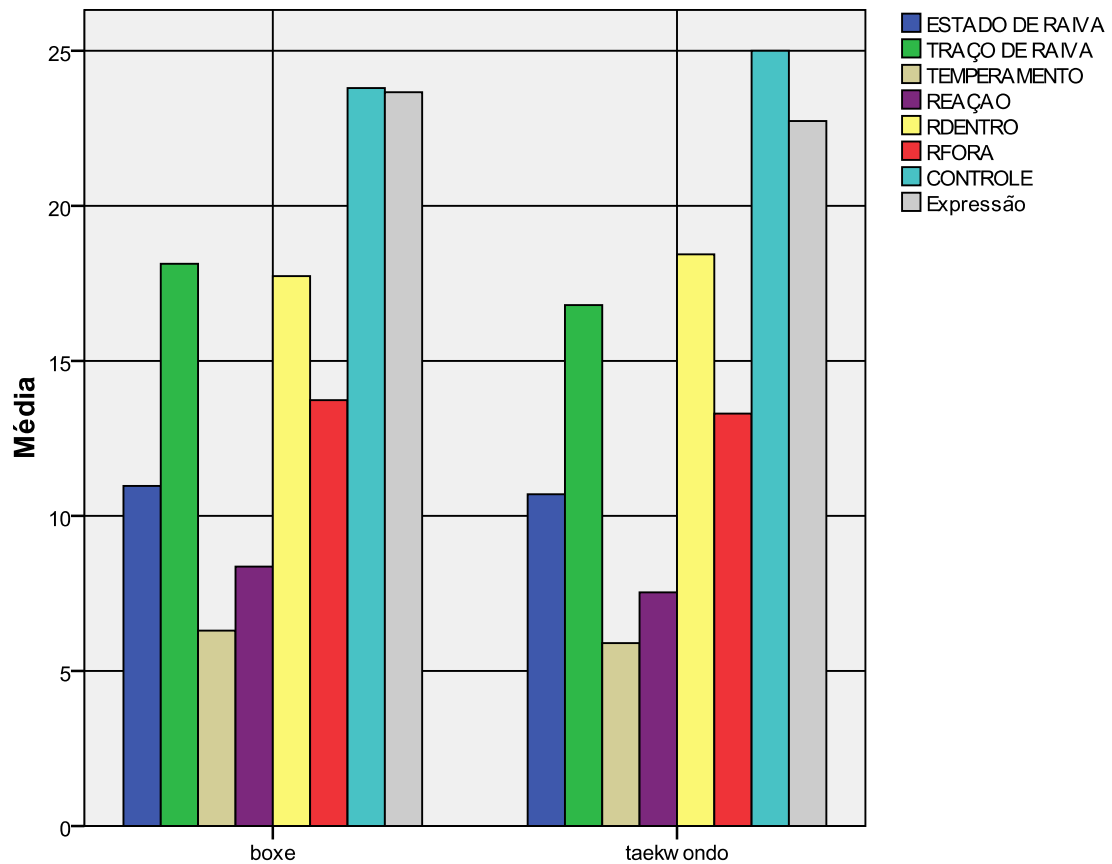


Figura 1. Médias dos escores do Boxe e Taekwondo nas variáveis do STAXI

Tabela 2. ANOVA para o fator modalidade (Boxe e Taekwondo) e variável dependente STAXI

		Soma dos quadrados	gl	Média quadrática	F	p.
Estado de Raiva	Intergruppal	1,067	1	1,067	,556	,459
	Intragruppal	111,267	58	1,918		
	Total	112,333	59			
Traço de Raiva	Intergruppal	26,667	1	26,667	1,703	,197
	Intragruppal	908,267	58	15,660		
	Total	934,933	59			
Temperamento	Intergruppal	2,400	1	2,400	,834	,365
	Intragruppal	167,000	58	2,879		
	Total	169,400	59			
Reação	Intergruppal	10,417	1	10,417	1,934	,170
	Intragruppal	312,433	58	5,387		
	Total	322,850	59			
Raiva para Dentro	Intergruppal	7,350	1	7,350	,375	,543
	Intragruppal	1137,233	58	19,607		
	Total	1144,583	59			

5. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A partir da análise de variância *One Way* e da observação dos resultados obtidos neste estudo, a média dos escores brutos nas escalas do *STAXI* não tiveram diferenças significativas entre os grupos de taekwondo e do boxe. Isso nos leva a crer que a questão pedagógica e filosófica orientais, nesta pesquisa, não implicou em uma menor agressividade no perfil psicológico dos praticantes destas modalidades. Isso reforça a idéia de que os esportes organizados se bem conduzidos e mesmo sem uma base filosófica oriental, servem de alternativa para solucionar comportamentos negativos.

Porém, apesar dos resultados estatísticos não significativos, observam-se indícios de uma tendência dos praticantes de taekwondo a terem um menor grau na escala de experiência de raiva e expressão da raiva. A experiência de raiva foi observada pelos resultados do Estado e Traço da Raiva e a expressão da raiva observada através da Raiva para Fora, Raiva para Dentro e Controle da Raiva. Neste segundo item, expressão da raiva, notamos a maior tendência dos praticantes de taekwondo a direcionarem o sentimento de raiva para si, ou seja, internalizarem tal sentimento. Também podemos destacar a frequência com que se tenta controlar a expressão da raiva (Controle da Raiva), que teve uma maior média em relação ao grupo de boxe, assim como a escala Raiva para Dentro.

O desporto pode, segundo Mosquera e Stobäus (1986, p.112) “ajudar as pessoas a se tornarem emocionalmente mais maduras, inclusive preparando-se fisicamente da melhor maneira a conviver com os outros e ao mesmo tempo estabelecendo uma identidade e filosofia de vida.”. A filosofia de vida estaria na generosidade do desempenho e capacidade de desenvolver-se dentro de responsabilidades cívicas e sociais, fatores de vital importância para se estabelecer uma cultura de paz.

Trulson (1986), em estudo com adolescentes delinquentes, revelou que o esporte por si só não é o suficiente para influenciar positivamente comportamentos negativos. Ele afirma que o programa de prática esportiva deve misturar ensinamentos sociais e psicológicos com as atividades físicas para se chegar a esses resultados.

As artes marciais com origem nas doutrinas orientais procuram desenvolver um estilo mais harmonioso e tranqüilo de vida, o que tem levado estudiosos do

comportamento humano a se dedicarem ao estudo intensivo de seus princípios e práticas, conforme relata Guerguen Neto (1995, p.11), ao comentar que:

O pensamento oriental, como o zen budismo, passou a deixar-se conhecer para o pensamento ocidental. Na sua essência, as práticas marciais, constituem caminhos sistematizados para a obtenção de um perfeito autocontrole, maturidade e auto-atualização do ser. Muitas pessoas ao passarem a utilizar-se dessas práticas resgataram seu equilíbrio, seu entusiasmo e o amor pela vida. O surgimento de valores que nascem no ser humano a partir da integração pessoal obtida pela prática correta de uma arte marcial, mostra uma psicologia prática de quem cultiva um novo estilo de vida.

Apesar de não terem sido encontrados resultados estatísticos significativos no presente estudo, estas tendências podem ser observadas e possivelmente poderiam ser confirmadas com uma amostra maior.

O presente trabalho não tem o intuito de discutir qual é a melhor prática marcial para o desenvolvimento do caráter e, sim, fazer pensar sobre qual a melhor forma pedagógica para se desenvolver estas atividades. Alguns estudos nos levam a acreditar que estas atividades esportivas baseadas em preceitos religiosos tendem a ajudar na construção de um ser humano mais pacífico. Os professores e instrutores que ministram essas práticas marciais têm um grande suporte pedagógico nessas filosofias orientais e, com isso, pensa-se que serviriam como um modelo mais efetivo para incentivar a melhoria dos comportamentos de seus alunos. Weinberg e Gould (2008) afirmaram que os professores de educação física, técnicos e instrutores influenciam muitos valores, intencionalmente ou não.

Contudo, nada impede que os ministrantes de lutas de origem ocidental criem uma filosofia e transfiram valores para seus alunos através de estratégias bem refletidas, bem planejadas e bem implementadas.

Bandeira (2006, p.32) ressalta que:

para o esporte funcionar, eficientemente, como válvula de escape não destrutiva, tanto para quem pratica quanto para quem assiste, deve estar sempre embasado no princípio de usar a agressividade positivamente, na forma de extravasamento de tensões e superação social, e não de enfrentamento e destruição do oponente.

Weinberg e Gould (2008) relataram que há uma variedade de fatores pessoais e fatores circunstanciais que podem influenciar no comportamento agressivo. Com base nisso, podemos inferir que há diversos fatores e variáveis que

poderiam ser selecionadas e investigadas para se chegar a resultados mais concisos nesses dois grupos estudados. Pode-se, por exemplo, aplicar um questionário sócio-econômico para investigarmos a questão econômica, a área de trabalho, a questão familiar e classe social em que o indivíduo está inserido.

Vale ressaltar, aqui, que segundo a Teoria da Aprendizagem Social de Bandura (1974), a pessoa aprende por modelagem, ou seja, aprende através da observação de diversos modelos em que ela passa a internalizar formas de ação que serão reproduzidas em momentos oportunos.

Pode-se propor, também, o melhor controle do tempo de prática, estipulado como no mínimo de um ano nesta pesquisa, e que segundo Bandeira (2006) quando se começa a prática dá-se mais ênfase às perícias físicas e com o passar dos anos de treinamento é que se alcança um nível mais elevado, em que a técnica física assume menos importância do que a transformação psicológica que se passa. Assim sendo, pode-se desenvolver um maior controle emocional com o passar dos anos de treinamento, o que pode interferir no inventário aqui aplicado.

6 CONCLUSÃO

Pode-se concluir, a partir dos dados analisados e discutidos, que não houve diferença da expressão de raiva dos participantes do taekwondo e do boxe. O taekwondo, apesar de ser uma luta com base na filosofia oriental, não demonstrou níveis de expressão de raiva menores do que o boxe. E o boxe, por ser um esporte organizado e apesar de ser ocidental, sem base nos preceitos filosóficos orientais, não demonstrou graus de expressão de raiva maiores do que no taekwondo.

Deve-se lembrar que, apesar de não haver diferença nesse aspecto nas duas lutas, observaram-se indícios de uma tendência a um menor grau de expressão de raiva nos praticantes de taekwondo, através das diferenças das médias entre as escalas do teste *STAXI*.

O trabalho, por ser realizado apenas na cidade de Porto Alegre e com um pequeno número de participantes, devido à dificuldade de encontrá-los em larga escala e devido ao tempo de feitura de uma monografia, como já se viu, não representou maiores diferenças entre o grau de agressividade em lutadores de taekwondo e boxe. Para que o trabalho se torne mais significativo a nível acadêmico, sugere-se uma investigação futura, em que o trabalho seja realizado com um número maior de participantes das duas lutas e, talvez, aplicando, juntamente, um questionário sócio-econômico e fazendo uma separação dos praticantes a partir do tempo de treinamento. Ficando, assim, um tema para uma futura dissertação de mestrado.

REFERÊNCIAS

- BANDEIRA, H. R. **Percepções de alunos de karate sobre agressividade/violência : aplicações educacionais no ensino de artes marciais**. Porto Alegre, 2006. 124 f. Diss. (Mestrado em Educação) - PUCRS, Fac. de Educação.
- BANDURA, A. **Aprendizagem Social Y Desarrollo de La Personalidad**. Madrid: Alianza, 1974.
- BECKER JR., B. **Manual de Psicologia do Esporte e Exercício**. Porto Alegre: Novaporta, 2000.
- BERKOWITZ, L. The Concept of Aggressive Drive: Some Additional Considerations. In L. BERKOWITZ (Ed.). **Advances in Experimental Social Psychology**, v.2, p.301-325. New York: Academic Press, 1965.
- DOLLARD, J. *et al.* **Frustration and Aggression**. New Haven: Yale University Press, 1939.
- DRIGO, A. J. A cultura oriental e o processo de especialização precoce nas artes marciais. **Revista Digital** - Buenos Aires - Año 10 - N° 86 Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/>>. Acesso em: 23 set. 2009.
- GADOTTI, M. **História das idéias pedagógicas**. São Paulo: Ática, 2002.
- GOLDIM, J. R. **Manual de Iniciação à Pesquisa em Saúde**. Porto Alegre: Dacasa Editora, 1997.
- GUERGUEM NETO, F. Psicologia e artes marciais. **Revista Artes Marciais do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, n. 2, p. 11, 1995.
- HIRAM, M. V. (2000). Manifestação de comportamentos agressivos em praticantes de artes marciais. **Revista Digital** - Buenos Aires - Año 5 - n° 25. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd25/artesm.htm>>. Acesso em: 22 set. 2009.
- KAPLAN, H. I.; SADOCK, B. J.; GREBB, J. A. **Compêndio de Psiquiatria: Ciências do comportamento e psiquiatria clínica**. 9ª. Ed. Porto Alegre: ArtMed, 2007.
- OLIVEIRA FILHO, X. A Educação no karate. Porto Alegre: Independente, 1993.
- OTTA, E.; BUSSAB, V. S. R. **Vai encarar? Lidando com a agressividade**. São Paulo: Moderna, 1998.
- PARK, Y. H.; SEABORN, T. **Taekwondo: Techniques & Tactics**. Illinois: Human Kinetics, 1997.
- REID, H.; CROUCHER, M. **O caminho do guerreiro : o paradoxo das artes marciais**. São Paulo : Cultrix, 1983.

SEEFELDT, V. D.; EWING, M. Youth Sports in America: An Overview. **Presidents Council on Physical Fitness and Sports Research Digest**, 2 (11), p.1-12, 1997.

SPIELBERGER, C. D.; BIAGGIO, A. **Manual do STAXI**. São Paulo: Vetor, 2003.

MOSQUERA, J. M.; STOBÄUS, C. D. **Psicologia do esporte**. Porto Alegre: Universidade, UFRGS, 1984.

TRULSON, M. E. Martial Arts Training: A Novel Cure for Juvenile Delinquency. **Human Relations**, 39, p.1131-1140, 1986.

WEINBERG, R.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e Exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

WINNICOT, D. **Privação e delinquência**. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

APÊNDICE – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Vimos por meio deste, solicitar a V. Sa. autorização participar da pesquisa: “A influência da pedagogia oriental das artes marciais na expressão de raiva de seus praticantes”. Com este estudo pretende-se investigar se esportes de combate com pedagogia oriental podem influenciar nos níveis de raiva de seus praticantes.

Ressaltamos que a concordância em participar deste estudo não implica necessariamente em qualquer modificação no tratamento que já está sendo feito a você, nem tampouco os resultados desta pesquisa terão efeitos sobre o (a) mesmo (a). Da mesma forma, a não concordância em participar deste estudo não irá alterar de nenhuma maneira o relacionamento já estabelecido. A sua participação não causará nenhum risco adicional e sua privacidade será garantida bem como a desistência a qualquer momento sem nenhuma repercussão.

Para tanto necessitamos do seu consentimento através da assinatura do termo a seguir. Eu,

_____ fui informada dos objetivos da pesquisa acima, de maneira clara e detalhada. Recebi informações a respeito dos procedimentos e esclareci minhas dúvidas. Sei que em qualquer momento poderei solicitar novas informações e modificar minha decisão se assim eu desejar. O acadêmico André Braga Fabre (fone: 9224-7778) certifica-me de que todos os dados desta pesquisa são confidenciais e terei liberdade de retirar meu consentimento de participação na pesquisa a qualquer momento. Poderei também contar com o orientador da pesquisa Profa. Dra. Mônica Fagundes Dantas (fone: 3308-5875).

Declaro que recebi cópia do presente Termo de Compromisso.

_____ Nome do Participante	_____ Assinatura	_____ Data
Dra. Mônica Fagundes Dantas Nome da Orientadora	_____ Assinatura	_____ Data

ANEXO - Inventário de Expressão de Raiva como Estado e Traço (STAXI)

QUESTIONÁRIO DE AUTO-AVALIAÇÃO

Nome:	Idade:
Escolaridade:	Ocupação:

PARTE UM – INSTRUÇÕES

Abaixo você verá várias afirmações que as pessoas costumam usar para descrever-se a si mesmas. Leia cada afirmação e depois assinale aquela que indica como você se sente agora, neste momento. Lembre-se de que não há respostas certas ou erradas. Não perca muito tempo em cada uma delas, mas dê a resposta que lhe parece melhor para descrever seus sentimentos atuais.

- Preencha (1) para “absolutamente não”
 (2) para “um pouco”
 (3) para “moderadamente”
 (4) para “muito”

COMO EU ME SINTO AGORA

1. Estou furioso.	(1)	(2)	(3)	(4)
2. Eu me sinto irritado.	(1)	(2)	(3)	(4)
3. Eu me sinto zangado.	(1)	(2)	(3)	(4)
4. Estou com vontade de gritar com alguém.	(1)	(2)	(3)	(4)
5. Estou com vontade de quebrar coisas.	(1)	(2)	(3)	(4)
6. Estou louco de raiva.	(1)	(2)	(3)	(4)
7. Estou com vontade de dar um soco na mesa.	(1)	(2)	(3)	(4)
8. Estou com vontade de bater em alguém.	(1)	(2)	(3)	(4)
9. Eu estou fervendo de raiva.	(1)	(2)	(3)	(4)
10. Estou com vontade de xingar.	(1)	(2)	(3)	(4)

PARTE DOIS – INSTRUÇÕES

Abaixo você verá várias afirmações que as pessoas costumam usar para descrever a si mesmas. Leia cada afirmação e então marque aquela que indica como você geralmente se sente. Lembre-se que não há respostas certas ou erradas. Não perca muito tempo em cada uma das afirmações, mas dê a resposta que melhor descrever “como você geralmente se sente”

- Preencha (1) para “quase nunca”
 (2) para “algumas vezes”
 (3) para “freqüentemente”
 (4) para “quase sempre”

COMO EU ME SINTO GERALMENTE

11. Eu me irrita com facilidade.	(1)	(2)	(3)	(4)
12. Sou temperamental.	(1)	(2)	(3)	(4)
13. Eu sou uma pessoa de “cabeça quente”.	(1)	(2)	(3)	(4)
14. Eu me irrita quando tenho que retardar o meu ritmo por causa dos erros dos outros.	(1)	(2)	(3)	(4)
15. Fico irritado quando não recebo reconhecimento por ter feito um bom trabalho.	(1)	(2)	(3)	(4)
16. Perco as estribeiras.	(1)	(2)	(3)	(4)
17. Quando eu estou furioso, digo coisas desagradáveis.	(1)	(2)	(3)	(4)
18. Fico furioso quando sou criticado na frente dos outros.	(1)	(2)	(3)	(4)
19. Quando fico frustrado, tenho vontade de bater em alguém.	(1)	(2)	(3)	(4)
20. Fico furioso quando faço um bom trabalho e recebo uma avaliação fraca.	(1)	(2)	(3)	(4)

PARTE TRÊS – INSTRUÇÕES

Todo mundo se sente zangado ou furioso de vez em quando, mas as pessoas diferem na maneira como reagem quando estão sentindo raiva. A seguir aparecem várias afirmações que as pessoas costumam usar para descrever suas reações quando se sentem zangadas ou furiosas. Leia cada afirmação e então marque o número que indica “como geralmente você reage ou se comporta ao descrever seus sentimentos de raiva ou fúria”. Lembre-se que não há respostas certas ou erradas. Não perca muito tempo em cada uma das afirmações.

- Preencha (1) para “quase nunca”
 (2) para “às vezes”
 (3) para “freqüentemente”
 (4) para “quase sempre”

QUANDO ESTOU COM RAIVA OU FURIOSO...

21. Controlo meu temperamento	(1)	(2)	(3)	(4)
22. Expresso minha raiva.	(1)	(2)	(3)	(4)
23. Eu guardo as coisas dentro de mim.	(1)	(2)	(3)	(4)
24. Sou paciente com os outros.	(1)	(2)	(3)	(4)
25. Fico emburrado.	(1)	(2)	(3)	(4)
26. Eu me afasto das pessoas.	(1)	(2)	(3)	(4)
27. Eu faço comentários sarcásticos aos outros.	(1)	(2)	(3)	(4)
28. Fico frio.	(1)	(2)	(3)	(4)
29. Faço coisas como bater com a porta.	(1)	(2)	(3)	(4)
30. Fervo por dentro, mas não demonstro.	(1)	(2)	(3)	(4)
31. Eu controlo meu comportamento.	(1)	(2)	(3)	(4)
32. Discuto com os outros.	(1)	(2)	(3)	(4)
33. Tendo a guardar rancor mas não falo para ninguém.	(1)	(2)	(3)	(4)
34. Eu ataco qualquer coisa que me enfureça.	(1)	(2)	(3)	(4)
35. Eu consigo evitar perder a cabeça.	(1)	(2)	(3)	(4)
36. Critico intimamente os outros.	(1)	(2)	(3)	(4)
37. Tenho mais raiva do que estou disposto a admitir.	(1)	(2)	(3)	(4)
38. Eu me acalmo mais depressa do que a maioria das pessoas	(1)	(2)	(3)	(4)
39. Digo coisas desagradáveis.	(1)	(2)	(3)	(4)
40. Eu tento ser tolerante e compreensivo	(1)	(2)	(3)	(4)
41. Fico mais irritado do que as pessoas percebem.	(1)	(2)	(3)	(4)
42. Perco a cabeça.	(1)	(2)	(3)	(4)
43. Se alguém me aborrece, tenho tendência a dizer-lhe como me sinto.	(1)	(2)	(3)	(4)
44. Controlo meus sentimentos de raiva.	(1)	(2)	(3)	(4)