

TRAÇOS DE PERSONALIDADE DE REMADORES

A. A. Wolff**, R.Nahon**, A. Pino * e M.N.Souza*

*PEB/COPPE, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil

** Clube de Regatas do Flamengo, Rio de Janeiro, Brasil

e-mail: alineariaswolff@gmail.com

Resumo: Este estudo apresenta os primeiros resultados descritivos da avaliação de personalidade de atletas de remo. Foi utilizado para a avaliação o instrumento Bateria Fatorial de Personalidade (BFP) que se baseia na teoria dos Cinco Grandes Fatores. Participaram do estudo dez homens e três mulheres, com idade entre 36 e 18 anos (média de 25 anos), todos com mais de quatro anos de participação em remo competitivo. Os resultados mostraram que os fatores *Realização* e *Socialização* foram os de maior prevalência na população estudada, tanto em homens quanto em mulheres, com escores brutos médios de 5,19 (homens) e 5,59 (mulheres) para o primeiro fator; e 4,92 (homens) e 5,35 (mulheres) para o segundo fator. Os menores índices apareceram no fator *Neuroticismo* com a média de 2,32 entre os homens e 2,43 entre as mulheres, quando considerados os escores brutos. Tal achado pode ser associado às demandas do remo com intensa rotina de treinos, técnica apurada, tolerância à dor e ainda à necessidade de um trabalho em equipe intenso na maioria das guarnições. A grande variabilidade dos escores observada entre os indivíduos sustenta a necessidade de futuros estudos com vistas à investigação da relação entre os traços de personalidade e as habilidades psicológicas situacionais impactantes no desempenho. Desta forma, mais indivíduos devem ser avaliados seguindo este método para que as possíveis relações com o perfil de personalidade e o atleta de remo possam ser mais bem entendidas.

Palavras-chave: personalidade, cinco grandes fatores, psicologia, esporte, remo.

Abstract: This study presents the first results of the personality profile assessment of rowers of a Rio de Janeiro's rowing club. The assessment instrument was the Bateria Fatorial de Personalidade (BFP), a validated brazilian personality test based on the Big Five's theory. The study included ten men and three women, aged between 36 and 18 years old (mean 25 years), all of them presenting more than four years of participation in competitive rowing. Results showed the prevalence of *Conscientiousness* and *Agreeableness* factors with average scores of 5,19 (men) and 5,59 (women) and 4,92 (men;) and 5,35 (women), respectively. The *Neuroticism* factor was the less

prevalent with average scores of 2,32 (men) and 2,43 (women). These findings may be related to the rowing demands, like intense training routines, pain tolerance and also team cohesion. Future studies need to be developed to better understand the personality profile of rowers and the relations between their mental skills and performance.

Keywords: personality, big five, sport psychology, sport, rowing.

Introdução

A Psicologia do Esporte se dedica ao entendimento sobre as mútuas influências entre os aspectos psicológicos e o desempenho físico, objetivando potencializar o rendimento esportivo, a saúde e o bem-estar do atleta [1]. Muitas evidências científicas já apontam a efetividade da intervenção psicológica sobre o desempenho [2], bem como sobre as principais características estruturais e situacionais de atletas bem sucedidos [3].

Desde a década de 1980 têm sido investigadas características estruturais associadas aos bons rendimentos esportivos, dentre as quais a personalidade, que pode ser definida como o conjunto de características do indivíduo que explicam consistentes modelos de sentimentos, pensamentos e comportamentos [4]. Críticas à utilização da avaliação da personalidade no esporte foram feitas em razão da utilização de instrumentos diversos em amostras heterogêneas e por apresentarem resultados pouco conclusivos, sobretudo no que tange à predição de desempenho [5][6]. Tal ponto sustenta a importância de que o desempenho esportivo é multifatorial e envolve análises criteriosas e conclusões parcimoniosas em relação aos seus fatores de predição e inferência, sejam eles psicológicos ou físicos [1]. Tal fato não se opõe, contudo, à importância de se entender as razões que fazem com que determinadas pessoas perseverem mais frente a determinadas situações, funcionem melhor em atividades coletivas ou individuais, ocupem posições distintas e também obtenham melhores desempenhos.

Atualmente é consenso entre os pesquisadores da Personalidade sobre cinco grandes fatores que explicam os padrões existentes na individualidade. Tal pressuposto se baseia no modelo dos Cinco Grandes Fatores (CGF): extroversão, socialização, realização,

neuroticismo e abertura a novas experiências. Estes são estudados em diversas publicações, inclusive as que envolvem esporte. [8] [9]

O fator extroversão distingue os introvertidos (quietos, menos sociáveis e passivos) dos extrovertidos (mais sociáveis e ativos), o fator neuroticismo diferencia aqueles que apresentam maior estabilidade emocional (calmo, controlado), dos mais instáveis nesse quesito (ansiosos, hostis e irritáveis), o fator socialização distingue os indivíduos que são mais voltados para o outro (empáticos, altruístas e compreensivos) e aqueles mais auto centrados (agem mais em interesse próprio); o fator realização diferencia aqueles indivíduos orientados para resultados (organizados, pontuais e trabalhadores) daqueles indiferentes (menos cuidados, menor clareza de objetivos, menos organização e persistência) e o fator abertura a novas experiências distingue os indivíduos que são abertos a novas experiências (curiosos, imaginativos) e os que preferem o tradicional (conservadores, pouco imaginativos) [9].

O remo é um esporte que reúne, de uma maneira ímpar, esforços individuais e coletivos, significando que, muito embora cada atleta necessite desempenhar o seu papel, é imperativa a existência de uma harmonia do conjunto. Vale dizer que em uma guarnição com dois remadores, não basta que apenas um deles dê o seu máximo, sendo fundamental que todos o façam; além de manterem a coesão necessária, se consideradas as constantes alterações do ritmo das remadas e da tática ao longo da prova. Em razão da exigência de elevados índices de força e velocidade, o treinamento do remo é exaustivo, requisitando concentração e dedicação do atleta, a despeito da dor que o acompanha continuamente durante treinos e competições

Pelo acima exposto, pode-se afirmar que o remo é um esporte que envolve demandas psicológicas complexas, tais como resistência à dor, controle atencional e de ativação, e habilidades que favorecem a coesão grupal (empatia, comunicação, liderança, etc). Nesse contexto, o presente estudo objetiva conhecer as características de personalidade presentes em atletas de remo brasileiros. Tal investigação auxiliará no desenvolvimento de um programa de treinamento de habilidades psicológicas específico para atletas de remo, já que não se tem notícia de programa de treinamento de habilidades psicológicas testado cientificamente para esse esporte.

Materiais e métodos

O estudo objetivou conhecer as características de personalidade de remadores de um grande clube do estado do Rio de Janeiro por meio do teste psicológico denominado Bateria Fatorial de Personalidade (BFP), o qual se baseia na teoria dos Cinco Grandes Fatores [8].

Participantes – Participaram do estudo treze remadores de um importante clube de remo do Rio de Janeiro, sendo dez homens e três mulheres, com idade entre 36 e 18 anos, com média de 25 anos, pertencentes

às categorias Sênior (sem limitação de idade e peso) e Junior (até 18 anos), peso leve (até 72,5 kg homens e 59 kg para mulheres)

Local – A pesquisa foi realizada em horário de conveniência dos atletas em seu próprio local de treino na sede náutica do clube.

Instrumentos – Foi utilizado na pesquisa o instrumento de avaliação de personalidade BFP, validado, aprovado e recomendado pelo Conselho Federal de Psicologia. Tal método consiste em um instrumento psicológico de 126 itens, construído para a avaliação da personalidade a partir do modelo dos Cinco Grandes Fatores de Personalidade (CGF). A bateria de testes foi desenvolvida no Brasil, levando em conta a linguagem falada no país, os valores culturais, as diversidades regionais e específicas dos quadros clínicos na nossa realidade, o que a diferencia de outros instrumentos desenvolvidos em outros países e adaptados para o Brasil [8].

Procedimentos – Os atletas foram convidados a responder a avaliação, apresentados ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido que consta do protocolo número 152/10 do comitê de ética em pesquisa do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho da UFRJ. Após consentirem na participação, receberam as orientações por parte de Psicólogo licenciado e autorizado a aplicar testes psicológicos, relativas à aplicação do instrumento BFP, a qual foi feita em sala com privacidade, iluminação, isolamento acústico e temperatura adequadas às recomendações do manual do instrumento.

Análise dos dados – A análise exploratória dos dados foi realizada em Excel.

Resultados

A Tabela 1 demonstra os dados através dos valores de média e desvio padrão dos escores brutos e percentílicos de cada um dos CGF avaliados. Os fatores *Realização* e *Socialização* foram os que demonstraram os maiores índices na população estudada. Com escores brutos médios de 5,19 (homens) e 5,59 (mulheres) e 4,92 (homens) e 5,35 (mulheres), respectivamente. Considerando o perfil percentílico, o fator *Realização*, entre as mulheres, apresentou o maior valor em 76,66% e, entre homens, essa prevalência foi do fator *Socialização*: 58,3%. O fator *Neuroticismo*, apresentou média de 2,32 entre homens e 2,43 entre mulheres, quando considerados os escores brutos. Nos escores percentílicos (EP), os menores índices também se evidenciaram no fator *Neuroticismo*, com 25,7% (homens) e 21,33% (mulheres). Entre os homens, os fatores *Abertura* e *Extroversão* aparecem de forma similar, o primeiro apresenta maiores índices entre homens, com médias de 4,61, e 46% em relação às mulheres, com médias de 4,49 e 43,3%. O fator *Extroversão* é o segundo menos prevalente entre as mulheres, com médias de escore bruto de 3,94 e 33% no percentílico. O segundo fator menos prevalente nos homens, considerando o escore bruto, também foi o

fator *Extroversão* (4,29), mas no que tange ao perfil percentílico, o segundo menos presente foi o fator *Abertura* (46%).

A Figura 1 apresenta o comportamento dos diferentes fatores em seus EP para homens; evidenciando diferenças entre os participantes em alguns fatores em relação às médias entre todos, o que não acontece com o fator *Neuroticismo*, que aparece baixo na maior parte dos participantes masculinos.

Tabela 1: Fatores de Personalidade

Fatores de Personalidade	Gênero	Escore	Média	Desvio Padrão
Neuroticismo	Homens	Bruto	2,32	0,47
		Percentil	25,7	16,68
Extroversão	Homens	Bruto	4,29	0,91
		Percentil	48,8	32,17
Socialização	Homens	Bruto	4,92	1,06
		Percentil	58,3	26,18
Realização	Homens	Bruto	5,19	0,82
		Percentil	57	27,49
Abertura	Homens	Bruto	4,61	0,75
		Percentil	46	30,27
Neuroticismo	Mulheres	Bruto	2,43	0,31
		Percentil	21,3	10,4
Extroversão	Mulheres	Bruto	3,94	0,53
		Percentil	33	20,51
Socialização	Mulheres	Bruto	5,35	0,33
		Percentil	65	24,26
Realização	Mulheres	Bruto	5,59	0,46
		Percentil	76,6	20,79
Abertura	Mulheres	Bruto	4,49	0,86
		Percentil	43,3	37,52

A Figura 2 ilustra o comportamento dos fatores em seus EP para as mulheres. É possível evidenciar que o fator *Realização* foi o que apresentou maiores valores, em oposição ao *Neuroticismo* com os menores. Os dados demonstram a heterogeneidade da amostra no perfil de personalidade, destacando-se apenas a preponderância dos fatores *Realização* e *Socialização* em detrimento do fator *Neuroticismo*, tanto em homens quanto em mulheres.

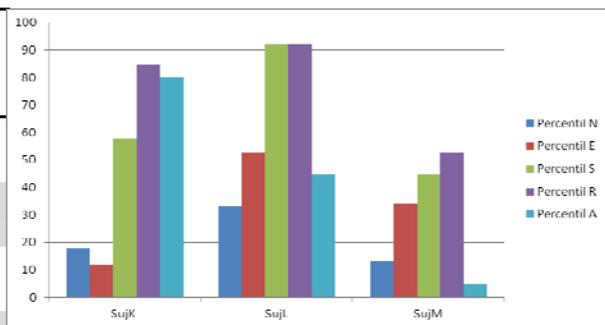


Figura 2: Escores percentílicos para as mulheres.

Discussão

Os resultados da amostra estudada sustentam que entre remadores os fatores *Realização* e *Socialização* são os mais presentes[7]. Tais características, intuitivamente, parecem se relacionar com as demandas do remo, já que este esporte exige esforços significativos em treinamentos e competições, necessitando de persistência e orientação para resultados. Além disso, o tempo médio de treinamento para que um atleta atinja o alto nível pode variar de dois a dez anos [10], o que também combina com as características do fator *Realização*. Já a *Socialização* se associa às demandas coletivas, em que a comunicação e o trabalho em equipe podem ser determinantes, o que pode ser facilitado através de uma atitude empática dos membros de uma guarnição.

Na contramão dos fatores supracitados o *Neuroticismo* aparece em menor intensidade entre os remadores investigados. Tal fator diferencia indivíduos que apresentam maior estabilidade emocional (calma, controle) dos mais instáveis (ansiosos, hostis e irritáveis). Um estudo clássico [9] que comparou a personalidade de atletas de esportes de resistência com não atletas, não encontrou diferenças significativas entre os grupos nesse fator, o que para os autores foi um resultado inesperado, já que indivíduos que possuem valores elevados nesse fator tendem a demonstrar dificuldades no controle de ansiedade e concentração. Sobre as relações entre tal fator e o desempenho esportivo, um estudo recente [11] demonstra alta relação entre *Neuroticismo* e desempenho, o que também acontece com o fator *Realização*. Ainda que esse fator possa se relacionar com o desempenho, a sua baixa prevalência no remo parece coerente, já que o esporte demanda técnica apurada, o que pode ser prejudicado através de uma lábil reação autônoma associada ao

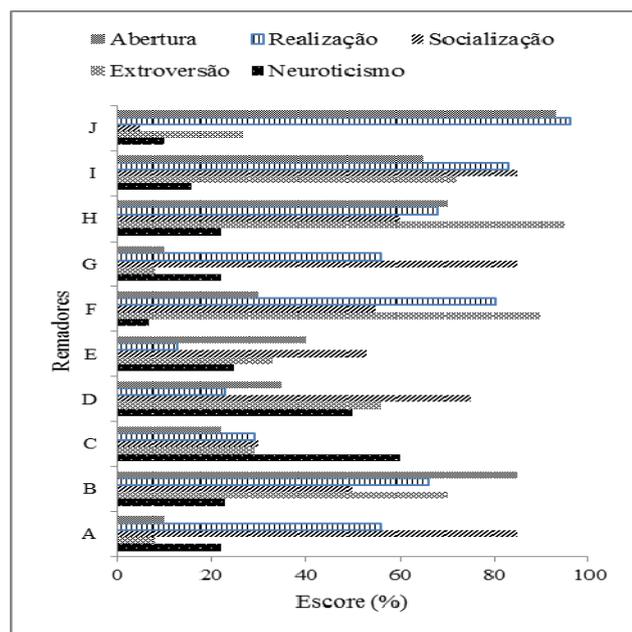


Figura 1: Escores percentílicos para os homens.

fator *Neuroticismo* alto [9]. Outro estudo [3] que relacionou desempenho de atletas de futebol feminino com personalidade encontrou relação entre os fatores *Neuroticismo* e *Realização* com o desempenho, o que foi de encontro às hipóteses dessa investigação. Os autores sustentam a visão de Eysenck [5] de que os fatores de personalidade exercem uma função indireta sobre o desempenho, o que precisa ser melhor investigado em oportunidade futura. Tal ponto de vista é sustentado por um estudo brasileiro de revisão [12] que demonstra a pluralidade de estudos com variados esportes, explorando relações diferentes entre os fatores de personalidade e o desempenho.

Assim, o presente estudo demonstrou a prevalência de certas características de personalidade entre os remadores estudados que podem ser consideradas análogas às demandas geradas pelo esporte. A importância de se olhar para uma característica estrutural (traço), como a personalidade, se dá mais pelas relações entre esta estrutura e os aspectos psicológicos situacionais (estado), do que pela relação direta entre personalidade e desempenho. Muitos estudos já foram conduzidos com o objetivo de correlacionar personalidade e desempenho, mas com poucos resultados conclusivos, mercê da extrema complexidade e multifatoriedade envolvida em ambas as variáveis. No ponto de vista dos autores, os traços de personalidade são essenciais para o conhecimento do indivíduo e para o desenvolvimento de outras habilidades psicológicas que se modulam com mais frequência e podem interferir positiva ou negativamente no desempenho. Por este motivo, tal paradigma de investigação vem ganhando cada vez mais força entre os pesquisadores da área [11]. Nesse contexto, os próximos passos da pesquisa objetivarão relacionar tais características com as diferentes habilidades psicológicas que já demonstram grande relação de predição com o desempenho, como é o caso da *Autoeficácia*, por exemplo. Estudos nacionais com amostras maiores envolvendo o Remo Olímpico se fazem necessários, sobretudo no que concerne aos aspectos psicológicos. Com a ampliação do entendimento sobre os aspectos psicológicos estruturais e situacionais que impactam no rendimento esportivo do remador, será possível implementar o treinamento psicológico adequado, desde a iniciação até o alto rendimento.

Conclusão

Os achados do estudo apontam a prevalência dos fatores *Socialização* e *Realização* entre os remadores estudados. Tais fatores, contudo, podem ou não estar associados ao desempenho esportivo e não devem ser utilizados como parâmetros para seleção ou de forma discriminatória, já que mais estudos se fazem necessários para dados conclusivos sobre o perfil de personalidade para o Remo.

Agradecimentos

Aos atletas participantes da pesquisa que gentilmente colaboraram e a FAPERJ pelo apoio financeiro.

Referências

- [1] Weinberg R, Gould, D. Foundations of Sport and Exercise Psychology. 5^a ed. Illinois: Human Kinetics; 2011.
- [2] Pervin, L. A, John, O. P. Personality: Theory and research. 7^a ed. New York: JohnWiley & Sons; 1997
- [3] Piedmont R L, Hill D C, Blanco S. Predicting athletic performance using the five-factor model of personality. *Personality and Individual differences* 1999 Jul 27 (2): 769-777
- [4] Martin J. Mental preparation for the 2014 Winter Paralympic Games. *Clin J Sport Med*; 22(1): 70-3, 2012 Jan.
- [5] Eysenck H.J, Nias D.K.B, Cox D.N. Sport and Personality *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 4, 1-55, 1982
- [6] Kontos. A.P, Feltz D.L. The Nature of Sport Psychology. In. T.S. Horn (Editor) *Advances in Sport Psychology*.pp.401-421. Oxford, Ohio: Human Kinetics, 2008
- [7] Brown MR, Delau S, Desgorces FD. Effort regulation in rowing races depends on performance level and exercise mode. *Journal Sci Med Sport*; 2010 Nov 13(6): 613-617
- [8] Nunes,C.H, Hutz C.S, Nunes,M.F.O. Bateria Fatorial de Personalidade-BFP. Manual. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2010
- [9] Allen M.S, Greenless I, Jones M. An investigation of the five factor model of personality and coping behaviour in sport. *Journal of Sports science* 2011 May 29(8): 841-850
- [10] Kleshnev V. Biomechanics. In: Rowing, Handbook of Sports Medicine and Science. ed. by Secher N., Voliantis S. IOC Medical Commission, Blackwell Pub. pp. 22-34, 2007
- [11] Egloff B, Gruhn J. Personality and Endurance sports. *Personality and Individual differences* 1996 Aug 21 (2): 223-229
- [12] Bara Filho M.G., & Ribeiro, L.C.S. (2005). Personalidade e esporte: uma revisão. *R. bras. Ci e Mov.* 13(2): 101-110.