

AUTOESTIMA ENTRE ALUNOS INICIANTES E CONCLUINTES DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Davi Moreira Melo de Aguiar

Bacharel em Educação Física. Universidade Castelo Branco.
davi_aguiar05@hotmail.com

Eduardo Dias Azevedo

Bacharel em Educação Física. Universidade Castelo Branco.
acm.academico@gmail.com

Moisés Augusto de Oliveira Borges

Licenciatura Plena em Educação Física. UFRRJ.
Grupo de Pesquisa BIODESA (Biodinâmica do Desempenho, Exercício e Saúde. Instituto de
Educação Física, UCB.
m.oliveiraborges@hotmail.com

Bruno Lucas Pinheiro Lima

Mestrando no Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências do Exercício e do
Esporte, RJ, Brasil. UERJ
Grupo de Pesquisa BIODESA (Biodinâmica do Desempenho, Exercício e Saúde. Instituto de
Educação Física, UCB.
brunolucas008@gmail.com

Vicente Pinheiro Lima

Doutorando no Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências do Exercício e do
Esporte, RJ, Brasil. UERJ.
Grupo de Pesquisa BIODESA (Biodinâmica do Desempenho, Exercício e Saúde. Instituto de
Educação Física, UCB.
professorvicentelima@gmail.com

RESUMO

O objetivo deste estudo foi avaliar e verificar se existe diferença significativa na autoestima entre iniciantes e concluintes do curso de Licenciatura em Educação Física. O amostral foi composto por 45 alunos do primeiro período e 45 alunos do sexto período de graduação. O instrumento de coleta escolhido foi o questionário de escala de autoestima de Rosenberg (EAR), as alternativas de respostas foram apresentadas no formato Likert de quatro pontos, alterando entre "concordo totalmente", concordo, discordo e "discordo totalmente". A diferença média entre os resultados da aplicação do questionário foi de 0,14, desta forma, os dados apresentados demonstram que não houve diferença significativa nos níveis de autoestima entre os alunos do 1º período e os do 6º período, ambos com classificação de autoestima média.

Palavras Chave: Autoestima. Educação Física. Universitários. Graduação. Saúde.

1 INTRODUÇÃO

A autoestima, componente da qualidade de vida, é definida como sentimento, apreço e consideração que uma pessoa tem por si própria, ou seja, quanto a ela mesma (MORALES; GONZÁLEZ, 2014). Tanto a autoestima quanto o autoconceito são fatores decisivos na relação do indivíduo consigo mesmo e com os outros, exercendo uma marcante influência na percepção dos acontecimentos e das pessoas e influenciando de forma considerável o comportamento e as vivências do indivíduo (DINI, QUARESMA, FERREIRA, 2004; ASSIS *et al.*, 2003).

Compreende-se a autoestima como característica da subjetividade humana que apresenta um papel importante na forma como uma pessoa se relaciona com outras e consigo mesma e na construção de identidade, que vai, simultaneamente, organizar-se em torno do conceito de identidade (VASCONCELOS, 2017). Uma vez que a autoestima passa pela rede relacional e contextual, a consciência e a construção de identidade de si nascem de uma relação de comunicação com o outro. O outro funciona como espelho: a partir de como o outro me vê, eu construo a minha própria imagem e a minha autoestima (BARRETO, 2010).

Como universitários, a maioria das pessoas consolidam não só conhecimentos, mas também adotam novas rotinas e estilos de vida que irão influenciar e condicionar a sua saúde física e mental a curto e longo prazo (MOLINA, CASTILLO, QUERALT, 2011). Considera-se que, ao ingressar e egressar na vida acadêmica, pelas adaptações necessárias e, tendo em vista as peculiaridades, complexidade da experiência e a variedade de condições experienciadas, o estudante sofre impactos pela transição. Da mesma maneira, o período que antecede a formação universitária e, conseqüentemente, a entrada no mercado de trabalho, pode se caracterizar como um momento de vivência de muitas angústias, inseguranças e incertezas ao jovem, e que podem afetar a autoestima do indivíduo nesta e em outras etapas de sua vida (MATIAS; MARTINELLI, 2017).

O período de transição e adaptação pelo acesso ao ensino superior predispõe, de certo modo, a que os estudantes se tornem um grupo de risco para o desenvolvimento de perturbações mentais, por estresses, sejam com aulas, exames, resultados acadêmicos, ansiedade provocada pelo ambiente competitivo, estando diretamente associados com a autoestima (TAVARES *et al.*, 2007; MICHAEL *et al.*, 2006). A problemática da transição para a vida acadêmica tem vindo a ser desenvolvida, realçando, sistematicamente, as dificuldades e os desafios por vezes adversos, onde as mudanças promovem um choque na vida dos jovens que entram nesse meio, afastando-os de suas casas e hábitos (SERRA, 2007). Assim, a

transição do ensino médio para ensino superior assume especificidades que podem ser traduzidos em instabilidade no desenvolvimento, nomeadamente da autoestima (MENDES *et al.*, 2012).

A autoestima elevada contribui para a construção de relações intrapessoais e interpessoais saudáveis e afetuosas no ambiente educacional, otimizando a ação pedagógica e qualificando o processo de ensino e de aprendizagem. Neste sentido, o docente, ao ter consciência de que é um importante agente na formação de seus alunos, poderá ter uma conduta e uma postura que favoreça este processo de forma positiva (MENDES *et al.*, 2012).

Sendo assim, especialmente em função da influência que a autoestima tem nas atividades diárias, saúde física e mental e qualidade de vida, se fez oportuno reforçar a literatura através de um estudo com o propósito de avaliar e verificar se existe diferença significativa na autoestima entre iniciantes e concluintes do curso de Licenciatura em Educação Física.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de pesquisa original do tipo descritiva Survey pela aplicação de questionário. Tipo de pesquisa utilizando questionário com o objetivo de coletar dados procurando identificar comportamentos psicológicos e pensamentos de autoestima da população do presente estudo (MATTOS, JÚNIOR, RABINOVICH, 2017).

A amostra foi selecionada de forma intencional, sendo o número amostral composto por 90 alunos sendo 45 do primeiro período (1ºP) com média de $21 \pm 1,769$ anos de idade e 45 do sexto período (6ºP) com $28,6 \pm 2,92$ anos de idade todos do curso de licenciatura em Educação Física de uma Universidade da Zona Oeste do Rio de Janeiro. Foram incluídos os alunos de 1ºP ingressantes sem transferência e alunos do 6ºP que sejam concluintes no semestre letivo seguinte. Foram excluídos os alunos que declararam ter distúrbios psicológicos e/ou que fizessem uso de medicamentos que pudessem alterar o humor.

O estudo seguiu as normas éticas prevista na resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, quanto à assinatura dos Termos de Consentimento Livre e Esclarecido, onde todos foram informados que aparecem em anonimato. O presente estudo faz parte da linha de pesquisa de lombalgia, atividade física e saúde do grupo de pesquisa BIODESA (Biodinâmica do desempenho, exercício e saúde) submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro e aprovada com o parecer 724.611.

A pesquisa foi realizada através da aplicação do questionário de escala de autoestima de Rosenberg (EAR), contendo 10 perguntas sendo que 5 se referem à autoimagem ou ao autovalor positivos e 5 à auto imagem negativa ou auto depreciação. As alternativas de respostas são apresentadas no formato Likert de quatro pontos, alterando entre "concordo totalmente", concordo, discordo e "discordo totalmente" (PECHORRO *et al.*, 2011).

A estatística foi realizada pelas frequências das respostas por pergunta. Foi aplicado o teste de normalidade de Shapiro Wilk verificou que os dados são não paramétricos, sendo aplicado o teste inferencial de Mann Whitney com nível de significância de $p < 0,05$.

3 RESULTADOS

Os resultados são apresentados abaixo na tabela 1, pelos valores da média e desvio padrão dos mesmos.

Tabela 1 - resultados referentes a aplicação do questionário

	1ºP		6ºP		
	MÉDIA	DP	MÉDIA	DP	P VALOR
Q1	3,10	0,63	3,23	0,73	0,36
Q2	2,00	1,06	1,63	0,84	0,10
Q3	3,45	0,55	3,30	0,52	0,19
Q4	3,15	0,74	3,25	0,49	0,77
Q5	1,83	0,75	1,80	0,91	0,61
Q6	2,15	0,92	1,45	0,64	*0,00
Q7	3,33	0,62	3,30	0,76	0,91
Q8	2,58	1,01	2,08	0,94	0,30
Q9	1,58	0,68	1,45	0,78	0,21
Q10	3,30	0,69	3,58	0,59	0,60
GERAL	2,65	0,27	2,51	0,26	0,68
MÉDIA DA SOMA	21±1,77		28,6±2,92		

A diferença média entre os resultados da aplicação do questionário foi de 0,14, desta forma, os dados apresentados demonstram que não houve diferença significativa nos níveis de autoestima entre os resultados referentes as perguntas do 1ºP e as perguntas do 6ºP. A Q6 foi a única pergunta que apresentou um resultado significativo de 0,7 de diferença na média entre as respostas dos grupos estudados.

4 DISCUSSÃO

Os resultados apontaram que os períodos ingressantes e os concluintes do curso de Licenciatura em Educação Física não tiveram diferenças significativas entre os níveis de autoestima. Entretanto, os valores de média da Q6 onde se afirma, “eu, com certeza, me sinto inútil as vezes”, houve uma diferença significativamente maior nas respostas dos alunos do 1ºP em relação as respostas dos alunos do 6ºP. Levando-se em consideração que o presente estudo foi feito com universitários do curso de Educação Física, onde a grande maioria é praticante de algum tipo de atividade física regular, o resultado obtido de uma diferença não significativa nos níveis de autoestima pode ser considerado, assim como no estudo onde foram comparados os alunos de Desporto e Psicologia quanto ao bem-estar psicológico. Neste, percebeu-se que as comparações por curso e frequência de atividade física evidenciaram um efeito estatisticamente significativo na dimensão crescimento pessoal e aceitação de si dos alunos de Desporto em que os alunos de Psicologia (PEREIRA *et al.*, 2016).

Um estudo realizado com 639 universitários na Espanha, alunos do 1º e 2º período, de 18 a 29 anos de cursos diferentes, com o objetivo de verificar o bem estar psicológico destes alunos, e constatou que indivíduos praticantes de exercício físico apresentavam níveis satisfatórios de autoestima, homens encaravam o exercício para se tornarem mais fortes e viris enquanto as mulheres proporcionavam momentos de equilíbrio emocional (CASTILLO; MOLINA, 2009).

Em pesquisa realizada por Greenleaf, Boyer e Petrie (2009), com universitários de uma Universidade pública dos Estados Unidos de diversos cursos, os autores perceberam que estudantes universitários que praticavam algum tipo de desporto, tinham uma visão mais positiva em relação ao seu corpo e por consequência um maior nível de autoestima.

Embora que a soma da média das questões dos alunos entrevistados do 1ºP foi de 21 e a soma do 6ºP foi de 28,6, que os classifica como média autoestima (considerando que para a referida escala a classificação de autoestima é definida como: autoestima alta – escore maior que 30 pontos; média – escore entre 20 e 30 pontos e baixa – escore menor que 20 pontos), esses valores podem ser preocupantes se considerado que o perfil da amostra é de pessoas que podem ser consideradas como fisicamente ativas, que é fator tido como essencial para se ter autoestima elevada (DINI, QUARESMA, FERREIRA, 2004).

Essa diferença na resposta à pergunta Q6, associado a avaliação de autoestima média para os dois grupos, remete a adaptação ruim ou irregular dos alunos que estão ingressando no ensino superior Universitário, o que é preocupante quando pensado na autoestima, no sucesso

acadêmico e na integração social destes alunos. Vale destacar que, em estudo realizado com 395 universitários para analisar a percepção de adaptação ao ensino superior e o autoconceito em relação à utilização ou não dos serviços de apoio fornecidos pela instituição, chegaram a uma conclusão que a adaptação eficaz ao ensino superior possibilita uma gestão positiva da autoestima, do sucesso acadêmico, da integração social, do sentido de realização, da competência e auto eficácia pessoal, proporcionando uma melhor qualidade de vida em geral (STOCKER; FARIA, 2009).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os resultados obtidos nesta investigação, pode-se concluir que, tanto os alunos concluintes quanto iniciantes do curso de Licenciatura em Educação Física, possuem autoestima média e semelhantes. Com esses resultados, apesar de não termos avaliado o nível de atividade física dos entrevistados (limitação deste estudo), é possível supor que a prática regular de atividade física e esporte pode contribuir para a elevação dos níveis de autoestima, mas não são os únicos fatores influenciadores destes níveis. Novos estudos devem ser realizados para melhor compreensão do fenômeno estudado, com maior número de participantes e controle de outras variáveis como alimentação, vínculo empregatício, horas de sono e avaliando o nível de atividade física dos entrevistados para um resultado mais preciso.

REFERÊNCIAS

- ASSIS, S. G; AVANCI, J. Q; SILVA, C. M. F. P; MALAQUIAS, J. V; SANTOS, N. C; OLIVEIRA, R. V. C. A representação social do ser adolescente: um passo decisivo na promoção da saúde. **Ciência Saúde Coletiva**. V.8, n.3, p. 659-79. 2003.
- BARRETO, A. D. P. Manual Cuidando do Cuidador—resgate da autoestima na comunidade. Curso de Formação de Multiplicadores em Técnicas de Resgate da Autonomia na Comunidade. Movimento Integrado de Saúde Mental Comunitária—MISMEC-CE (Projeto 4 Varas). Apoio—Departamento de Saúde Comunitária da UFC e Pró-Reitoria de Extensão da UFC. Fortaleza, 2010.
- CASTILLO, I; MOLINA, G. J. Adiposidad corporal y bienestar psicológico: efectos de la actividad física en universitarios de Valencia, España. **Rev Panam Salud Publica**. V.26, n.4, p. 334–40. 2009.

- DINI, G. M; QUARESMA, M. R; FERREIRA, L. M. Adaptação cultural e validação da versão brasileira da escala de auto-estima de Rosenberg. **Rev Soc Bras Cir Plast.** V.19, n.1, p. 41 -52. 2004.
- GREENLEAF, C; BOYER, E. M; PETRIE, T. A. High school sport participation and subsequent psychological well-being and physical activity: The mediating influences of body image, physical competence, and instrumentality. **Sex Roles: A Journal of Research**, V. 61, n. 9-10, p. 714-726. 2009.
- MATIAS, R. C; MARTINELLI, S. C. Um estudo correlacional entre apoio social e autoconceito de estudantes universitários. **Rev da Ava da Educ Sup** (Campinas). V. 22, n.1, p. 15-33. 2017.
- MATTOS, M. G; JÚNIOR, A. J. R; RABINOVICH, S. B. Metodologia da pesquisa em Educação Física. 4ª edição; **Editora Phorte**; São Paulo; 2017.
- MENDES, A. R; DOHMS, K. P; LETTNIN, C; ZACHARIAS, J; MOSQUERA, J. J. M; STOBÄUS, C. D. Autoimagem, autoestima e autoconceito: contribuições pessoais e profissionais na docência. Seminário de pesquisa em educação da região Sul. 2012. Disponível em: <http://www.ucs.br/etc/conferencias/index.php/anpedsul/9anpedsul/paper/viewFile/724/374>
- MICHAEL, K. D; HUELSMAN, T; GERARD, C; GILLIGAN, T. M; GUSTAFSON, M. R. Depression among college students: Trends in prevalence and treatment seeking. **Counseling and Clinical Psychology Journal.** V. 3, n.2, p. 60-70. 2006.
- MOLINA, G. J; CASTILLO, I; QUERALT, A. Leisure-time physical activity and psychological well-being in university students. **Psychological Reports.** V. 109, n.2, p. 453-460. 2011.
- MORALES, M. N; GONZÁLEZ, A. G. Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. **Estud. Pedagóg.** V.40, n.1, p. 215-228. 2014.
- PECHORRO, P; MARÔCO, J; POIARES, C; VIEIRA, R. X. Validação da Escala de Auto-estima de Rosenberg com adolescentes Portugueses em contexto forense e escolar. **Arq Med.** V.25, n.5-6, p. 174-179. 2011.
- PEREIRA, H. P; LOPES, D. G; GONÇALVES, M. C; VASCONCELOS-RAPOSO, J. J. Bem-estar Psicológico e autoestima em estudantes universitários. **Rev. Iberoamericana de Psico. Del Ejercicio y el Dep.** V. 12, n. 2, p. 297-305. 2016.
- SERRA, A. V. O stress na vida de todos os dias. Coimbra. **Estoril.** 2007; 4(6):39-41.

STOCKER, J; FARIA, L. Autoconceito e adaptação ao ensino superior: estudo diferencial com alunos da Universidade de Porto. X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia. Portugal, 2009. Disponível em: <
https://sigarra.up.pt/fpceup/pt/pub_geral.pub_view?pi_pub_base_id=85217>

TAVARES, J; PEREIRA, A. S; GOMES, A. A; MONTEIRO, S. M; GOMES, A. Manual de Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem. 1ª edição; **Porto Editora**; Porto; 2007.

VASCONCELOS, H. S. Autoestima, autoimagem e constituição da identidade: um estudo com graduandos de psicologia. **Rev. Psico, Diversidade e Saúde**. V. 6, n.3, p. 195-206. 2017.

ABSTRACT

The objective of this study was to evaluate and verify if there is a significant difference in self-esteem between beginners and undergraduates of the Degree in Physical Education. The n sample was composed of 45 students from the first period and 45 students from the sixth graduation period. The choice instrument was the Rosemberg self-esteem scale questionnaire (EAR), the response alternatives were presented in the four point Likert format, changing between "totally agree", agree, disagree and "totally disagree." The mean difference among the results of the questionnaire application was 0.14, thus, the data presented show that there was no significant difference in the self-esteem levels between the students in the 1st period and those in the 6th period, both with a mean self-esteem score.

Keywords: Self esteem. Physical education. University. University graduate. Health.