



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

SOCIALIZAÇÃO, DESPORTO E QUALIDADE DE VIDA |

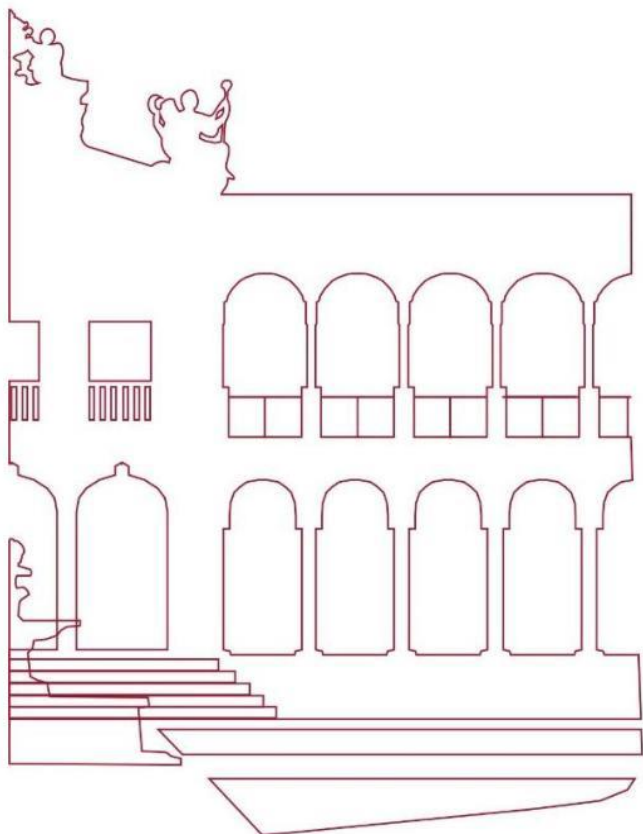
Exemplo dos praticantes de Karate-Do |

João André Nunes Tomás

Orientador |
José Manuel Leal Saragoça

Tese apresentada à Universidade de Évora para obtenção do
Grau de Doutor em Sociologia

Évora, 2017



INSTITUTO DE INVESTIGAÇÃO E FORMAÇÃO
AVANÇADA



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

SOCIALIZAÇÃO, DESPORTO E QUALIDADE DE VIDA |

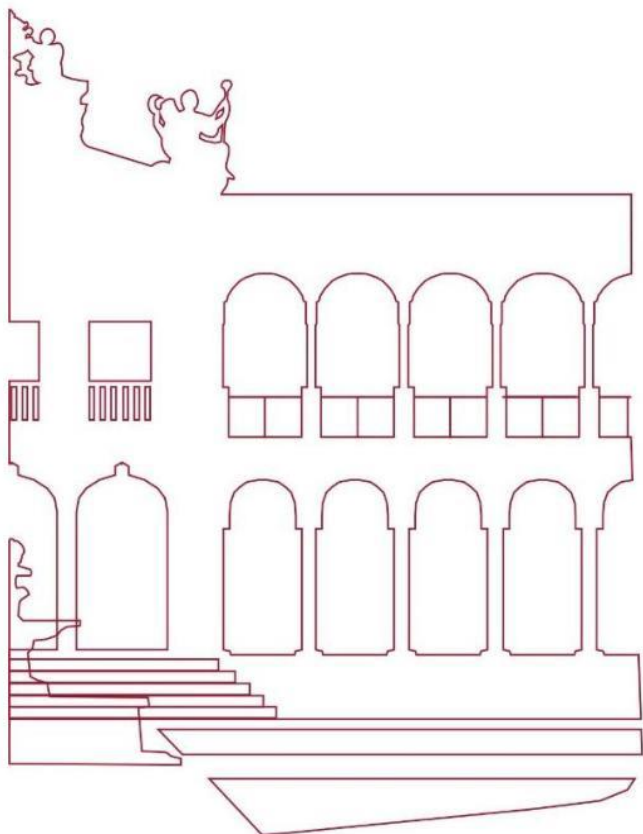
Exemplo dos praticantes de Karate-Do |

João André Nunes Tomás

Orientador |
José Manuel Leal Saragoça

Tese apresentada à Universidade de Évora para obtenção do
Grau de Doutor em Sociologia

Évora, 2017



INSTITUTO DE INVESTIGAÇÃO E FORMAÇÃO
AVANÇADA



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

Ao Afonso e Rafael

Resumo

Este trabalho incidiu sobre a temática, ainda pouco explorada no nosso país, da observação sociológica das artes marciais, nomeadamente, do Karate-Dō. Esta abordagem sociológica do tema teve como conceito central a socialização, ou seja, o grupo de praticantes de Karate-Dō como instrumento de socialização dos indivíduos, nos diferentes domínios de vida, interligando esta socialização com os resultados de qualidade de vida percecionada. Foi ainda adicionado um fator diferenciador da prática de Karate-Dō, o método de treino utilizado – tradicional ou desportivo – de forma a tornar ainda mais abrangente a observação da temática. A abordagem teórica escolhida para enquadrar este conceito de socialização foi a proposta por Pierre Bourdieu, nomeadamente com o conceito do *habitus* e as suas disposições para a ação.

Optou-se por um estudo exploratório com uma abordagem metodológica mista – quantitativa e qualitativa – por forma a compreender de maneira mais abrangente o conceito e interligação em questão e as suas nuances. Os dados recolhidos resultaram da realização de 78 inquéritos por questionário e 6 entrevistas semiestruturadas a praticantes de Karate-Dō adultos e com experiência de prática, a nível nacional, de ambos os métodos de treino.

Concluiu-se sumariamente que o método de treino não é um fator decisivo na prática, que os praticantes de Karate-Dō apresentam um elevado nível de qualidade de vida percecionada e que os praticantes reconhecem a prática de Karate-Dō como um instrumento de socialização. Dentro desta última conclusão foi possível identificar que o *habitus* marcial poderá estar relacionado com o Budō no sentido que este é a reconhecida matriz cultural e filosófica do Karate-Dō. Superficialmente foi possível identificar dois aspetos relacionados com as disposições do *habitus* marcial do Karate-Dō: a prática como forma de atingir a perfeição/mestria e a consciência de si e dos outros.

Palavras-Chave: *Socialização, Desporto, Qualidade de Vida, Karate-Do, Habitus*

Abstract

Title: Socialization, Sport and Quality of Life: Karate-Do athletes example

This study was about the, little explored theme in Portugal, of sociological point of view of martial arts, more precisely, Karate-Dō. The approach of this theme had as main concept socialization, more precisely how the group of Karate-Dō athletes work as socialization instrument of the individuals, in different life domains, connecting the socialization with the results of subjective quality of life. Has also added one distinctive factor in the Karate-Dō practice, the training method – traditional or sports – to make a more comprehensive observation of the main theme. The main theoretical approach of socialization concept chosen was the approach proposed by Pierre Bourdieu, more precisely the *habitus* concept and its dispositions to action.

We opted by an exploratory study with a mixed methodology approach – quantitative and qualitative – to understand on a more comprehensive way the concept and the different connections in cause and its slightly changes. The data recorded resulted from 78 inquiries by questionnaire and 6 semi-guided interviews to Karate-Dō adult athletes with practice experience, at national level, from both training methods.

We concluded that the training method is not a decisive factor on the way that karateka look at their practice, that karateka shows a high level of subjective quality of life and that karateka recognize the belonging to Karate-Dō group as socialization instrument. In this last conclusion was possible to identify that martial habitus could be related to Budō concept in the way that this concept is the recognized cultural and philosophical matrix of Karate-Dō. Superficially could be identified two main aspects related to the dispositions of the martial *habitus* of Karate-Dō: the practice as way to achieve perfection/mastery and the conscience of self and others.

Keywords: Socialization, Sport, Quality of Life, Karate-Do, Habitus

Agradecimentos

Sempre fui ensinado que devemos ser agradecidos por tudo o que se sucede na nossa vida e a todos que a fazem mais rica. Num percurso longo como este que foi o desenvolvimento deste estudo e desta tese muitos momentos fantásticos foram vividos e muitas pessoas entraram na minha vida sendo determinantes para o completar deste caminho.

Começo por agradecer ao Prof. Doutor José Saragoça, o meu orientador. Foi um verdadeiro suporte e pilar nestes anos de “luta”, não esquecerei os nossos momentos de discussão aberta e franca que me fizeram crescer imenso em sabedoria e experiência e por ter compreendido as esperas e ter sabido motivar quando foi preciso. Não é por ter sido o “meu” orientador, mas considero que foi a melhor orientação que poderia ter desejado.

Em termos académicos tenho ainda de agradecer a algumas pessoas que foram essenciais para o desenvolvimento deste trabalho em diferentes campos. Um especial agradecimento à Prof. Doutora Maria dos Anjos Dixe pela sua eterna disponibilidade e paciência para me apoiar no adequado enquadramento metodológico do trabalho. Ao Prof. Doutor João Apóstolo e ao Prof. Doutor Wojciech Cynarski pela sua fundamental colaboração na construção do instrumento e partilha de conhecimento solidária com alguém que não conhecem pessoalmente. Agradeço ainda aos meus amigos e especialistas em língua inglesa Doutor João Damas e Mestre Pedro Reis que foram uma enorme mais valia tanto na colaboração no desenvolvimento deste trabalho como a escutarem as minhas intermináveis questões existenciais e a motivarem-me para continuar.

Tenho muito a agradecer a todo o “mundo” do Karate-Dō que me acolheu aos 9 anos de idade e marcou de forma marcante a minha vida e a pessoa que me tornei, tornando-me mais resiliente e persistente. A todos os meus amigos que partilharam e partilham o *dojo* nestes 24 anos de prática ininterrupta de Karate-Dō, em especial aos meus camaradas no projeto que abraçamos de forma tão intensa neste período de tempo, Carlos Santos e José Severino, que tanto

estiveram lá quando eu não estive, e que em tanto ajudaram neste trabalho; a todos os *sensei* com quem passei horas de aprendizagem atenta, em especial ao “meu” *sensei*, aquele que sempre me inspirou e me transmitiu ensinamentos para a vida como karateca e ser humano, Pedro Neves; por fim a todos os atletas que viram em mim, numa fase da sua vida, uma inspiração e ouviram os meus ensinamentos, em especial aqueles que se mantiveram e mantém ao longo dos anos. Acreditem que este trabalho é tanto meu como vosso.

Aos meus amigos que me aturaram nos meus devaneios e desmotivações e me souberam sempre “dar a volta”. Peço desculpa pelos momentos que não estive presente, e agradeço por todo o apoio e compreensão que me deram. Vocês sabem bem quem são.

À minha família com a qual perdi momentos especiais, mas que sempre lá estiveram, com um sorriso e com um abraço e que me fizeram terminar este caminho. Em especial aos meus avós Mila e Horácio que sempre estiveram lá deste o primeiro dia da minha vida a apoiar as minhas escolhas e a ajudarem a atingir todos os meus objetivos. À minha família “emprestada” - os meus sogros Joaquim e Irene, os meus cunhados Verónica e Isaías, que desde o momento que me receberam nas suas vidas me fizeram sentir acarinhado e especial, peço desculpa por momentos que não estive e agradeço por todo carinho e motivação. Em especial aos meus sobrinhos Daniel e Beatriz que, apesarem de ainda não entenderem a dimensão deste trabalho, que este caminho do tio os inspire a querer sempre mais e melhor para eles. Aos meus avós Fernando e Rosa, e aos meus tios Lina e Manuel obrigado por compreenderem a distância. Também é vosso, em parte, este trabalho.

Tenho de agradecer muito carinhosa e atenciosamente aos meus pais – João e Isabel – por me terem educado da forma como o fizeram e me terem dado todas as ferramentas e oportunidades de ir construindo o meu caminho, e por me terem transmitido que o caminho somos nós que o fazemos a pulso e com o nosso esforço. Ao meu irmão mais novo Diogo, a quem eu tento sempre carinhosamente inspirar nos seus próprios sucessos com os meus sucessos, este caminho foi longo, mas a proximidade entre nós foi maior, agradeço por me aturares as minhas “tonteiras” e desabafos.

Não menos especial ou importante, agradeço à minha companheira de vida Liliana que está sempre ao meu lado nestas minhas aventuras e que constrói este caminho que é nosso, este foi apenas mais um passo nos inúmeros que se nos sucederam neste período de tempo. És especial e tu sabes bem que sem ti este caminho nunca teria sido construído.

Por último aos meus filhos, Afonso e Rafael que são a razão da minha vida. Tudo o que faço, faço-o para vos tornar melhores com o meu exemplo, espero que olhem, do futuro para agora, e tenham orgulho do que o vosso pai construiu e vos transmitiu. Sei que vos irei compensar pela ausência e menor paciência ao longo de toda uma vida.

Percebe o que não pode ser visto com os olhos.

Miyamoto Musashi

ÍNDICE

	<i>p.</i>
INTRODUÇÃO	26
1 ENQUADRAMENTO TEÓRICO	32
1.1 SOCIALIZAÇÃO	33
1.1.1 Definição	33
1.1.2 Funcionalismo estrutural e teorias do conflito	37
1.1.3 Interacionismo simbólico	41
1.1.4 Socialização no pensamento sociológico contemporâneo – a abordagem de Pierre Bourdieu	45
1.2 DESPORTO E DESPORTIVIZAÇÃO DA SOCIEDADE	53
1.2.1 Desporto e Sociologia	53
1.2.2 Socialização através do desporto	62
1.2.3 Karate-Dō: um desporto...	69
1.3 QUALIDADE DE VIDA	88
1.3.1 (In)definição do conceito	88
1.3.2 Qualidade de vida: objetiva vs. subjetiva	91
1.3.3 Modelos explicativos da qualidade de vida	96
2 METODOLOGIA	104
2.1 DA PERGUNTA DE PARTIDA AO MODELO DE ANÁLISE	105
2.2 NATUREZA E DESENHO DO ESTUDO	110
2.3 CAMPO DE ANÁLISE E AMOSTRAGEM	112
2.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLHAS DE DADOS	114
2.4.1 Análise documental	115
2.4.2 Questionário	116
2.4.3 Entrevista	121
3 - RESULTADOS	124
3.1 DADOS SÓCIODEMOGRÁFICOS E DESCRITIVOS DA PRÁTICA DE KARATE-DŌ	126
3.2 QUALIDADE DE VIDA E KARATE-DŌ	146
3.3 MÉTODO DE TREINO COMO FATOR DIFERENCIADOR DA PRÁTICA	156
3.4 <i>HABITUS</i> MARCIAL - VALORES, PRINCÍPIOS E COMPORTAMENTOS SOCIAIS	166
4 - CONCLUSÃO	196
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	207
APÊNDICES	
ANEXOS	

LISTA DE FIGURAS

	<i>p.</i>
Figura 1 – Esquema explicativo da teoria da ação social proposta por Bourdieu	52
Figura 2 - Pirâmide do desporto	54
Figura 3 – Modelo de Análise	109

LISTA DE QUADROS

	<i>p.</i>
Quadro 1 – <i>Dojokun</i> ("as instruções do local de treino da Via"), segundo estilo	84
Quadro 2 - 20 princípios do Karate-Dō, segundo Funakoshi	85
Quadro 3 - Indicadores objetivos (representa os dados sociais independentemente da avaliação individual) (adaptado de Rapley, 2003)	94
Quadro 4 - Indicadores subjetivos (pontos de vista e avaliações dos indivíduos das condições sociais) (adaptado de Rapley, 2003)	96
Quadro 5 – Taxonomia dos modelos de qualidade de vida (adaptado de Brown et al, 2004)	99
Quadro 6 – Relação entre pergunta de partida, questões subsidiárias, objetivos e hipóteses	108
Quadro 7 - Desenho de investigação (Explicativo sequencial) (Creswell, 2009)	110
Quadro 8 – Técnicas de recolha de dados utilizadas (com objetivo e objeto)	114
Quadro 9 – Etapas da construção de um questionário, retirado de Hill e Hill (2000)	117
Quadro 10 – Estrutura do questionário	118
Quadro 11 – <i>Personal Wellbeing Index</i> – relação entre questões e domínios	120
Quadro 12 – Distribuição segundo a idade (estudo PWI)	149
Quadro 13 – Resultados dos testes estatísticos entre as variáveis idade, escolaridade, atividade profissional e género, e entre qualidade de vida no geral e diferentes domínios	150
Quadro 14 – Resultados da correlação de Pearson entre qualidade de vida no geral e influência percebida da prática de Karate-Dō na qualidade de vida, por domínios	153
Quadro 15 – Comparação dos resultados médios de resposta	156

conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relacionados com os aspetos da prática de Karate-Dō

Quadro 16 – Comparação dos resultados médios de resposta 157
conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relacionados com os valores associados à da prática de Karate-Dō

Quadro 17 – Comparação dos resultados médios de resposta 159
conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relacionados com os valores associados à da prática de Karate-Dō

Quadro 18 – Comparação dos resultados médios de resposta 160
conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relacionados com a atitude em diferentes aspetos da vida e a sua influência pela prática de Karate-Dō

Quadro 19 – Comparação dos resultados médios de resposta 161
conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e a variável relacionados com a influência na formação da personalidade pela prática de Karate-Dō

Quadro 20 – Comparação dos resultados médios de resposta 162
conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relativas à influência da prática de Karate-Dō na percepção de qualidade de vida, por domínios

Quadro 21 – Comparação dos resultados médios de resposta 163
conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relativas à percepção de qualidade de vida, por domínios

LISTA DE GRÁFICOS

	<i>p.</i>
Gráfico 1 – Distribuição segundo o género	126
Gráfico 2 - Distribuição segundo o grupo etário (desportivo)	128
Gráfico 3 - Distribuição segundo a escolaridade	129
Gráfico 4 - Distribuição segundo o distrito de residência	131
Gráfico 5 - Distribuição segundo a situação profissional	132
Gráfico 6 - Distribuição segundo graduação	133
Gráfico 7 - Distribuição segundo tempo de prática	134
Gráfico 8 - Distribuição segundo idade de início da prática de Karate-Dō	135
Gráfico 9 - Distribuição segundo estilo praticado	137
Gráfico 10 - Distribuição do número de associações a nível nacional registadas na FNK-P, segundo estilo	138
Gráfico 11 - Distribuição segundo função no dojo	139
Gráfico 12 - Distribuição segundo método de treino	140
Gráfico 13 - Distribuição segundo prática de outro desporto	142
Gráfico 14 - Distribuição segundo opção pelo Karate-Dō	144
Gráfico 15 - Distribuição segundo PWI	147
Gráfico 16 - Distribuição, segundo perceção da influência da prática de Karate-Dō na qualidade de vida, por domínios	152
Gráfico 17 - Distribuição segundo motivo do início e manutenção da prática de Karate-Dō	167
Gráfico 18 - Distribuição segundo valorização de aspetos relacionados com o Karate-Dō	169
Gráfico 19 - Distribuição segundo valorização da importância de determinadas características de um praticante de Karate-Dō	172
Gráfico 20 - Análise de conteúdo por temas - valores enquanto pessoa	174
Gráfico 21 - Distribuição segundo comparação dos valores do Karate-Dō com contextos sociais	176
Gráfico 22 - distribuição segundo atitude perante diferentes contextos	179

da vida

Gráfico 23 - Distribuição segundo influencia do Karate-Dō na formação 181

da personalidade

Gráfico 24 - Análise de conteúdo por palavras - porquê da influência 183

na personalidade

Gráfico 25 - Análise de conteúdo por temas - significado de ser 184

karateca

Gráfico 26 - Análise de conteúdo por temas - conceito de Budō 185

INTRODUÇÃO

O texto aqui apresentado constitui o resultado do desenvolvimento da investigação realizada sob o título *Socialização, Desporto e Qualidade de Vida: o exemplo dos praticantes de Karate-Dō*, realizada na Universidade de Évora, entre os anos de 2012 e 2017, e cujo objetivo central foi a obtenção do grau de Doutor em Sociologia.

O interesse por esta temática resulta da união das duas "paixões" (em termos de áreas de conhecimento) da minha vida – a qualidade de vida e o Karate-Dō.

A primeira "paixão" surgiu da minha formação, no nível de licenciatura, em Enfermagem, que desde logo colocou no centro da minha vida a promoção de qualidade de vida dos utentes que cuido nos mais diversos contextos. Esta "paixão" foi ainda mais alimentada na minha formação, ao nível de mestrado, em Enfermagem de Saúde Mental, originando em mim uma maior compreensão da real importância deste conceito nas suas diferentes vertentes na vida dos indivíduos e, conseqüentemente, da sociedade em que vivemos, sendo algo indissociável do contexto social de cada um de nós e, portanto, de todos nós.

A segunda "paixão" acompanhou-me (e acompanha-me) ao longo de toda a minha vida desde a infância. O Karate-Dō, para mim, é mais do que um simples desporto; faz parte de mim e influenciou diretamente a minha forma de estar na vida e observar o mundo e, como tal, sempre me perguntei se esta perceção é só minha ou transversal a todos os praticantes de Karate-Dō, razão pela qual não poderia deixar de abraçar este domínio neste projeto tão importante para mim.

Tendo em conta as temáticas observadas, é possível dizer que este estudo se insere na área da Sociologia do Desporto.

Confesso que foram dificuldades adicionais a ultrapassar a pertença ao grupo de praticantes de Karate-Dō e as questões emocionais inerentes, por forma a observar o objeto de estudo de forma cientificamente correta, tal como a formação numa área relacionada, mas distinta, da Sociologia, o que exigiu um

esforço extra para compreender o ponto de vista sociológico e, assim, remodelar a minha forma de pensar.

A temática do meu estudo está diretamente relacionada com uma sentida e percecionada filosofia enquadradora da prática de Karate-Dō enquanto transmissora de valores, princípios, conceitos e atitudes, em suma modelos de comportamento, tal como modeladora de práticas e comportamentos sociais. Esta está relacionada também com a rápida mudança que o Karate-Dō está a sofrer atualmente, isto é, uma maior complexidade organizativa a nível federativo, a massificação da competição desportiva, a experiência olímpica para 2020, a distinção marcada da abordagem tradicional, e a convivência no contexto desportivo nacional com as restantes modalidades.

Postos estes aspetos, a questão formulada foi a seguinte: ***“A prática de Karate-Dō em Portugal funciona como instrumento de socialização, em ambos os métodos de treino, influenciando a qualidade de vida tal como percecionada dos praticantes?”***

Esta questão global e abrangente, pelo seu grau de complexidade, pode ser dividida em várias questões subsidiárias que permitem uma reflexão mais profunda, concreta e objetiva, tendo em conta os diferentes conceitos associados a esta mesma questão.

“Os praticantes entendem que a sua qualidade de vida percecionada é influenciada pela prática de Karate-Dō?”. Esta questão está diretamente relacionada com a noção de qualidade de vida dos praticantes e da relação estabelecida por estes entre a prática de Karate-Dō e a sua qualidade de vida percecionada nos diferentes domínios (nível de vida económico, saúde, expectativas com a vida, relações interpessoais, segurança, pertença à comunidade e espiritualidade).

Outra questão levantada é: ***“Será o método de treino um aspeto diferenciador na forma como os praticantes percecionam os modelos de comportamento e a sua qualidade de vida?”***, está relacionada com a especialização dos praticantes por método de treino – isto é, se optam pelo treino tradicional ou desportivo – cujos objetivos são manifestamente distintos,

para além da componente técnica do treino. Esta especialização poderá implicar uma perceção distinta dos mesmos conceitos, valores, princípios e padrão de comportamento desejado, universais do desporto Karate-Dō, repercutindo-se numa diferente perceção da qualidade de vida nos diferentes domínios.

A terceira questão subjacente que surgiu: "**Os praticantes reconhecem o Karate-Dō como instrumento de socialização?**". Esta questão encaminha para o conjunto de valores e princípios integrados na pertença ao grupo de praticantes de Karate-Dō (Budō), sobretudo na forma como estes são incorporados no padrão de comportamentos sociais dos praticantes, ou seja um *habitus* dos praticantes de Karate-Dō.

Postas estas questões, o objetivo central deste estudo passou por compreender de que forma são reconhecidos e incorporados no **padrão de comportamento social** dos praticantes, os valores e princípios do Karate-Dō, consoante o método de treino praticado, e os seus resultados efetivos em termos de qualidade de vida percecionada dos praticantes.

Optou-se pelo desenvolvimento de um estudo de âmbito exploratório por se enquadrar numa realidade pouco explorada e por se pretender que seja uma base ampla para estudos posteriores. Seguiu-se uma orientação metodológica com uma abordagem mista (quantitativa e qualitativa), num desenho de estudo designado de explicativo sequencial, onde primeiro é realizada a componente quantitativa de maior dimensão e analisados os dados, seguindo-se uma componente qualitativa menos extensiva, baseada nos dados recolhidos anteriormente. Esta abordagem tem como principal vantagem para este estudo permitir a explicação mais aprofundada da perspetiva dos praticantes, tornando a análise mais abrangente. Como refere Domínguez e Hollstein (2014) devido a esta sistemática integração de estratégias qualitativas e quantitativas, os desenhos com método misto criam oportunidades especiais para a melhoria da qualidade dos dados.

Este trabalho encontra-se dividido em três partes.

A primeira parte consiste no enquadramento teórico-conceitual do estudo.

Esta parte, que pretende introduzir a temática em estudo recorrendo ao conhecimento científico mais atual na área da Sociologia, foi estruturada de acordo com os conceitos centrais do estudo: Socialização, Desporto e Qualidade de Vida.

Inicia-se o enquadramento pelo conceito de socialização, procurando a sua definição de acordo com diferentes autores, tornando-a o mais abrangente e atual possível. Seguiu-se a explicitação do conceito de acordo com as designadas correntes sociológicas clássicas: funcionalismo estrutural, teorias do conflito e interacionismo simbólico. No final deste subcapítulo procura-se desenvolver mais objetivamente a perspetiva contemporânea (que foi sentida por mim, como investigador, como central para a observação do conceito de socialização neste estudo em particular) de Pierre Bourdieu, nomeadamente, o seu conceito de *habitus*.

O subcapítulo dedicado ao conceito de desporto inicia-se pela abordagem sumária ao conceito, encaminhando-o para a Sociologia como ciência que se debruça sobre este fenómeno, esclarecendo o desenvolvimento deste campo específico da Sociologia e interligando-o com o conceito anterior de socialização. Com esta abordagem pretende-se compreender de forma profunda e abrangente a maneira como desporto funciona como instrumento de socialização, ou melhor, como funciona a socialização através do Desporto, que é, no fundo, o tema central deste estudo. Termina-se abordando o Karate-Dō especificamente, esclarecendo a sua evolução, quer no mundo, quer em Portugal, e a filosofia e código de valores, princípios e padrão de comportamento ligado a este.

O enquadramento teórico termina na abordagem ao conceito de qualidade de vida. Para além da explicitação do conceito (ou das dificuldades na definição do mesmo), é ainda enfatizada a distinção entre a qualidade de vida objetiva e subjetiva, sendo este o enfoque da investigação. A abordagem termina com apresentação de diferentes modelos explicativos da qualidade de vida, permitindo um enquadramento mais aprofundado.

A segunda parte é dedicada à descrição das escolhas metodológicas e dos procedimentos concretizados. Aqui, são explicitadas as hipóteses de

investigação, tal como o modelo de análise desenvolvido, terminando nos instrumentos utilizados – análise documental, questionário e entrevista. Neste sentido, e esclarecida a utilização do instrumento *Personal Wellbeing Index* para a observação da qualidade de vida percebida.

A terceira parte apresenta o trabalho empírico propriamente dito.

A apresentação e discussão dos resultados realiza-se de forma prática recorrendo às hipóteses de investigação levantadas. Inicia-se com um subcapítulo designado **Dados sociodemográficos e descritivos da prática de Karate-Dō** onde é realizada a descrição da amostra de praticantes participantes no estudo, permitindo observar a sua homogeneidade ou heterogeneidade, relativamente a aspetos como o género, idade, atividade profissional, estilo de Karate-Dō, função no *dojo*, método de treino, etc. Em seguida, aborda-se um subcapítulo denominado **Qualidade de Vida e Karate-Dō** onde se analisa o nível de qualidade de vida dos praticantes de Karate-Dō, procedendo a uma comparação interna e externa, e estuda a associação deste com a prática específica de Karate-Dō. O subcapítulo seguinte **Método de treino como fator diferenciador da prática** cruza os diferentes aspetos abordados ao longo do estudo (perceção dos valores, princípios, padrão de comportamento e qualidade de vida) com o método de treino praticado. O último subcapítulo desta parte é designado **Habitus marcial - valores, princípios e comportamentos sociais**, onde são apresentados e discutidos os resultados relacionados a perceção dos praticantes da influência do Karate-Dō nestes diferentes aspetos, recorrendo, em larga medida, aos dados qualitativos para uma descrição mais rica destas perceções, e, assim, procurar um breve vislumbre do *habitus* deste grupo de praticantes.

No final é realizada a conclusão de todo o estudo. Aqui, são refletidas as respostas às questões que o estudo revelou originando novas questões ou são retomadas as questões iniciais, discutindo-se a perceção dos praticantes, lançando desafios para o futuro.

1

ENQUADRAMENTO TEÓRICO

“Se os factos não encaixam na teoria, muda os factos”

(Albert Einstein)

Esta frase inspiradora de Einstein abre o caminho para o objetivo deste capítulo. Na verdade, para se conhecerem os factos é preciso, antes de mais, conhecer a teoria.

Neste capítulo pretende-se, então, conhecer o «estado da arte» atual relativamente aos conceitos centrais em questão neste trabalho – socialização, desporto e qualidade de vida – sendo o suporte dos factos apresentados noutra capítulo deste trabalho. A abordagem aqui realizada procurou ser, em simultâneo, abrangente e concisa, isto é, tentou-se enquadrar os diferentes conceitos no “oceano” teórico existente sem nunca perder o objetivo concreto pela qual estes são importantes para este trabalho. Esta preocupação originou uma observação dos diferentes conceitos numa perspetiva do mais amplo para o mais concreto.

Este capítulo encontra-se subdividido em três subcapítulos subordinados cada um destes a um dos conceitos referidos anteriormente, pela ordem apresentada. Ou seja, será apresentado um subcapítulo relativo ao conceito de socialização, direcionado para a abordagem teórica de Bourdieu; outro subcapítulo orientado para o conceito de desporto, onde se integram os aspetos específicos do Karate-Dō; e o terceiro subcapítulo é subordinado ao conceito de qualidade de vida.

1.1 SOCIALIZAÇÃO

“O bebê ingressa neste mundo como um organismo biológico preocupado com o seu próprio conforto físico. Em breve torna-se um ser humano, com um conjunto de atitudes e valores, gostos e recusas, metas e propósitos, padrões de atuação e um conceito profundo e duradouro da espécie de pessoa que é. Cada pessoa incorpora todos esses traços e atributos mediante um processo que chamamos de socialização.” (Horton e Hunt, 1981: p.77)

Esta frase espelha bem a razão pela qual a socialização é um dos conceitos fundamentais da Sociologia enquanto ciência.

Cada teórico e pensador da Sociologia enquadra as suas diferentes abordagens e teorias em redor deste conceito charneira, construindo diferentes pontos de vista deste processo que possibilita aos humanos viverem em sociedade. Como pode ser deduzido, é um conceito tão complexo como a sociedade em que os humanos vivem.

Neste subcapítulo dedicado ao conceito de socialização será primeiro abordada a definição do conceito, seguindo-se a sua observação segundo as correntes clássicas da Sociologia e, por fim, abordado o conceito segundo a teoria contemporânea proposta por Bourdieu.

1.1.1 Definição

“Tornar-se homem, hominizar-se é, para o indivíduo, antes de mais, socializar-se” (Javeau, 1998).

Socialização, em termos gerais, pode ser definida como “o processo pelo qual a criança indefesa gradualmente se torna uma pessoa auto-consciente e bem informada, dotada nas formas da cultura em que ele ou ela nasceu” (Giddens, 2006: p.163).

Coakley (1998, p.88) descreve socialização como sendo:

“O processo ativo de aprendizagem e desenvolvimento social que ocorre quando as pessoas interagem umas com as outras e tornam-se familiarizadas com o mundo social onde vivem, e quando elas formam ideias acerca de quem são, e fazem decisões acerca dos seus objetivos e comportamentos.”

Este conceito é, portanto, e tal como foi referido anteriormente, de enorme abrangência e complexidade. Antes de mais, é algo entendido não como um conceito único e estanque, mas sim como um processo complexo e interligado com um objetivo bem definido: tornar um ser humano num elemento da sociedade humana.

“A socialização é o processo interativo pelo qual os indivíduos adquirem valores, atitudes, competências e conhecimento – em suma, a cultura – da sociedade a que pertencem” (Coser *et al*, 1983: p.107). O processo de socialização de um indivíduo envolve, portanto, os processos pelos quais os seres humanos são induzidos a adotar padrões de comportamento, normas, regras e valores do seu mundo social (Outhwaite, 2002). Neste sentido, também Schaefer (1983) define o conceito de socialização como “o processo pelo qual as pessoas aprendem as atitudes, valores e ações apropriadas para os indivíduos como membros de uma cultura particular” (Schaefer, 1983: p.100).

O processo que se designa por socialização é aquele pelo qual os indivíduos integram as normas, os códigos de conduta e a cultura da sociedade a que pertencem. A socialização pode ser vista na perspetiva do condicionamento (um indivíduo limita-se a integrar passivamente as regras do meio em que vive), mas também numa relação mais interativa entre indivíduo e sociedade (Molénat, 2011: p.214).

A socialização pode ser então encarada como um processo de interiorização por parte de um indivíduo de normas, crenças, valores, atitudes, padrões de comportamento e expectativas de um determinado grupo social ou sociedade, provocado pela pertença a este/esta, permitindo assim a perpetuação desse

mesmo grupo social ou sociedade. Horton e Hunt (1981: p.77) descrevem a socialização como “o processo pelo qual uma pessoa internaliza as normas dos grupos em que vive, de modo que surja um “eu” distinto, único para um dado indivíduo”. Ou seja, a socialização é bem mais do que o simples processo de reproduzir comportamentos, mas sim é o interiorizar do social em si próprio (Javeau, 1998).

Coser *et al* (1983) referem que a socialização permite o fenómeno de reprodução social descrevendo-o como o processo pelo qual as sociedades transmitem os valores e comportamentos sociais de uma geração para a outra, perpetuando-se. Giddens (2006) completa que a socialização permite o fenómeno de reprodução social – o processo pelo qual as sociedades têm uma continuidade estrutural ao longo do tempo. Ou seja, onde os mais novos aprendem pelas maneiras de fazer dos mais velhos os valores, normas e práticas sociais, perpetuando assim as características da sua sociedade bem para além do seu período de vida (Giddens, 2006).

A socialização é realizada pela sociedade. Mais precisamente é realizada através das interações humanas (Schaefer, 1983). O mesmo autor (1983: p.100) refere relativamente a isto:

“Nós vamos, obviamente, aprender em grande medida a partir daqueles que são mais importantes na nossa vida – membros da família direta, melhores amigos, professores, e por aí fora. Mas também aprendemos de pessoas que vimos na rua, na televisão, em filmes e revistas. Através da interação com pessoas tal como através das nossas próprias observações, nós descobrimos como nos comportar ‘adequadamente’ e o que esperar dos outros se seguirmos (ou desafiarmos) as normas e valores da sociedade”

Falamos então, na prática, da socialização ser realizada por diferentes agentes dentro da sociedade.

Giddens (2006: p.166) define agentes de socialização como “grupos ou contextos sociais nos quais ocorrem processos significativos de socialização”. A socialização acontece através da interação de diferentes agentes de

socialização, como grupos de pares e família, mais as instituições sociais formais e informais, onde podemos encaixar o grupo de praticantes de Karate-Dō.

Estes agentes podem ser informais ou formais e têm diferentes pesos e importância ao longo da vida do indivíduo e de acordo com os papéis que este desenvolve. Entre os agentes informais contamos com a família e os grupos de pares, já nos formais podemos enquadrar a escola, o local de trabalho, o grupo religioso, o governo ou os *media* (Giddens, 2006).

Apesar do próprio conceito de socialização poder encaminhar para a infância como principal momento de aprendizagem do ser humano, a verdade é que o processo de socialização acompanha o ser humano ao longo de toda a vida.

Os autores definem dois tipos principais de socialização: primária, secundária. Ao processo que envolve um indivíduo tornar-se um ser social adulto, aprendendo intensamente os aspectos culturais onde se insere, com principal enfoque na infância, com o principal agente de socialização sendo a família, chama-se socialização primária (Giddens, 2006). O mesmo autor (2006) continua dizendo que a socialização secundária acontece a partir da adolescência e entra pela maturidade, com outros agentes de socialização como os grupos de pares, escola, trabalho e *media*, sendo onde os indivíduos aprendem valores, normas e crenças que fazem os padrões culturais da cultura onde se inserem. “A socialização primária é a primeira socialização que o indivíduo sofre na sua infância, e graças à qual se torna um membro da sociedade. A socialização secundária consiste em todo o processo posterior que permite incorporar um indivíduo já socializado em novos sectores do mundo objetivo da sua sociedade” (Berger e Luckmann, 1986: p. 178). Dito de outra forma, a socialização secundária acontece ao longo da vida e diz respeito à integração do indivíduo nos diversos “submundos” (conjunto de situações interdependentes com as quais o ator ainda não foi confrontado) a que o seu itinerário o conduz (Javeau, 1998). Giddens (2006), dá alguns exemplos:

- Os jovens adultos exploram as afiliações sexuais, religiosas e políticas;

- Os adultos maduros comprometem-se com o trabalho e assumem a responsabilidade de uma vida marital, preocupando-se com as mudanças nas suas carreiras profissionais e na educação dos filhos;
- Os idosos têm de lidar com a saída do mundo do trabalho e com a finitude da sua vida, lutando com as dificuldades física e de saúde por forma a manter a sua vida ainda gratificante.

Alguns autores consideram a possibilidade de ressocialização de uma pessoa. Este conceito está ligado a mudanças rápidas e radicais de ambiente social. Assim, num processo de ressocialização os comportamentos antigos que eram benéficos para os papéis anteriores são removidos porque já não são necessários (OpenStax, 2012). Geralmente acontece nas chamadas instituições totais, onde se isola o indivíduo da sociedade (Goffman, 1961). “A ressocialização é necessária quando uma pessoa se muda para um lar de idoso, para uma escola interna ou prisão, neste novo ambiente as regras antigas já não são aplicam” (OpenStax, 2012: p.112).

Em seguida iremos aprofundar a abrangência do processo de socialização integrando-o nas teorias mais marcantes e reconhecidas da Sociologia.

1.1.2 Funcionalismo estrutural e teoria do conflito

Em Sociologia, como em todas as ciências, existem diversos pontos de vista e correntes de pensamento que evoluíram ao longo do tempo através das diferentes contribuições de diferentes autores e de diferentes formas de pensamento derivadas das épocas históricas que decorreram. Como refere Dubar (2005: p.XIII), “socialização faz parte desses conceitos básicos da sociologia que possuem tantos universos de significação como pontos de vista sobre o social”.

Diversos autores (Ritzer, 1993; Giddens, 2006; Mooney et al, 2007) entendem três correntes de pensamento sociológico como sendo as clássicas e mais

influentes da Sociologia como ciência. Estas são: funcionalismo estrutural, conflito social e interacionismo simbólico.

Nesta divisão será abordada a perspectiva da socialização de acordo com estas três correntes.

A Socialização, para o Funcionalismo estrutural

A perspectiva funcionalista tem por base os trabalhos de Herbert Spencer, Emile Durkheim, Talcott Parsons e Robert Merton. Foi a abordagem predominante na Sociologia até aos anos 60 (Ritzer, 1993; Giddens, 2006). É considerada uma abordagem de ponto de vista macro.

No quadro da corrente do funcionalismo estrutural a sociedade é vista como um organismo vivo em que cada parte deste contribui para a sua sobrevivência, ou seja, esta perspectiva enfatiza a forma como as partes da sociedade estão estruturadas para manter a sua estabilidade (Schaefer, 1983). Ou seja, a visão central deste pensamento teórico é a de que “a sociedade é um sistema complexo em que várias partes trabalham em conjunto para produzir estabilidade e solidariedade” (Giddens, 2006: p.20). Mooney *et al* (2007) reforçam esta definição referindo que a sociedade é um sistema de diferentes partes intercomunicantes que trabalham em conjunto com harmonia para manter o estado de equilíbrio social do todo.

O conceito central desta corrente é o conceito de «função», como definido por Merton (1968). Estas são as consequências observáveis e positivas de uma estrutura social que ajuda a sociedade a sobreviver, adaptar-se e ajustar-se (Ritzer, 2015).

Merton (1968) especificou ainda que existem dois tipos de funções de cada instituição social: as manifestas e as latentes. As funções manifestas são as consequências de um processo social que são antecipadas e esperadas (Mooney *et al*, 2007). O mesmo autor (2007) refere que as funções latentes são as consequências não procuradas desse processo social. Giddens (2006) entende que as funções manifestas são aquelas que são conhecidas e apercebidas pelos participantes de determinada atividade social. Já as funções

latentes são aquelas das quais os participantes não se apercebem. Reforçando esta visão, Schaefer (1983) refere que:

- As funções manifestas são as funções abertas, conhecidas e conscientes, que envolvem as consequências desejadas e reconhecidas de uma instituição social.
- As funções latentes são as funções inconscientes ou cobertas que refletem os objetivos escondidos de uma instituição social.

Um exemplo prático é dado pelo mesmo autor. Diz Schaefer (1983) que o ensino superior tem como funções manifestas a aquisição de conhecimentos, a preparação para uma carreira profissional, e a certificação das competências académicas e da excelência e como funções latentes o conhecer novas pessoas e encontrar parceiro sexual.

Esclarecidos os principais pontos desta abordagem teórica, e tendo em conta a observação de Durkheim, é relativamente simples entender como funciona a socialização de um indivíduo nesta perspetiva. Esta é, para começar, um pré-requisito fundamental a todas as sociedades. O indivíduo, ao longo da vida, vai encontrando diferentes instituições sociais que têm funções específicas de influência sobre o indivíduo, sejam manifestas ou latentes, que lhes transmitem normas, valores, crenças, capacidades, atitudes e formas de fazer, as quais resultam em estabilidade e equilíbrio de todo o sistema social do qual o indivíduo faz parte. Esta influência é diferenciada por desempenhar papéis sociais específicos:

“Por exemplo, cada instituição social contribui para uma função importante na sociedade: a família providencia um contexto de reprodução social, de estimulação e socialização das crianças; a educação oferece uma forma de transmitir as técnicas, conhecimento e cultura da sociedade aos jovens; a política providencia uma forma de governação dos membros da sociedade; a economia providencia a forma produção, distribuição e consumo dos bens e serviços; e a religião providencia orientação moral e uma saída para adoração de um poder superior.” (Mooney et al, 2007)

A Socialização, para o Teoria do Conflito

A perspectiva do conflito social surgiu como uma alternativa à perspectiva funcionalista, sendo sua contemporânea (Ritzer, 1993). É uma abordagem baseada nos trabalhos de Karl Marx e Max Weber, considerada uma abordagem de ponto de vista macro.

Tal como na perspectiva funcionalista para os teóricos do conflito social a sociedade também é composta por estruturas no seu interior (Giddens, 2006). A principal diferença está em que nesta perspectiva os diferentes grupos e interesses (estruturas sociais) competem pelo poder e pelos recursos (Mooney et al, 2007), ao invés de favorecerem a estabilidade e o equilíbrio. Como refere Giddens (2006: p.22):

“Os teóricos do conflito rejeitam a ênfase no consenso dos funcionalistas. Ao invés eles enfatizam a importância das divisões na sociedade. E, ao fazê-lo, concentram-se nas questões de poder, desigualdade e luta.”

Schaefer (1983: p.16) descreve esta perspectiva da seguinte forma:

“A perspectiva da teoria do conflito assume que o comportamento social é melhor entendido em termos de conflito ou tensão entre grupos. Este conflito não necessita de ser violento; pode ter a forma de negociações laborais, políticas partidárias, competição por membros entre grupos religiosos, ou disputas sobre os cortes no orçamento de Estado”.

Resumidamente, “enquanto a teoria funcionalista observa o lado positivo da sociedade, a teoria do conflito enfoca no seu lado negativo” (Ritzer, 2015: p.30).

Os indivíduos competem por recursos sociais, políticos e materiais, como poder político, tempo de lazer, dinheiro, habitação e diversão. As estruturas e organizações sociais (como grupos religiosos, governos e empresas) que são vistas nesta perspectiva teórica refletem a competição por estes recursos nas

suas visíveis desigualdades. Ou seja, alguns indivíduos ou organizações são capazes de obter e manter mais recursos e poder do que outros (Ritzer, 2015).

A socialização é então observada como um processo pelo qual os indivíduos são designados para diferentes/desiguais grupos que competem entre si pelos recursos, sendo fundamental para a manutenção da dominância dos mais poderosos.

Ambas as correntes teóricas abordadas anteriormente focam-se na forma com os aspetos alargados da sociedade, como as instituições e grandes grupos sociais, influenciam o mundo social – é designada de macro sociologia. Em seguida será observada a perspetiva segundo a corrente do interacionismo simbólico, uma corrente que se insere na designada micro sociologia. Esta corrente foca-se, ao contrário das anteriores, nos pequenos detalhes das dinâmicas psicossociológicas da interação dos indivíduos em pequenos grupos.

1.1.3 Interacionismo simbólico

O interacionismo simbólico tem por base os trabalhos de George Simmel (1908), Charles Cooley (1922) e George Herbert Mead (1934). Apesar de as suas raízes remontarem à primeira metade do século XX, a sua implementação como teoria sociológica sólida e consistente só decorreu a partir dos anos 60 (Ritzer, 1993). É considerada uma abordagem de ponto de vista micro.

“Esta perspetiva generaliza acerca das formas diárias e fundamentais de interação social. É o enquadramento sociológico que permite a observação dos seres humanos como vivendo num mundo cheio de objetos significantes. Estes ‘objetos’ podem incluir coisas materiais, ações, outras pessoas, relações, e até símbolos.” (Schaefer, 1983: p.17)

É uma abordagem focada na interação interpessoal e no conceito de símbolo. Símbolo pode ser entendido como algo que está em vez de outra coisa. Ou seja, “as palavras que usamos para descrever alguns utensílios são, na verdade, símbolos que representam o que realmente queremos” (Giddens, 2006: p.23). Blumer (1986: p.78) descreve mais detalhadamente esta abordagem, referindo:

“Uma interação simbólica refere-se, claro, ao caráter distintivo e peculiar da interação que acontece entre os seres humanos. Esta peculiaridade consiste no facto de os seres humanos interpretarem ou ‘definirem’ as ações uns dos outros ao invés de reagirem às ações uns dos outros. A sua ‘resposta’ não está ligada diretamente às ações do outro, mas sim ao significado que eles ligam a essas ações. Ainda, a interação humana é mediada pelo uso de símbolos, pela interpretação, ou pelo descortinar o significado das ações do outro.”

Ou seja, para os interacionistas simbólicos a sociedade é composta por interações sempre presentes entre indivíduos que partilham símbolos e os seus significados. Giddens (2006) reforça que esta perspetiva teórica tem grande enfoque na relação “cara-a-cara” da vida quotidiana, sendo esta troca constante de símbolos e significados que molda a sociedade e as instituições sociais.

Resumindo os aspetos centrais da corrente do interacionismo simbólico, Blumer (1986) refere o seguinte:

- Os humanos agem perante as coisas na base dos significados que atribuem a essas mesmas coisas;
- O significado dessas mesmas coisas deriva, ou emerge, da interação social que o indivíduo tem com os outros e com a sociedade;
- Esses significados são geridos, e modificados, através do processo interpretativo utilizado pela pessoa de acordo com as coisas que ele/ela encontra.

Deste modo, a nossa noção de sociedade e a nossa identidade e sentido de “eu” (*self*) são moldados pela interação social (Mooney et al, 2007).

Por seu turno, Erving Goffman (1956) apresenta o interacionismo simbólico de forma ligeiramente diferente, adicionando-lhe uma perspectiva teatral. O próprio autor (1956: p. 1) refere:

“A perspectiva aqui empregue é a de uma atuação teatral; os princípios derivam dos dramaturgicos. Eu devo considerar a forma como o indivíduo em situações quotidianas se apresenta a si próprio e às suas atividades perante os outros, as formas como ele guia e controla a impressão que os outros formam dele, e o tipo de coisas que ele pode ou não pode fazer enquanto mantém a atuação perante os outros”.

Na verdade, Goffman usa a premissa de que, em interação, cada pessoa comporta-se (conscientemente ou não) em determinadas formas na tentativa de gerir as impressões que os outros possam tirar dela, na prática, cada indivíduo monta um “show” ou atuação para os outros (Pascale, 2011). No entanto, a base desta atuação é a interpretação e o descortinar dos significados dos símbolos que usamos na nossa linguagem expressa, sendo uma abordagem profundamente ligada ao conceito de *self* tal como, primeiro Cooley, e depois Mead, se referem.

Para os interacionistas simbólicos como Goffman e Cooley a socialização é entendida como a emergência do “eu” (*self*) social através das interações sociais.

Cooley argumenta que o sentido de *self* (eu) desenvolve-se através de duas linhas paralelas: uma em que a criança desenvolve um sentido de poder (agência) através da sua habilidade de manipular o ambiente social e físico que a rodeia, e uma em que a criança se torna consciente do facto de a sua autoimagem se refletir no imaginário dos outros em redor dela. Neste sentido, o *self* (eu) existe como um facto imaginário: as pessoas imaginam como são vistas pelos outros e agem em conformidade (Pascale, 2011).

Mead (1934) como “*social behaviorist*” que se definiu, transportou este conceito do campo da psicologia para a sociologia:

“Foi sem dúvida George Herbert Mead, em sua obra intitulada Mind, Self and Society [Espírito, si-mesmo e sociedade] (1934), quem primeiro descreveu, de maneira coerente e argumentada, a socialização como

construção de uma identidade social (um self, no vocabulário de Mead) na e pela interação – ou comunicação – com os outros.” (Dubar, 2005: p.115).

O *self* é, no seu fundamental, a capacidade de se considerar a si próprio como um objetivo; este *self* tem a capacidade peculiar de ser sujeito e objeto, segundo Ritzer (1993).

Mead refere-se ao “eu” (*self*) como algo profundamente social, isto é, a nossa sensação do “eu” (*self*) apenas existe pela constante interação com os “eu’s” (*self’s*) dos outros (Elliot, 2008). O *self* surge com o desenvolvimento e através da atividade social e das relações sociais (Ritzer, 1993). “Eu(s)” (*self’s*) apenas podem existir em relações permanentes com outros “eu(s)” (*self’s*) (Mead, 1934). O mesmo autor (1934) continua referindo que não pode ser traçada uma linha claramente distintiva entre o “eu” (*self*) de um indivíduo e o “eu” (*self*) dos restantes, porque o nosso “eu” (*self*) só existe e entra na nossa experiência do mundo enquanto os “eu” (*self*) dos outros existirem e estes entrem na nossa experiência também.

Em suma, é impossível imaginar o *self* sem a existência de experiências sociais:

“É por isso que G. H. Mead insiste nos riscos constantes de “dissociação do Si-mesmo” que acompanha a socialização (op.cit., p. 122): entre um “mim” que implica necessariamente um esforço de conformidade ao grupo para ser (re)conhecido e um “eu” que sempre corre o risco de ser enfraquecido ou ignorado pelos outros, o Si mesmo (self) em construção corre o risco de se encontrar dividido entre a identidade coletiva sinónima de disciplina, de conformismo e de passividade e a identidade individual sinónima de originalidade, de criatividade, mas também de risco e de insegurança.” (Dubar, 2005: p.119).

Tendo em conta esta definição e a forma como o “eu” (*self*) é abordado, resulta simples de compreender que a estrutura do “eu” (*self*) expressa ou reflete o padrão de comportamento geral do grupo social ao qual o indivíduo pertence, tal como a estrutura de todos os outros indivíduos que pertençam a este grupo social (Mead, 1934).

Assim, ao socializarem, os indivíduos “criam a sociedade tanto quanto reproduzem a comunidade” (Dubar, 2005: p.119).

Após esta abordagem das teorias clássicas será abordada a perspectiva sociológica contemporânea proposta por um dos sociólogos contemporâneos mais influentes - Pierre Bourdieu.

1.1.4 Socialização no pensamento sociológico contemporâneo – a abordagem de Pierre Bourdieu

As escolas referidas anteriormente são consideradas as três correntes clássicas do pensamento em Sociologia. No entanto, o pensamento sociológico desenvolveu-se e evoluiu com o tempo. No final do século XX e início do século XXI surgiram autores cujo pensamento e obra se tornaram tão influentes e importantes na Sociologia, que o pensamento sociológico moderno não faz sentido sem a sua integração.

Segundo Ritzer (1993) existem quatro linhas de desenvolvimento do pensamento sociológico a partir do fim do século XX: integração micro-macro; integração ação-estrutura; sínteses teóricas; metateorização.

Nos últimos anos, tem sido ressuscitado na Sociologia, pela mão de alguns teóricos, o hábito como digno de consideração. Entre estes pensadores surge Pierre Bourdieu com o seu notável trabalho sobre as formas de conduta “habitadas” (Swartz, 2002)

“Pierre Bourdieu, como sociólogo francês, no seu início de carreira, foi influenciado por Durkheim e as ideias estruturalistas. Bourdieu tentou combinar o funcionalismo de Durkheim e as ideias estruturalistas nos seus estudos iniciais. No entanto, ele começou a utilizar predominantemente as abordagens Marxistas e Weberianas com o tempo. Ao fazer esta combinação ele apontou a uma nova compreensão, ou a uma nova forma de analisar a sociedade” (Öztürk, 2005).

Bourdieu pode ser então associado à corrente do funcionalismo com ligações ao estruturalismo (Ritzer, 1993). Segundo o mesmo autor (1993) pretendeu também na sua teoria superar a distinção entre objetividade e subjetividade,

que no seu ponto de vista é falsa e artificial. Costa e Murphy (2015) vão mais longe referindo que o trabalho de Bourdieu demonstra uma “cruzada” para transcender um conjunto de dicotomias interligadas como: estrutura-agência; subjetividade-objetividade; teoria-prática.

Bourdieu assenta a sua abordagem teórica da ação social em três conceitos base: *habitus*, campo e capital. Estes conceitos são anteriores a Bourdieu, remontando até aspetos filosóficos propostos por Aristóteles, mas especialmente assentes nos clássicos da Sociologia como Durkheim. No entanto, este aborda-os de forma diferente, oferecendo uma total nova perspetiva sobre os mesmos (Wacquant, 2007; Gomes de Sá, 2014).

O capital é a forma como Bourdieu designa os recursos disponíveis e necessários para ação do indivíduo na sua ação social (Swartz, 2002). Existem diferentes tipos de capital que se encontram distribuídos de forma desigual na sociedade, sendo os mais importantes, o económico, cultural, social e simbólico. O capital, nas suas diferentes formas, é uma forma de poder:

“O mundo social pode ser concebido como um espaço multidimensional que pode ser construído empiricamente pela descoberta dos principais fatores de um dado universo social, ou, em outras palavras, pela descoberta do poder em forma de capital que são ou podem tornar-se eficientes” (Bourdieu, 1987).

Os tipos e o volume de capital disponível em conjunto com as disposições moldam as possibilidades para a ação (Swartz, 2002). Isto é, por exemplo, uma pessoa com elevado capital económico (convertido em dinheiro) dificilmente irá desenvolver expectativas culturais se não investir os seus recursos financeiros em investimento cultural, como ensino superior.

O campo é entendido, resumidamente, como o espaço social, ou contextos sociais estruturados, onde decorre a ação. Bourdieu usa este conceito para analisar a sociedade moderna como um espaço de conflito e competição por diferentes tipos de capital (Swartz, 2002; Öztürk, 2005). Este conceito pode ser descrito da seguinte forma:

“Campo é um conjunto de espaços multidimensionais de posições e obtenção de posições dos agentes cuja posição é o resultado das interligações entre habitus das pessoas e o seu lugar num campo de posições. O lugar de um agente num campo de posições é definido pela distribuição das apropriadas formas de capital” (Öztürk, 2005).

No fundo, a sociedade pode ser vista como um complexo conjunto de vários campos como o campo económico, artístico, religioso, legal e político (Swartz, 2002).

O conceito de *habitus* é conceito central e conciliador de toda a teoria proposta por Bourdieu.

Este conceito remonta ao conceito de “hexis” empregado por Aristóteles para designar as disposições adquiridas do corpo e da alma (Dubar, 2005). Este conceito é descrito pelo próprio (1980, p.88), citado em Dubar (2005, p.78):

“Sistemas de disposições duradouras e transponíveis, estruturas estruturadas predispostas a funcionar como estruturas estruturantes, isto é, como princípios geradores e organizadores de práticas e de representações”.

Bourdieu (1990, p.53) completa esta definição como:

“Sistema de duráveis, transponíveis disposições, estruturas estruturadas predispostas para funcionar como estruturas estruturais, isto é, como princípios que geram e organizam práticas e representações que podem ser objetivamente adaptadas aos seus resultados sem pressupor um foco consciente nos fins ou na mestria expressa das operações necessárias para os atingir”.

Wacquant (2007) observa, de certo modo, o conceito de *habitus* de uma forma mais clara, abrangente e compreensível na prática:

“o habitus é uma noção mediadora que ajuda a romper com a dualidade de senso comum entre indivíduo e sociedade ao captar “a interiorização da exterioridade e a exteriorização da interioridade”, ou seja, o modo como a sociedade torna-se depositada nas pessoas sob a forma de

disposições duráveis ou capacidades treinadas e propensões estruturadas para pensar, sentir e agir de modos determinados, que então as guiam em suas respostas criativas aos constrangimentos e solicitações de seu meio social existente”.

Pode-se então dizer que *habitus* tem um lugar especial no conjunto de conceitos e ferramentas de Bourdieu:

“Com este conceito o autor tentou aceder aos comportamentos, percepções e crenças internalizadas que os indivíduos traduzem em práticas que transferem para e dos espaços sociais onde interagem. Habitus é mais do que experiência acumulada; é um processo social complexo no qual o indivíduo e as disposições coletivas sempre estruturantes se desenvolvem na prática para justificar as perspectivas, valores, ações e posições sociais individuais” (Costa e Murphy, 2015: p.4).

Ritzer (1993), por sua vez, entende o *habitus* como incluindo as estruturas mentais ou cognitivas mediante as quais as pessoas existem no mundo social.

No fundo, e muito resumidamente, podemos entender o conceito de *habitus* como um conjunto de padrões adquiridos de pensamento, comportamento e gosto. Ou seja, a forma como o indivíduo incorpora a sociedade (ou os campos) no seu sentir, pensar e agir. É neste sentido que o conceito de *habitus* pode ser considerado a abordagem deste teórico ao processo de socialização. Uma ligação direta entre os conceitos é nos dada por Costa e Murphy (2015) quando referem que as experiências mais precoces dos agentes irão construir o *habitus* primário (socialização primária) enquanto o *habitus* secundário (socialização secundária) é uma esquema disposicional adquirido num estadio mais tardio em contextos especializados como a escola, trabalho ou pertença a grupos específicos (como a os clubes ou grupos desportivos). Este segundo tipo de *habitus* é mais encorajador de alterações nas práticas do indivíduo do que o primeiro, que tende para a constância e a defesa contra a mudança.

O processo de interiorização pelo qual é desenvolvido *habitus* é entendido por Bourdieu de forma similar a Mead e à tradição do interacionismo simbólico de formação do *self* (da autoidentidade) (Swartz, 2002). Ou seja, e segundo o

mesmo autor (2002), as disposições do *habitus* são adquiridas de forma informal através da experiência da interação social, por processos de imitação, repetição, *role-play*, e participação em jogos.

É um conceito simultaneamente abrangente e complexo pelo que é fundamental tentar desconstruí-lo por forma a compreender toda esta sua abrangência e complexidade.

Por forma a podermos entender o *habitus* temos de o observar em relação com as estruturas sociais (campos) onde este é produzido e alterado (Costa e Murphy, 2015). Os mesmos autores (2015: p.8) concluem que:

“Habitus encapsula a ação social através de disposições e pode ser largamente explicado como um processo evolutivo através do qual os indivíduos agem, pensam, percebem e abordam o mundo e o seu papel nele. Habitus denota uma forma de ser. Mais, como passado assimilado sem clara consciência, habitus é um arquivo de experiências pessoais assentes nos aspetos distintivos das viagens sociais individuais. As disposições individuais são um reflexo das suas trajetórias vividas e justificam as suas abordagens à prática”.

Bourdieu (1977; 1998) como citado em Öztürk (2005) refere que os indivíduos, nas suas ações, incorporam a estrutura e as organizações sociais, ou seja, desenvolvem o mesmo *habitus*, caso sejam sujeitos às mesmas condições. Os indivíduos fazem isto pela exteriorização dos seus interesses individuais, pontos de vista, e disposições para a ação. Wacquant (2007: p.67-68) reforça este ponto de vista quando se refere ao princípio de “sociação”:

“sociação’ porque nossas categorias de juízo e de ação, vindas da sociedade, são partilhadas por todos aqueles que foram submetidos a condições e condicionamentos sociais similares (assim, podemos falar de um habitus masculino, de um habitus nacional, de um habitus burguês etc.); individualização porque cada pessoa, tendo uma trajetória e uma localização únicas no mundo, internaliza uma combinação incomparável de esquemas”.

É este aspeto que torna a questão do *habitus* problemática segundo Lahire. Bernard Lahire tem sido, em simultâneo, um influente crítico e admirador do

trabalho de Bourdieu. Lahire questiona, maioritariamente, a aplicação dos conceitos de Bourdieu, nomeadamente, o *habitus* e as disposições, na prática, criticando sumariamente o seu otimismo e inoperacionalidade em termos metodológicos. Setton (2009: p.298-299) resume esta crítica de Lahire, referindo:

“Segundo Lahire, não se pode pensar o indivíduo contemporâneo sendo regido apenas por um único princípio de conduta. Hoje, cada vez mais as crianças são socializadas com base em uma multiplicidade de princípios, o que poria em xeque a teoria do habitus. Ele considera que Bourdieu engessou a própria sociologia ao consolidar um único olhar sobre a teoria das disposições culturais, a teoria do habitus. Os indivíduos, segundo ele, não agiriam de forma homogênea nas muitas situações de vida, não agiriam coerentemente o tempo todo a partir de um sistema de disposições homogêneo, coerente e único. Apoiado no conceito de habitus, Lahire afirma que Bourdieu constrói um homem perfeito, enquanto a realidade demonstra ser o indivíduo altamente complexo”.

No fundo, Lahire considera que a perspetiva é demasiado unificadora e homogênea na observação das práticas, sugerindo uma abordagem mais individualizada e plural – uma sociologia do indivíduo:

De modo semelhante ao globo terrestre, conjunto das diversas teorias da ação têm dois grandes polos: o da unicidade do ator e o de sua fragmentação interna. Por um lado, se esta procura de sua visão do mundo, de sua relação com mundo ou da "fórmula geradora de suas praticas" e, por outro lado, admite-se a multiplicidade dos conhecimentos e do saber-fazer incorporados ou incorporados, das experiências vividas, dos "eus" ou dos "papeis" incorporados pelo ator (repertório de papeis, estoque de conhecimentos, reserva de conhecimentos disponíveis...). (...) O interesse principal da primeira posição está bem expresso por Pierre Bourdieu quando ele explica que a sua teoria do habitus permite "construir e compreender de maneira unitária as dimensões da pratica que frequentemente são estudadas em ordem dispersa (Bourdieu & Wacquant, 1992: 107)" (Lahire, 2002).

Outro aspeto que é refletido por Lahire na sua crítica ao *habitus* é o próprio conceito por detrás deste – as disposições. Lahire (2005) descreve este conceito como sendo o “o mais forte que eu”, são propensões ou inclinações para a agir ou pensar (incorporadas a partir das normas sociais) que são demonstradas no comportamento individual. Este autor (2005) classifica-as em disposições para a ação e disposições para crer, referindo que todos nós incorporamos uma multiplicidade de disposições para agir e também uma multiplicidade de disposições para crer (crenças) que estão intimamente ligada às normas sociais produzidas, suportadas e difundidas pelas instituições diversas com a família, a escola, os media, as igrejas e outras.

Este esquema de disposições que se constrói no conceito de *habitus* de Bourdieu está intimamente ligado à história do indivíduo (o momento em que foram internalizadas as disposições e as experiências de vida do indivíduo), tal como à posição que este ocupa na sociedade e nos campos onde este se movimenta, e na forma como são incorporadas (Ritzer, 1993; Lahire, 2005).

“As disposições do *habitus* moldam e orientam a ação humana mas não a determinam” (Swartz, 2002). Ou seja, a socialização do ponto de vista do conceito de *habitus* é um princípio orientador da ação social que incorpora nas formas de agir, sentir e pensar do indivíduo as estruturas e organização social, no entanto, não é rígido, estando associado a forma como indivíduo observa as suas experiências de vida de acordo com esta, originando assim um *habitus* individualizado que origina respostas individualizadas mas, de certa forma, previsíveis, em uma visão de movimento social constante.

Concluindo, a socialização é conceito central na Sociologia pois é através dele que se observa a forma como a sociedade (nas suas diferentes instituições e movimentos) se incorpora e molda o comportamento do indivíduo tornando-o um ser único e diferenciado. As grandes correntes teóricas da Sociologia debruçam-se, de forma inevitável, sobre este conceito, com maior ou menor ênfase, mas sempre com uma preocupação fundamental. Observou-se neste capítulo a abordagem das três correntes sociológicas ditas clássicas, da influência indelével e marcada das instituições na reprodução social, ao

individualizado conceito de “self”, passando pela socialização como um esquema de manipulação de capital e luta de poder. Na abordagem contemporânea selecionada (esquemática na figura 1) observou-se o conceito de *habitus* como a perspectiva proposta por Bourdieu ao conceito de socialização, funcionando como um esquema de disposições para agir, sentir e pensar incorporadas a partir das normas sociais que direcionam a agência do indivíduo enquanto ator social.

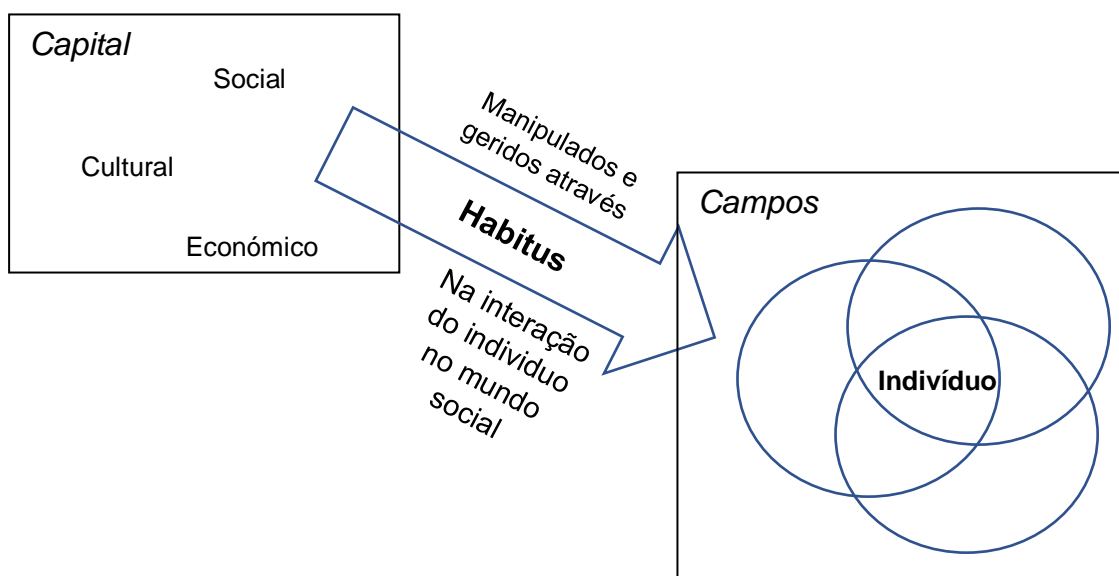


Figura 1 – Esquema explicativo da teoria da ação social proposta por Bourdieu

Este subcapítulo que aqui termina foi dedicado ao conceito e processos de socialização de acordo com diferentes perspetivas teóricas, ora clássicas ou contemporâneas, ora macro ora micro. Compreendendo agora o que é a socialização e a forma como esta decorre sob diferentes abordagens teóricas partimos para os contextos sociais onde esta ocorre, no caso deste estudo em particular, iremos debruçarmo-nos especificamente sobre o desporto. No subcapítulo seguinte o desporto será observado do ponto de vista sociológico e como contexto do processo de socialização dos indivíduos que nele se envolvem.

1.2 DESPORTO E DESPORTIVIZAÇÃO DA SOCIEDADE

“Acima de tudo, os desportos, na minha opinião, ensinam as pessoas a relacionarem-se entre si.” (Vladimir Putin, s/d)

O fenómeno desportivo movimenta atualmente milhões de euros, mobiliza milhões de pessoas em todo o mundo e é, sem margem de dúvidas, um fenómeno social e cultural de extrema importância nos dias que correm, na generalidade das sociedades.

É, também, no entanto, um fenómeno de difícil definição e conceptualização, pela sua abrangência de influência no comportamento humano. Diferentes áreas encontram no fenómeno desportivo uma área de conhecimento e intervenção de eleição – Motricidade física, Medicina, Psicologia, Sociologia, entre outras – “digladiam-se” entre si para uma melhor e mais abrangente observação dos conceitos e resultados relacionados com o Desporto.

Neste subcapítulo procuraremos entender o ponto de vista sociológico sobre o conceito de Desporto e a sua evolução dentro da disciplina Sociologia, tal como a forma complexa como se cruzam os conceitos de socialização e desporto, terminando com o esclarecimento aprofundado do desporto particular aqui estudado – o Karate-Dō.

1.2.1 Desporto, Sociologia e Sociologia do Desporto

A escolha da frase referida no início do subcapítulo não foi por acaso. O desporto é um fenómeno social por excelência. Neste estudo o Desporto ou fenómeno desportivo será observado sob o ponto de vista sociológico, isto é, a forma como influencia o comportamento das sociedades e o comportamento do indivíduo como ser social. “O desporto é uma muito proeminente instituição social em quase todas as sociedades porque combina as características

encontradas em qualquer outra instituição com o atrativo único, talvez, apenas duplicado pela religião” (Frey e Eitzen, 1991, p:503).

O desporto é, no entanto, um conceito difícil de definir.

A primeira dificuldade na definição de desporto é o conjunto de conceitos semelhantes e interligados que orbitam em redor dele. Brincadeira, jogo e trabalho são bons exemplos do que aqui se fala. “No discurso quotidiano, tendemos a utilizar palavras como ‘desporto’, ‘brincadeira’ e ‘jogo’ de forma solta, ou tratadas como sinónimos (...) no entanto, para os estudantes de estudos do desporto, a certeza de linguagem é muito importante” (Malcolm, 2008, p:238).

Woods (2015) propõe um esquema visual que permite a observação destes diferentes conceitos como um maior grau de especialização do conceito anterior (figura 2).



Figura 2 – Pirâmide do desporto (adaptado de Woods, 2015)

Huizinga inicia o seu muito influente ensaio *Homo Ludens* (1949, p.1) referindo que “brincar é mais antigo do a cultura, para haver cultura, apesar de incorretamente definida, pressupõem-se sempre uma sociedade humana, e os animais não esperaram pelo Homem para os ensinar como brincar (...) os animais brincam tal e qual como os homens”. O mesmo autor (1949, p.28)

descreve o brincar como “uma atividade voluntária executada dentro de certos limites de tempo e espaço fixos, de acordo com regras livremente aceites, mas absolutamente obrigatórias, tendo o objetivo em si mesmo e acompanhado por uma sensação de tensão, alegria e consciência de é algo diferente da vida normal”. Brincadeira, como pode ser observado, é a mais primária forma de atividade física que começa na infância e continua por toda a vida de várias formas, é “uma atividade livre que envolve exploração, autoexpressão, sonhar e fingir (...), que não envolve regras rígidas e que pode acontecer em qualquer lado (...), e onde o resultado não é importante a não ser dar prazer” (Woods, 2015, p.5).

Guttman (2004) citado em Malcolm (2008: p.238) também se debruça sobre estes conceitos, definindo o brincar como “qualquer actividade física ou intelectual não utilitária que é realizada apenas por si; isto é, o prazer está em realizá-la em vez de estar no atingir de qualquer objectivo”. Pode-se referir então que brincar é uma actividade com o fim em si próprio e não como meio para atingir algo externo como saúde, desenvolvimento do carácter ou dinheiro (Malcolm, 2008).

Podemos, sumariamente, considerar o jogo e o desporto como formas especializadas de brincadeira com regras mais formais e objetivos específicos, tal como uma ênfase no resultado.

O jogo pode ser observado como uma forma organizada de brincar.

Guttman (2004) citado em Malcolm (2008) refere que os jogos podem ser competitivos ou não competitivos, sendo que os competitivos podem ser divididos em disputas intelectuais ou físicas. Para Woods (2015) o jogo é uma forma de brincadeira que tem maior estrutura e é competitiva.

Jogo pode ser definido como, segundo Woods (2015):

- Têm claros objetivos participação, sejam eles mentais, físicos ou uma combinação de ambos;
- São governados por regras formais ou informais;
- Envolvem competição;
- Os resultados são determinados pela sorte, estratégia, capacidade ou

uma combinação destes aspetos;

- Resultam em prestígio ou status.

O desporto pode ser então entendido como uma ordem mais especializada do jogo, ou jogos como determinadas características que os tornam “diferentes”. De forma geral, os desportos são jogos, onde existindo componente intelectual, fundamentalmente são disputas físicas, ao invés de serem lutas e guerras “reais” elas são jogadas (Malcolm, 2015).

Num sentido mais estreito e fechado do conceito, Meier (1981, p.79) refere que o Desporto tem de incluir as seguintes componentes:

- Todos os desportos são jogos;
- A demonstração de capacidade física ou destreza é uma componente necessária de todos os desportos;
- Não é necessária uma elevada capacidade atlética ou excelência para os participantes se integrarem no desporto;
- Qualquer distinção postulada entre atividades motoras grosseiras e finas, como critério para distinguir os desportos dos jogos, é rejeitada como arbitrária, desnecessária e contraprodutiva;

Guttman (2004) citado em Malcolm (2008) vai de encontro a esta definição resumindo que o desporto são disputas organizadas de carácter lúdico e não utilitário nas quais a demanda física ultrapassa as componentes intelectuais.

Estas definições de desporto permitem, de certa forma, delimitar a abrangência do conceito, separando o conceito de desporto de jogo e brincadeira. Liga o conceito de desporto com jogo e com a necessidade de desempenho e proficiência física.

“Os desportos estão relacionados com atividades humanas, que não podem existir sem a integração de ações humanas e sem considerar o contexto. Se a noção de características essenciais de todos os desportos como “jogar” ou “regras” são aceites, então as características essenciais do desporto têm a ver com “jogar”, “fazer” ou “praticar” e o “movimento capaz” dos participantes. Esta última característica está ligada à “atitude” dos participantes direcionada a uma atividade particular

que é concebida por eles e se manifesta por ações não verbais ou comportamentos dos participantes” (Hsu, 2005, p:52).

Esta definição aborda um outro aspeto essencial do fenómeno desportivo. Para além dos critérios apresentados anteriormente introduz o fator “atitude”, ou seja, vontade expressa e ativa de desempenhar o papel e as atividades da prática desportiva, isto é, para além da habilidade e destreza física é necessária intencionalidade.

Sage (2015) tenta separar definitivamente o conceito de desporto de jogo, referindo que um desporto é diferente de um jogo por:

- Ter obrigatoriamente de envolver uma componente física;
- Por ser competitivo e ter resultados que, habitualmente, ultrapassam o indivíduo;
- Por ser obrigatoriamente institucionalizado, tendo grupos constituídos para supervisionar e fazer aplicar as regras;
- E por necessitar, habitualmente, de instalações e equipamento especializado.

No seguimento desta definição podemos integrar a visão de McPherson (1989) citado em Malcolm (2008) onde este refere que o desporto tem quatro características fundamentais: é estruturado/organizado; é orientado para objetivos; é competitivo; e é lúdico.

Estas características são consideradas como fundamentais para um grande número de autores, segundo Woods (2015). Este autor (2015, p.7) resume o que foi referido anteriormente definindo desporto como sendo “uma atividade competitiva institucionalizada que envolve habilidade física e instalações ou equipamento especializado, e que é conduzida de acordo com um conjunto de regras aceites e que determinam um vencedor”.

Olhando para estas definições do desporto podemos então, combinar os conceitos presentes nestas e, em suma, definir desporto, de forma objetiva e concreta, como sendo:

“Atividades competitivas institucionalizadas que envolvem esforço físico vigoroso ou o uso de habilidades físicas relativamente complexas por

indivíduos cuja participação é motivada pela combinação de satisfação pessoal com recompensas externas (Coakley, 1998, p.19)”.

A definição de desporto aqui proposta engloba, como já foi referido anteriormente, os aspetos apresentados nas outras definições, ora por um lado a associação do desporto ao jogo e à necessária capacidade e proficiência física para a sua realização, ora por outro integrando a necessária existência de uma atitude/motivação positiva por parte do atleta para desempenhar com intencionalidade as atividades da prática desportiva. No entanto, esta definição engloba ainda um outro aspeto fundamental à assunção do desporto como ele hoje se nos apresenta em termos sociológicos – a institucionalização.

A institucionalização como característica distintiva de uma atividade física poder ser entendida como desporto é algo fundamental do ponto de vista sociológico, pois assim podemos ver o desporto como uma instituição social, com consequentes regras, normas, princípios, valores e comportamentos, e consequente pertença ou não pertença de um indivíduo no grupo. Segundo Coakley (1998, p.20), “o processo de institucionalização inclui: a estandardização das regras; agências regulamentares oficiais que asseguram o cumprimento das regras; os aspetos organizacionais e técnicos da atividade tornam-se importantes; a aprendizagem das habilidades do “jogo” é formalizada”. Observando estes diferentes aspetos é simples de entender que pertencer ao grupo de quem pratica um determinado desporto é “formalizado” imediatamente na aprendizagem do mesmo, o que implica uma aquisição de modos de agir, pensar e sentir compatíveis com a pertença a esse grupo, sendo essa socialização garantida pelos agentes formais dentro da instituição desporto, ao longo do tempo que o indivíduo pertence ao grupo e pratica esse desporto.

Existe uma distinção dentro dos desportos, em ditos colectivos e ditos individuais, que é necessário aqui estabelecer para enquadrar o nosso estudo. Segundo Silva et al (2009):

- Nos desportos coletivos há o envolvimento de vários participantes em uma mesma equipa e o propósito final é comum a todos. A maioria desses desportos pode ser praticado nos mais diversos ambientes, pois

não exigem espaços físicos tão específicos para serem realizados (ex.: futebol, andebol, voleibol, etc.);

- Os desportos classificados como individuais são aqueles em que o praticante atua sozinho, dependendo basicamente de si mesmo para alcançar seus objetivos. Geralmente são praticados em ambientes estruturados e com a utilização de materiais específicos para sua realização, salvo exceções como, por exemplo, provas de atletismo, que podem ser realizadas em locais semi-estruturados (ex.: natação, atletismo, golfe, etc.).

Iniciaremos agora uma abordagem mais específica do desporto como campo da Sociologia.

A Sociologia apenas começou a observar o fenómeno do Desporto como algo sério e digno de relevo bastante recentemente na sua história enquanto ciência. Apesar dos primeiros estudos que se debruçam sobre esta temática em termos sociais remontarem ao início do século XX, apenas a meados dos anos 60 se iniciou um movimento consistente e continuado de estudo desta matéria (Malcolm, 2012). Isto é realçado por Elias e Dunning (1992: p.12) referindo que:

“Na verdade, a sociologia do desporto enquanto área de especialização e recente, embora tenha sido efectuada uma tentativa para lhe atribuir uma ancestralidade respeitável, através da referência as observações feitas por sociólogos «clássicos» como Weber. O seu crescimento foi considerável, em especial, nos Estados Unidos, Canadá e Alemanha Ocidental, desde os primeiros anos da década de 60”.

Esta “falta de interesse” sociológico sobre a temática do desporto é explicada por Malcolm (2008) como sendo derivada de três aspetos particulares: a prevalência, no Ocidente, de uma mentalidade em que a “mente” se encontra acima do “corpo”; uma visão a curto prazo da sociologia mais focada em mudar o mundo do que em o conhecer de forma geral; na priorização do interesse na produção e na economia em detrimento do lazer e das características “não económicas” da vida social. Mas, segundo Smith (2010), já não é mais necessário argumentar que o desporto é uma importante instituição na

sociedade moderna. Cordeiro (2010: p.11) é claro na sua afirmação que conclui este raciocínio apresentado, referindo que:

“O desporto nos tempos actuais é um reflexo da própria modernidade, estando associada ao surgimento de novos valores que enaltecem o lazer e o tempo livre como espaço importante para a realização humana, ou seja, tem um objectivo mais abrangente que é a participação do cidadão comum em actividades de lazer e de realização pessoal. Pode então afirmar-se que o século XXI se caracteriza por um aumento do tempo livre dos cidadãos que poderá, pelo menos em parte, vir a ser ocupado em actividades desportivas, individuais ou colectivas, formais ou informais, e que devem visaro bem-estar físico e psíquico, o equilíbrio com o meio ambiente, a integração social, ou seja, em termos globais para uma melhoria da própria qualidade de vida.”

A Sociologia do Desporto é um ramo ainda recente da Sociologia, mas com uma evolução significativa nas últimas décadas. Como refere Freitas (2000), o surgimento e o desenvolvimento da sociologia do desporto foi um pouco tardio, visto que a sua aplicação passou um pouco despercebida pelos estudiosos, entretanto, o tema avançou bastante na última década. Se inicialmente o desporto apenas foi observado de uma forma social na perspetiva das ciências do desporto e longe das correntes sociológicas dominantes (Elias e Dunning, 1992), nos anos recentes diversos representantes das ditas correntes sociológicas como Bourdieu, Stone, Costa, Ferrando, Defrance e Pociello se debruçaram sobre esta temática (Freitas, 2000). Os primeiros estudos focaram-se na teoria funcionalista estruturalista sendo seguidos de estudos assentes na corrente das teorias do conflito, no entanto, gradualmente, a abordagem ao desporto tem se alterado, sendo que atualmente a grande maioria dos estudos se enquadra no carácter de estudos culturais (Frey e Eitzen, 1991).

Este despertar tardio, mas intenso, para a temática do ponto de vista sociológico tem particularmente a ver com uma mudança na observação pós-moderna de diferentes aspetos da sociologia, tal como na evolução do próprio desporto como conceito que se integra atualmente em todas as vertentes da

sociedade (Malcolm, 2008). Esta evolução do desporto é referida por Jarvie (2006: p.18) quando aborda a temática da seguinte forma:

“É impossível compreender totalmente a sociedade e cultura contemporânea sem reconhecer o lugar do desporto. Vivemos num mundo onde o desporto é um fenómeno internacional, sendo importante para políticos e líderes mundiais serem associados a personalidades do desporto; este contribui para a economia, alguns dos espetáculos internacionais com maior visibilidade são eventos desportivos; o desporto é parte do tecido social e cultural de diferentes localidades, regiões e nações, o seu potencial transformativo é evidente em algumas das áreas mais pobres do mundo; este é importante para a indústria da televisão, do cinema e do turismo; é ainda regularmente associado a problemas e questões sociais como o crime, saúde, violência, divisão social, migração laboral, regeneração social e económica e pobreza”.

É um facto assente que o desporto se apresenta, na sociedade atual, com uma significância social gradualmente maior. Elias e Dunning (1992) referem que isto é derivado de três aspetos interligados da figuração social moderna: o facto do desporto se ter desenvolvido como um dos principais meios de geração de excitação agradável; o facto do desporto se ter tornado um dos principais meios de identificação coletiva; o facto do desporto se ter tornado na principal fonte de sentido na vida de diversas pessoas. Nesse sentido Malcolm (2008: p.241) reforça que o “desporto é socialmente significativo porque envolve as paixões das pessoas (busca da excitação) e tornou-se uma característica central na forma como muitas pessoas nas sociedades ocidentais constroem e expressam a sua identidade”.

“O desporto é considerado, como outras instituições sociais, um microcosmo da sociedade” (Frey e Eitzen, 1991, p:504). Ou seja, antes de mais, podemos observar o desporto como uma instituição social no sentido atribuído por Giddens (2006: p.381) em que uma instituição social pode ser vista como “o cimento da vida social. Ela fornece os arranjos de vida básicos que os seres humanos trabalham nas suas relações com os outros e pelo meio dos quais a continuidade é atingida através das gerações”. Craig e Beedie (2008) referem

que instituição social são práticas sociais que são regular e continuamente repetidas, legitimadas e mantidas pelas normas sociais, sendo as normas sociais formas de comportamento que são usualmente aceites como corretas e próprias pela maioria dos membros da sociedade.

Este ponto de vista é aprofundado por Frey e Eitzen (1991) quando dizem que o desporto proporciona a oportunidade de estudar formas altamente cristalizadas da estrutura social que não são encontradas em outros sistemas ou situações. “Dentro de qualquer sociedade existem regularidades e padrões de comportamento reconhecíveis, e o desporto é um excelente exemplo disso mesmo” (Craig e Beedie, 2008: p.18). Elias e Dunning (1992) também consideram que o desporto tem uma função “des-rotinizante”, fundamental nas sociedades modernas altamente rotinizadas e civilizadas, permitindo a libertação dos constrangimentos emocionais do quotidiano, no entanto, esta libertação é também sujeita a regras e controlo social.

Em suma, como instituição social de relevo, o desporto tem a capacidade de influenciar diferentes aspetos da sociedade que geram diferentes tipos de capital - económico, social e cultural – tal como nas questões de género, do corpo, do poder e da globalização, entre outras (Malcolm, 2008).

É, como tal, inegável a relação entre o desporto e a socialização.

1.2.2 Socialização através do desporto

Está profundamente enraizado na nossa sociedade atual que praticar desporto, para além dos benefícios físicos e para a saúde, está ligado à aquisição e transmissão de valores, princípios e comportamentos sociais desejáveis.

Cada vez mais, observamos que a prática desportiva é fomentada desde a primeira infância, tanto dentro da escola como fora desta, em clubes e instituições desportivas. No entanto será que o desporto tem realmente uma importância socializadora significativa, com reais resultados futuros? E, se tem,

de que forma esta opera? Estas são as duas questões que se procurará responder nesta secção do trabalho.

Socialização através do desporto pode ser, sumariamente, definida como “o processo em que, através de um envolvimento individual no desporto, ensina e reforça conhecimento, valores e normas que são essenciais para participar na vida social” (Craig e Beedie, 2008, p. 93). Pode ainda ser observada como: “o modo como a cultura desportiva, uma vez adquirida, facilita ou proporciona ao desportista mecanismos e recursos para se integrar de um modo eficaz e positivo no seio da sociedade” (Ferrando, Otero e Barata, 2013: p.92).

Socialização no e através do desporto é responsável pelo papel do desporto em cada sociedade (Baciu e Baciu, 2015). É inevitável afastar o conceito de desporto da sociedade onde este se insere, pelo que é considerado como uma instituição social nas sociedades atuais.

Se considerarmos o desporto como uma arena de comportamentos padronizados, estruturas sociais, e relações inter-institucionais (Frey e Eitzen, 1991, p: 504), podemos compreender que “começar o envolvimento e manter-se envolvido no desporto ocorre em conexão com os processos de tomada de decisão e formação da identidade” (Coakley, 1998, p.113).

Se tomarmos em consideração que socialização pode ser definida como um complexo processo pelo qual os indivíduos, em interação com os outros, acumulam habilidades, conhecimentos, valores, normas, atitudes e padrões de comportamento desejáveis para a sua existência na sociedade em que se inserem, facilmente percebemos o papel do desporto na socialização (Baciu e Baciu, 2015). Na verdade, cremos que é impossível dissociar a prática desportiva da aquisição de valores morais, como já foi observado anteriormente, sendo reforçada esta ideia quando entendemos que:

“a prática desportiva remete necessariamente para um código moral, para toda uma série de valores que, no seu sentido restrito, tendem a reforçar os valores dominantes da sociedade complexa dos nossos dias. Ainda que a socialização num desporto remeta para a aprendizagem real do desporto propriamente dito, sem que em principio

se tenha de delimitar a utilidade do desporto fora do âmbito desportivo” (Patrikson, 1996: p.133, citado em Ferrando, Barata e Otero, 2013: p.92).

Culturalmente, acredita-se que a praticar um desporto pode ensinar valores adequados à vida em sociedade, tais como; a disciplina e o respeito pelo outro, tal como a apreciação pelo trabalho árduo, competição e obtenção de objetivos (Frey e Eitzen, 1991, p:504); autocontrolo, reconhecimento da autoridade e conformidade com as regras (Coakley, 2011); estabelecimento de relações amigáveis, não discriminativas e uma melhoria do nível de bem-estar (Baciu e Baciu, 2015).

O desporto origina inevitavelmente múltiplas formas de desenvolvimento incluindo a socialização/ressocialização, revitalização da comunidade através da melhoria das ligações humanas e o compromisso com os outros (Giulianotti, 2004).

No entanto, tanto Frey e Eitzen (1991) como Coakley (2011) alertam que a pesquisa existente permite poucas generalizações acerca dos padrões de desenvolvimento carácter e padrões de comportamento em conexão com a participação no desporto, existindo pouca evidência da contribuição do desporto para o processo de socialização.

O desporto em si pode não realizar socialização, no entanto, a participação no desporto exige certos valores, atitudes, padrões de comportamento dos indivíduos, sem os quais estes ou não iniciam a participação no desporto ou desistem desta. Frey e Eitzen (1991, p.507) refere que “é conclusão abrangente entre os sociologistas do desporto que quando um aparente efeito de socialização (por intermédio do desporto) é encontrado este é, na realidade, resultado de um processo de seleção que atrai e mantém os indivíduos que já possuem os valores e os traços de comportamento exigidos para se manterem no desporto”.

Coakley (1998) reforça este ponto referindo que as alterações positivas no carácter e comportamento do indivíduo estão associadas ao seguinte:

- Aumento de oportunidades de testar e desenvolver novas identidades;

- Aumento de conhecimento do mundo e de como funciona;
- Novas experiências para lá do desporto;
- Formação de novas relações para lá do desporto;
- Lições claras de como as experiências desportivas podem ser usadas como base para lidar com desafios fora do desporto;
- Expansão de como os outros definem, vêm e lidam com a pessoa (mais do que um atleta);
- Expansão das oportunidades de desenvolver competência e tornar-se responsável em atividades para lá de praticar desporto.

Apesar disto, Frey e Eitzen (1991) referem também que após o indivíduo estar integrado no desporto algum processo de socialização acontece por forma a perpetuar neste os valores, atitudes e padrões de comportamento que o permitam manter-se conetado e a participar no desporto.

Coakley (1998), no entanto, observa que o processo de socialização ocorre em conexão com o desporto tal como com outras atividades e experiências na vida das pessoas: “A participação no desporto ocorre em conexão com outros processos sociais relacionados com a idade, classe social, género, deficiência ou ausência desta, e raça/etnicidade” (Coakley, 1998, p.113). Pelo que não deve ser dissociada a prática desportiva dos restantes aspetos socializadores da sociedade, deve ser entendido como “apenas mais um” aspeto socializador. Isto mesmo é reforçado por Frey e Eitzen (1991) quando referem que participação no desporto tem de ser considerada como mais um agente de socialização do indivíduo dentro dos processos e instituições sociais em que este se insere. É óbvio que quando um indivíduo vive parte da sua vida integrado ou em redor do desporto, o seu carácter e comportamentos estarão relacionados, de alguma forma, com a participação no desporto (Coakley, 1998). Ferrando, Otero e Barata (2013: p.92) resumizam os aspetos referidos anteriormente quando referem:

“ainda que a socialização no desporto remeta para a aprendizagem real do desporto propriamente dito, sem que em principio se tenha de delimitar a utilidade do desporto fora do âmbito desportivo, o certo é que se trata de uma distinção mais analítica que não é fácil de manter na

realidade, na medida em que (...) a socialização é um processo contínuo, e as experiências e aprendizagens de determinada época da vida tendem a influenciar as fases posteriores da vida dos indivíduos”.

A integração num grupo de prática desportiva pode ser observada como um ato deliberado de construção de identidade (Donnelly e Young, 1988). Esta construção de identidade envolve a integração na subcultura do desporto em causa. Esta integração em diferentes subculturas desportivas reflete-se na adoção “dos seus maneirismos, estilos de roupa, padrões de comportamento, etc.” Malcolm (2008: p.232). Ferrando, Otero e Barata (2013) referem que integrar a subcultura de uma prática desportiva transmite valores a quem nela está envolvida, nomeadamente: a competência; progresso e espírito de superação; trabalho árduo e constante; igualdade; justiça; e saúde.

Donnelly e Young (1988: p.237) observam que este envolvimento numa determinada subcultura desportiva é um processo dinâmico, de avanços e recuos, sujeito a mecanismos apertados de controlo social, isto é:

“socialização é um processo contínuo, envolvendo construção/reconstrução continuada da identidade e continuada confirmação/reconfirmação dessa identidade pelos outros membros da subcultura”.

Este processo é também considerado por Jarvie (2006) como fundamental na observação do desporto enquanto construtor da identidade, quando considera que a identidade desportiva está ligada a subculturas, a processos simbólicos que decorrem no e em redor do desporto e à busca do reconhecimento dentro do grupo.

É indiscutível, nesta fase, a relação íntima existente entre o desporto e a cultura (através das subculturas) e, conseqüentemente, com as questões simbólicas e os rituais.

As questões rituais do desporto só reforçam o seu carácter profundamente cultural. Pode assumir-se que um ritual:

“É uma faceta da cultura que se apresenta com a dimensão simbólica das atividades sociais que não são especificamente de natureza técnica.

A técnica tem consequências materiais previsíveis e calculáveis; o ritual, em troca, é uma manifestação simbólica sobre algo relacionado com os indivíduos que intervêm na ação. Nesse sentido o ritual pode ser não religioso, sagrado ou profano. Não é mais que uma atividade regulamentada que transmite alguma mensagem social importante sobre a estrutura e coesão de um grupo determinado” (Freitas, 2000: p.44).

Sucedem que a prática desportiva, seja ela qual for, está recheada de símbolos e comportamentos simbólicos, gestos e momentos da prática que significam muito mais do que aquilo que representam, funcionando através de um código pré-determinado que os participantes na atividade desportiva conhecem e reproduzem. “Observando a extensa gama de gestos que se realizam nos desportos, cada um deles possui um código particular, através do qual os espectadores e praticantes do mesmo se entendem sem necessidades de palavras” (Freitas, 2000: p.45). Ferrando, Otero e Barata (2013) reforçam esta afirmação referindo que a linguagem desportiva ostenta um universo de símbolos (bandeiras, emblemas, gestos, hinos, cânticos ou sons) que se expressam por determinados significados.

Resumindo, a prática desportiva está assente num código moral, com um determinado conjunto de valores, que tendem a reforçar os valores dominantes da sociedade complexa dos nossos dias, que se transmite por uma série de mecanismos de socialização e pela transmissão de diversos símbolos e sinais exclusivos que se estendem para lá da prática desportiva (Ferrando, Otero e Barata, 2013).

O desporto está então profundamente relacionado com os aspetos da identidade, da reprodução social e da cultura, manifestando-se esta relação pela integração em subculturas, na aquisição de valores, princípios morais e padrões de comportamento, tal como na incorporação de um código simbólico de interação que se manifesta por rituais, muito comuns na prática desportiva. Resumindo assim os aspetos explorados anteriormente é relativamente simples ligar o desporto à teoria proposta por Bourdieu. Esta ligação é tão óbvia que o próprio autor se debruçou sobre o desporto como instituição de relevância na sua análise da sociedade.

Apesar das críticas que foram lançadas ao longo do tempo à teoria de Bourdieu por ser demasiado rígida e orientada para a reprodução social baseada na classe, reduzindo a importância da mudança social e de outros aspetos da sociedade, é inegável a sua contribuição, importância e influência no estudo do desporto do ponto de vista sociológico (Giulianotti, 2004b).

Bourdieu (1988) também se refere ao desporto, tal como foi observado anteriormente, como um sistema de práticas estruturadas que, apesar de constituírem um espaço social relativamente autónomo, não é estanque e influencia e é influenciado pelos outros espaços que o rodeiam. Resumindo a posição de Bourdieu sobre a forma como o desporto pode ser observado do ponto de vista sociológico, Giulianotti (2004b: p.171) refere que:

“As culturas desportivas e práticas continuam a ser moldadas pelos agentes humanos dispondo das suas variadas reservas de diferentes tipos de capital, na construção habitus de classe e género que têm caracterizado o campo das práticas desportivas”.

Olhando para o género como aspeto caracterizador do *habitus*, tradicionalmente identifica-se o pai como sendo o agente socializador do *habitus* desportivo (Ferrando, Barata e Otero, 2013: p.93). Isto sucede-se porque o modelo desportivo está baseado tradicionalmente na força, no brio e na coragem necessária para enfrentar a dureza e vigor das exigências da competição. O panorama desportivo está sobrecarregado de alusões aos atributos masculinos, como sinal de força e virilidade. A imagem e ação do pai, e em defeito por outros homens, têm canalizado a incorporação destes esquemas intensamente masculinizados (Ferrando, Barata e Otero, 2013: p.93).

Observando a classe como esse aspeto diferenciador o próprio Bourdieu (2006) refere alguns destes exemplos como os clubes chiques em redor de algumas atividades seletivas e raras como o golf, polo, caça ou vela. Estes clubes têm regras formais apertadas de forma a garantir a exclusividade do clube associada a classes sociais mais elevadas, em que só uma particular combinação de capital económico e cultural permitirá a aplicabilidade para entrar no *habitus* específico (Giulianotti, 2004b).

Para Bourdieu (1988: p.157), “a distribuição diferencial das práticas desportivas é o resultado da relação entre dois espaços homólogos, o espaço de práticas possíveis, a oferta, e o espaço das disposições para a prática, a oferta”. Para este, o espaço das disposições desportivas é, como dimensão do sistema de disposições (*habitus*), relacionalmente e estruturalmente determinado, tal como as posições às quais estas correspondem e que se encontram definidas, na particularidade das suas especificações, pelo estado presente da oferta (que tanto oferece a necessidade para elas, tal como oferece a possibilidade efetiva para a sua realização). Em suma, “o desporto forma uma estrutura, ou melhor, um *habitus*” (MacAloon, 1988).

Daqui decorre que um indivíduo que se envolve numa prática desportiva (que entra no campo dessa prática desportiva) assume um conjunto de predisposições, tendências, propensões ou inclinações que moldam um conjunto de práticas sociais, relacionadas com os campos homólogos e adjacentes, no entanto distintivas, que explica essas mesmas práticas. Esta ideia sustenta este estudo.

Em seguida, serão explicitados os aspetos distintivos do Karate-Dō enquanto atividade desportiva, nomeadamente o conceito de Budō enquanto matriz filosófica, tal como a evolução do Karate-Dō enquanto prática desportiva moderna e global.

1.2.3 Karate-Dō: um desporto...

Karate-Dō surge da junção de três caracteres japoneses (Funakoshi, 1988):

- O primeiro - "Kara" - com o significado de "vazio" (não utilização de objetos e armas que não o corpo do karateca);
- O segundo - "Te" - significa "mãos" (como principal "ferramenta" de treina do karateca);

- O terceiro - "Dō" - que significa "caminho" (no sentido espiritual de construção e aperfeiçoamento do carácter do praticante).

Em conjunto, pode-se então traduzir o nome da arte marcial como "caminho das mãos vazias".

Este "caminho das mãos vazias" (Karate-Dō) é uma arte marcial de origem japonesa, mais concretamente do arquipélago de Okinawa. Pode ser descrito como uma arte de autodefesa com mãos vazias, em que os braços e pernas são treinados de forma sistemática e pela qual um inimigo que realize um ataque de surpresa pode ser controlado com uma demonstração de força equivalente ao se utilizarem armas verdadeiras (Nakayama, 1983). O mesmo autor (1983) reforça ainda que todos estes exercícios são realizados de forma perfeitamente controlada e intencional pelo karateca (praticante de Karate-Dō). Tendo estes aspetos Habersetzer (2003) observa o Karate-Dō de uma forma mais ampla e filosófica, referindo que é o conjunto de gestos de combate desarmado, com raízes chinesas, de Okinawa e japonesas (onde foi criado) cujo objetivo é aprender o gesto e atitude "certos" para se comportar no campo de batalha, hoje em dia no dojo, ou simplesmente na vida quotidiana.

"A génese do Karaté até ao século XIX é um produto de várias influências culturais possíveis num centro insular do extremo oriente, num determinado momento histórico" (Figueiredo, 2006, pp.279). Estas influências deveram-se maioritariamente à posição geográfica e aos contactos económicos entre a população das ilhas de Okinawa e as populações dos países vizinhos - Japão, China e Coreia.

Não há um "pai fundador" no Karate-Dō do ponto de vista horizontal ao contrário do normalmente difundido e mesmo referenciado, a evolução do Karate-Dō é resultado de uma série de movimentos integrados de vários intervenientes (Figueiredo, 2004).

As origens do Karate-Dō são pouco claras:

"Ninguém sabe quando o Karate surgiu pela primeira vez no arquipélago de Okinawa (...), por ser mantido em segredo e longe dos estrangeiros, e não existirem registos escritos que possam dar essa informação" (Funakoshi, 1988, pp. 18).

No entanto, as primeiras referências a uma arte marcial nas ilhas de Okinawa são de origem chinesa, associadas ao desenvolvimento do kempo (Figueiredo, 2006) na Idade Média. Estas artes marciais e de combate sofreram uma evolução considerável devido às duas proibições do uso de armas que existiram na sua história (Funakoshi, 1988), nomeadamente a que se seguiu à conquista pelo clan Satsuma no século XV (Figueiredo, 2006). Esta proibição levou a que o Karate-Dō primitivo se desenvolvesse em segredo, originando diversas metodologias e "linhas" de treino individualizadas para cada grupo restrito de mestre e alunos. E isto ocorreu desta forma até ao período da "restauração Meiji" no final do século XIX.

Foi por esta altura de revolução cultural no Japão, que passou de um estado feudal e isolado para um estado moderno e aberto ao mundo, que começou a verdadeira institucionalização do Karate-Dō (Figueiredo, 2006). O Karate-Dō foi integrado no sistema educativo de Okinawa, como atividade física, na viragem do século XIX para XX:

"Os exames físicos obrigatórios pelos médicos escolares e militares fizeram identificar que "os membros e corpos dos estudantes e soldados que praticavam Karate eram visivelmente muito mais desenvolvidos e equilibrados do que os dos outros e, por fim, em 1901 ou 1902, o Sr. Shintaro Ogawa, como Inspector escolar, recomendou o Karaté ao Ministro da Educação e imediatamente depois, foi oficialmente adoptado como parte do currículo na "prefectural Male Educational School" e na Primeira Escola Média da Prefeitura." (Funakoshi, 1935).

A metodologia de treino inspirada no ambiente militar foi também introduzida nesta altura. Yabu (aluno de Itosu), devido à sua experiência como sargento do exército japonês, introduziu "ensino massivo de estilo comando que marca a forma extremamente organizada dos treinos colectivos que ainda hoje se observa facilmente em alguns *dojo* de Karaté" (Figueiredo, 1994).

No início do século XX, com a figura de Jigoro Kano¹, as artes marciais começaram a ter outro tipo de destaque no Japão.

¹- Jigoro Kano (1860-1938): educador e reformador japonês, reconhecido como o fundador do Judō. Observou, ajudou a reformar o Karate-Dō (integrando o sistema de graduação por si criado Dan-Kyu, o uniforme e o nome sufixo Dō), integrando-o no Dai Nippon Butoku Kai (organização das artes marciais tradicionais do Japão), sob a sua gestão.

Este, para além de implementar o Judo como desporto nacional, "abriu as portas" para as chamadas "artes marciais tradicionais", e assim integrá-las na sociedade japonesa da mesma forma que o Judo. É neste contexto que surgem as figuras principais que permitiram a transição do Karate-Dō da ilha de Okinawa para o

Japão, e reconhecidos pela generalidade dos praticantes como os "pais" do Karate-Dō moderno.

A partir deste momento, e seguindo o exemplo do Judo, o Karate-Dō evoluiu e massificou-se sobretudo apoiado nas universidades, como disciplina de educação física.

O primeiro clube universitário surgiu em 1924 na Universidade de Keio, e a:

"massificação característica desta primeira expansão pelo "continente" nipónico culmina com o reconhecimento oficial do Karaté como uma das artes marciais Japonesas e fundação do Ramo de Okinawa no Dai Nippon Butokukai (instituição criada para o reconhecimento do Budō e das artes marciais tradicionais japonesas no final do século XIX, sendo ainda a maior autoridade do mundo neste aspeto) em 1933, sendo em 1936 que o termo Karate-Dō passa a ser oficialmente utilizado para designar a arte marcial nacional de Okinawa" (Figueiredo, 1994).

A 2ª Guerra Mundial estagnou o desenvolvimento do Karate-Dō. Alguns dos principais mestres retiraram-se. Com os principais alunos destes a serem chamados a cumprir serviço militar, de onde muitos não regressam, e a destruição dos principais *dojo*, instala-se um vazio no desenvolvimento do Karate-Dō.

"Dos muitos instrutores de Karaté no Japão durante os anos 30, apenas alguns - notavelmente Kokyu Konishi e Shinjun Otsuka - ainda se devotaram ao Karaté-do após a Guerra. As razões da falta de instrutores podem ser atribuídas à breve história do Karaté no Japão, aos estragos causados pela Guerra, e há descontinuidade dos treinos de Karaté provocada pela Guerra." (Tokitsu, 1994, citado por Figueiredo, 1994).

O pós-guerra gerou então um campo de oportunidades para uma mudança na abordagem ao treino do Karate-Dō. Os "novos" mestres (originários dos clubes universitários), como Otsuka, Yoshitaka Funakoshi e Egami, surgiram com visões diferentes dos "velhos" mestres, desenvolvendo do *kumite* (combate ritualizado) como forma de teste das aptidões do karateca, ao invés do mero desenvolvimento do *kata* (conjunto estruturado e ritualizado de técnicas). Este foi o primeiro passo no desenvolvimento da competição desportiva no Karate-Dō. "Apesar das críticas perante o afastamento físico, técnico, tático, psicológico e cultural da nova forma de praticar em relação à antiga, era agora o tempo do Karaté se aproximar do fenómeno competitivo institucionalizado" (Figueiredo, 2004, pp. 368).

Em 1957 surgem os primeiros campeonatos japoneses de Karate Shotokan (Figueiredo, 1994). Em 1962 é fundada a Japan Karate Federation (JKF) juntando os diferentes estilos na mesma instituição, acontecendo os primeiros campeonatos do Japão de Karate-Dō em 1967 (Herraiz, 1989, citado em Figueiredo, 1994).

O final da guerra e a ocupação americana do Japão originou com muitos militares americanos se interessassem pela prática de artes marciais, entre elas o Karate-Dō. "No final da guerra, durante a ocupação, um grande número de soldados americanos começou a visitar-me e a pedir-me para lhe ensinar Karate" (Funakoshi, 1975). Em 1946, Robert Trias introduz o Karate-Dō nos Estados Unidos da América, tornando-se o primeiro ocidental a fazê-lo (Corcoran e Farkas, 1988, citado em Figueiredo, 1994) e nos anos 50 Henri Plée começa a trazer japoneses para ensinar na Europa:

"A institucionalização da expansão mundial do Karaté inicia-se em 1966 com a fundação da EKU (European Karatedo Union), tendo lugar em Paris os primeiros campeonatos Europeus de Karaté. Em 1970, em Tóquio, funda-se a WUKO (World Union of Karatedo Organizations) e decorrem os primeiros campeonatos mundiais de Karaté."
(Figueiredo, 1994)

O Karate-Dō era por esta altura uma arte marcial global. Funakoshi (1975) referia já em 1956 que:

"o Karate-Dō, que na minha infância, era uma atividade clandestina em Okinawa, finalmente se tornou uma das artes marciais do Japão antes de ganhar asas e voar para a América. Agora é conhecido em todo o mundo."

A institucionalização do Karate-Dō pelo mundo evoluiu. A World Karate Federation (WKF) foi fundada no início dos anos 90, como resultado da evolução da WUKO, contando atualmente com federações nacionais formais em 188 países em todo o mundo, com um número de praticantes estimado a rondar os 100 milhões, conseguindo que o Karate-Dō integre o programa olímpico já em 2020, em Tóquio.

Em Portugal, tal como em toda a Europa, o crescimento inicial do Karate-Dō encontra-se definitivamente relacionado com o desenvolvimento da institucionalização do Judo. Foi por intermédio de Corrêa Pereira que a primeira arte marcial de origem japonesa surgiu em Portugal - o Judo, na sua Academia de Judo, mais tarde, Academia de Budō (espaço de treino da União Portuguesa de Budō) (Figueiredo, 2006). No entanto, foi Pires Martins, um praticante de Judo de Corrêa Pereira, o primeiro que se dedicou ao Karate-Dō. Patrão (2009, pp.11) confirma este facto numa passagem:

"o Dr. João Luis Franco Pires Martins, que se inscrevera na Academia como simples judoka, mas que se deixou entusiasmar pela primeira demonstração de Karate-Dō feita em Portugal, no dojo da Rua de S. Paulo, em 1959. Tão grande foi o seu entusiasmo que, em 1963, depois de alguns estágios feitos em França, já introduz o ensino regular dessa arte, de que se tornou grande divulgador, no novo dojo de Entrecampos."

Simbolicamente o Karate-Dō "nasceu" em Portugal no dia 10 de setembro de 1963 com a graduação a cinto negro (1.º Dan) de Pires Martins, que permitiu que este iniciasse a introdução de classes de Karate-Dō na Academia de Budo (Figueiredo, 2006).

Figueiredo (2006) divide a evolução da institucionalização do Karate-Dō em Portugal em 4 fases:

- Período UBU (União Portuguesa de Budo - Academia de Budo) (1963-1972);
- Período CDAM (Comissão Diretiva de Artes Marciais) (1972-1987);
- Período FPK-FPKDA (Federação Portuguesa de Karaté / Federação Portuguesa de Karaté-do e Disciplinas Associadas) (1985-1992);
- Período FNK-P (Federação Nacional de Karaté - Portugal) (1992-presente).

O primeiro período embrionário do Karate-Dō em Portugal começa na citada Academia de Budo. "A Academia de Budo é na realidade o berço do Karate em Portugal" (Patrão, 2009, pp. 35). Começou por ser praticado junto do Judo e defesa pessoal. "O ensino do Karate era feito durante as aulas de judo e nem sempre" (Patrão, 2009, pp. 36), com base num livro e num filme existente na época, e sob a orientação de Pires Martins. Apenas em 1965 o Karate-Dō passou a ser ministrado de forma independente.

Nesta fase, as artes marciais eram da exclusiva responsabilidade da União Portuguesa de Budō, na instituição da Academia de Budō, que era rigorosamente controlada pelo Ministério do Interior e Ministério da Defesa, visto serem consideradas "de uso militar". Entre 1965 e 1966 a prática de Karate-Dō expandiu-se para o Porto de forma independente, sendo nessa altura regulada pela UBU, com a "homologação" do Dojo por parte de Pires Martins. Seguindo-se a estas expansão, vários outros grupos de formaram.

No final dos anos 60 e início dos 70 os "mestres" e alunos mais velhos portugueses procuraram ativamente adquirir novos conhecimentos, reforçando o conhecimento técnico, tanto em estágios no exterior como "chamando" mestres japoneses a Portugal (Figueiredo, 2006).

No seguimento desta primeira massificação da prática do Karate-Dō em Portugal foi regulamentado pela tutela através da criação da "Comissão Directiva das Artes Marciais" em 1972, retirando a responsabilidade da supervisão do Karate-Dō em Portugal da UBU (Figueiredo, 2006).

Este novo período do Karate-Dō português é marcado por uma evolução imparável em termos de massificação e evolução técnica dos mestres e alunos,

mas também por uma separação por estilos, opções e "gostos", que originou uma confusão institucional motivada por diferentes perspetivas. Os diferentes contatos dos alunos mais velhos da época, baseados na falta de conhecimentos disponíveis, levaram à introdução de todos os estilos de Karate-Dō em Portugal gradualmente, tal como à formação de diferentes núcleos associativos em todo o país e nas colónias (Figueiredo, 2006).

Após o 25 de Abril de 1974, as cisões tornam-se ainda mais evidentes, com a formação de diferentes grupos resultantes dos grupos primitivos associados ao estilo de treino de Karate-Dō. Estas cisões originaram ainda mais um descrédito sobre qualquer organização tutelar do Karate-Dō, tal como dificultaram a comunicação entre os envolvidos, passando a evolução do Karate-Dō a decorrer de forma individual dentro de cada grupo específico.

É neste clima de confusão que surgem duas federações nacionais de Karate-Dō. A primeira designou-se de Federação Portuguesa de Karaté (FPK), e a segunda de Federação Portuguesa de Karate-Dō e Disciplinas Associadas (FPKDA). No entanto, o caminho para a criação de um movimento federativo consolidado estava lançado (Figueiredo, 2006), sobretudo após a extinção da CDAM. A partir de 1990, ambas as federações estabelecem um acordo e começam a trabalhar em conjunto, abrindo portas à criação da Federação Nacional de Karaté - Portugal (FNK-P) em 1992 (FNK-P, 2014).

Este novo órgão, apesar se ter pautado por uma grande instabilidade diretiva inicial derivada exatamente das resistências existentes pelos diferentes grupos, conseguiu começar um trabalho consolidado de criação de quadros técnicos e regulamentos (Figueiredo, 2006). No entanto, a partir de 2005, em conjunto com a estabilidade diretiva a FNK-P ampliou o trabalho na promoção e organização do Karate-Dō em Portugal, sendo hoje a referência inequívoca para todos os praticantes de Karate-Dō independentemente do estilo, linha ou opção técnica tomada. Culminou ainda com resultados desportivos interessantes para o país, tal como a organização de provas internacionais de relevância, tal como o Europeu de Juniores, em Lisboa, em 2014.

Hoje em dia, a FNK-P agrega em seu redor cerca de 85 Associações desportivas, com mais de 16000 praticantes, 1300 treinadores e 300 árbitros,

tendo um crescimento anual em número de sócios superior a 10% (FNK-P, 2014).

Métodos de Treino

No Karate-Dō, ao contrário da maioria dos desportos, existe uma grande diversidade na abordagem ao treino, sendo esta uma razão de afastamento ao invés de aproximação dos praticantes. "No Karate-Dō, o desenvolvimento institucional em torno do mesmo nome generalista não é maioritariamente aglutinador, mas sim separador" (Figueiredo, 2006, pp. 304).

As diferentes abordagens ao treino são tão antigas como o próprio Karate-Dō derivadas do secretismo em que era praticado, razão que levava os diferentes mestres de diferentes zonas a ter abordagens distintas. Cada abordagem é designada de estilo. Estes estilos não são mais do que o treino de Karate-Dō baseado em diferentes enfoques, mas com o mesmo objetivo e utilização de mesmas técnicas. Funakoshi (1943, citado por Figueiredo, 2006, pp. 304) afirma que à simples pergunta sobre o número de estilos que existem no Karaté, uma resposta simples é muito difícil: "eventualmente porque o Karaté se fundamenta no profundo carácter pessoal, pode-se dizer que todo o Karateca tem o seu próprio Karaté".

Oficialmente, são considerados pela WKF quatro estilos, sendo os mais praticados no mundo, a saber:

- *Shotokan* - desenvolvido a partir da abordagem de Gichin Funakoshi;
- *Goju-ryu* - desenvolvido a partir da abordagem de Chojun Miyagi;
- *Shito-ryu* - desenvolvido a partir da abordagem de Kenwa Mabuni;
- *Wado-ryu* - desenvolvido a partir da abordagem de Hironori Otsuka.

Estes estilos modernos de Karate-Dō foram oficialmente criados nos anos 30 e desenvolvidos no pós-guerra aquando na grande massificação do Karate-Dō, primeiro pelo Japão e depois pelo mundo.

Em 1943, Funakoshi (citado por Figueiredo, 2006, pp. 305) refere "os únicos estilos com linhagem com o passado são o *Goju-ryu* do Mestre Miyagi e o *Shito-ryu* do Mestre Mabuni. Eu nunca dei um nome ao Karate que estudo, mas alguns dos meus alunos denominam-no *Shotokan-ryu*". O *Wado-ryu* surgiu a

partir do *Shotokan*, sendo Otsuka um dos primeiros alunos de Funakoshi, tendo divergido deste nos anos 30.

Esta breve abordagem aos estilos serve apenas para ilustrar a diversidade existente dentro do Karate-Dō e servir como "porta de entrada" para a mais recente divisão dentro dos praticantes de Karate-Dō: competitivo e tradicional.

Esta "separação" surgiu logo nos anos 50, quando o fenómeno da competição desportiva emergiu no panorama do Karate-Dō, com a Japan Karate Association e os primeiros campeonatos de Karate (Figueiredo, 2006), e evoluiu com a ocidentalização deste. Apesar de não ser uma divisão formal, existe entre os praticantes de Karate-Dō esta noção de diferença conforme a orientação do treino. Esta orientação de treino ou objetivo podem ser enquadrados como:

- Desportivo: participação em competição institucionalizada, com enfoque na melhoria do desempenho físico e técnico com base nas modernas metodologias de treino, tendo como objetivo a melhor performance desportiva;
- Tradicional: afastamento da competição desportiva institucionalizada através do treino baseado no desenvolvimento técnico e espiritual dos atletas com base nas metodologias de treino tradicionais, com o objetivo do aperfeiçoamento gradual do carácter do atleta.

O treino competitivo tem sofrido um largo incremento e uma evolução rápida nos últimos anos com a aspiração do Karate-Dō a desporto olímpico (WKF, 2015), não só em termos de regulamentação, mas também em termos de metodologia de treino e exposição mediática. O treino tradicional mantém-se como uma resistência a este tipo de evolução, procurando a noção de "verdadeiro" Karate-Dō que o treino competitivo "desvirtualiza", baseado em valores espirituais e no "treino para a vida", procurando regressar à essência dos grandes mestres do passado.

Michael Clarke (2009, pp.4) ilustra bem esta divergência:

"O treino tradicional de Karate foi sempre acerca de levar a melhor sobre a nossa própria negatividade e o regresso da nossa natureza ao estado de equilíbrio. É a luta interna com o nosso sentido de eu, enquanto a aprendizagem da arte marcial continua, que trás a dupla recompensa de enriquecimento intelectual e aquisição das competências

físicas necessárias para a nossa autodefesa. O Karate moderno tem tendência para buscar a luta, longe do eu e direcionado para os outros; Karate, para muitos hoje em dia, tornou-se uma luta externa (física e até económica) com todos os que o rodeiam."

Estas diferenças são também bem distinguidas por Cynarky e Lee-Barron (2014: p.11), onde referem:

"Antes de mais, nas artes marciais, a axiologia é diferente daquele encontrada no desporto. No desporto, o principal objetivo é marcar, ganhar a competição. Nas artes marciais encontramos objetivos bem mais inspiracionais, com tendência para se concentrar no desenvolvimento psicofísico da personalidade e na tarefa de se tornar melhor pessoa no geral. É questionada a co-existência do desporto com as artes marciais tradicionais, sem detrimento de ambas".

Estas diferentes abordagens ao treino não são, no entanto, mutuamente exclusivas. Aliás, mais recentemente vários documentos promovem uma "fusão" entre as duas abordagens. A Federação Canadiana de Karate (Karate Canada) emitiu em 2009 um documento bem elucidativo desta nova perspectiva, designado de "Karate for Life - Karate Canada's Long Term Athlete Development Model". Nesta proposta, para além de ser considerado fundamental, o desenvolvimento ético-espiritual do atleta que pratica competição desportiva institucionalizada, é proposta uma metodologia de treino físico e técnico gradual consoante o desenvolvimento do indivíduo em termos físicos, cognitivos e sociais para uma melhor performance desportiva (dividido por idades), no entanto o treino "tradicional" é promovido para todas as idades como forma de atividade física, especialmente para aqueles que terminam a sua carreira competitiva (Karate Canada, 2009).

É evidente que o resultado e a alta performance desportiva têm um enorme impacto social pelo que o Karate-Dō para evoluir na sua aspiração olímpica tem de evoluir neste aspeto. No entanto, as artes marciais orientais têm uma forte componente tradicional e espiritual que não deve ser descurada, portanto a não manutenção de treino "tradicional" irá desvirtualizar a essência espiritual (conceito de Budo) do Karate-Dō.

Perspectiva filosófica - Budō

A palavra Budō é um elemento central de qualquer arte marcial de origem japonesa.

Budō deriva de dois caracteres - Bu e Dō - e para a sua melhor compreensão é necessário explorar o significado de ambos.

"O elemento Bu é encontrado nos termos japoneses como Budō, bujutso, bushidō e kobudō, e todos se referem genericamente a aspetos daquilo que se conhece como "artes marciais" (Wilson, 2010). Apesar de poder ser traduzido como "marcial" e logo direcionado para a guerra, esta apresenta-se como um conceito mais abrangente. Segundo Alexander (1993), Sokon Matsumura (um dos principais mestres de Karate-Dō pré-moderno) refere sete virtudes integradas no conceito de Bu:

- Proíbe a violência;
- Mantém a disciplina entre os soldados;
- Mantém a ordem entre os cidadãos;
- Espalha a virtude;
- Desenvolve um coração pacífico;
- Ajuda a manter a paz entre as pessoas;
- Faz as pessoas e as nações prósperas.

Tendo em conta estes princípios inseridos no próprio conceito de Bu é simples perceber que não está exclusivamente ligado à arte da guerra, mas também à arte de manter a paz.

O conceito de Do, por seu lado, é facilmente traduzido como "caminho", na abordagem mais abrangente e filosófica, ou seja, via de autodesenvolvimento físico, mental e espiritual (Japanese Association of Budō, 1987). Draeger (1973) citado em Figueiredo (2006, pp.247) conclui que:

"o Dō no Japão é instrumentalmente multiforme, abraçando um conjunto de atividades práticas associadas com a vida japonesa secular, exemplificando a fé humana no humanismo cultural vinculado numa conexão entre a filosofia e a sua aplicação ética, e elogiando o carácter moral como a medida de um homem. As formas concretas de Dō, as atividades em si, envolvem a transferência da atitude perante a vida, do

particular para o universal e deste para o absoluto. A mestria da atividade vinculadora de desenvolvimento ultrapassa as qualidades técnicas de um perito, assumindo-se na vida exemplarmente disciplinada, em estado de compostura constante, seja em que circunstância seja. A força do controlo interior vê-se na simplicidade suave das suas ações".

Tendo em conta esta explicação dos conceitos inerentes ao próprio conceito de Budō, este pode ser então traduzido e entendido como:

"A busca da perfeita unidade da mente e técnica, Budō tem de ser refinado e cultivado pela via do treino físico e desenvolvimento espiritual. O estudo do Budō encoraja o comportamento cordial, potencia a proficiência técnica, fortalece o corpo, e aperfeiçoa a mente. Estas formas de cultura tradicional evoluíram de técnicas de combate (jutsu) para caminhos de autodesenvolvimento (dō)." (Japanese Association of Budo, 1987)

Sumariamente, podemos referir que o Budō é uma cultura atlética moderna que deriva da cultura tradicional japonesa por detrás das artes de combate tradicionais, sendo o conceito base mantido ao longo da modernização (e ocidentalização) de todas estas artes de combate (Uozumi, 2010).

Anteriormente foi já referido que o Budo é um conceito moderno profundamente ligado à cultura tradicional japonesa, uma cultura severamente marcada pela guerra. Esta cultura fez emergir na Idade Média japonesa personagens e classes quase lendárias, como os Samurai e o seu código de conduta – o bushidō. "O ideal deste guerreiro culto é o equilíbrio e harmonia entre o padrão ou beleza exteriores e a essência ou substância interiores. Os homens que possuam esta qualidade serão completos tanto no mundo das artes como no da habilidade marcial de coragem" (Wilson, 1982, p. 25).

O seu código de conduta, o bushidō é descrito por Nitobe (1908, pp.4) como:

O código de princípios morais que os cavaleiros tinham e era ensinado a observar. Não é um código escrito; no melhor consiste em algumas poucas máximas transmitidas de boca em boca ou escritas por algum guerreiro famoso. Mais frequentemente é um código não expresso e não escrito, que possui a mais poderosa noção de dever".

Este código de princípios morais encontra-se influenciado pelos princípios do budismo zen e xintoísmo, sendo aspetos fundamentais deste código: a justiça, coragem, benevolência, cordialidade, veracidade, honra, lealdade e autocontrolo (Nitobe, 1908). Para além disto, os seguidores deste "caminho" eram instigados o "a evitar a violência, manter o sabre embainhado e viver em paz e amizade com o seu companheiro" (Draeger, 1974, p.30, citado em Figueiredo, 2006).

Um bom exemplo desta filosofia de desenvolvimento espiritual do guerreiro é o currículo que estes realizavam ao longo da sua preparação:

"O "Bushido" compreendia um conjunto de disciplinas e capacidades técnicas que o samurai devia dominar, e que se integravam no "Rokugei" (六芸), as seis artes: "Rei", etiqueta; "Gun", estratégia militar; "Sha", tiro com arco; "Gyo", equitação; "Sho", erudição, composto por sua vez de "Waka", poesia, "Sado", cerimónia do chá, e "Kaku", caligrafia; por fim, "Saku", trabalho agrícola, que devia conhecer, embora fosse reservado aos camponeses. No campo do combate, devia dominar as quatro artes da guerra: "Kyudo", tiro com arco, "Ba-jutsu", arte equestre, "Yari", manejo da lança, e "Ken-jutsu", manejo do sabre. No campo ético e moral, o samurai devia seguir os sete princípios: "Gi", rectidão; "Yu", coragem; "Jin", compaixão; "Rei", cortesia; "Makoto", honestidade; "Meiyo", honra; "Chugo", lealdade." (Araújo, 2009)

O conceito de Budō começou então a evoluir para o conceito que hoje conhecemos durante o último período da Idade Média japonesa (xogunato Tokugawa) com a formação das primordiais escolas de técnicas marciais (bujutsu) e adaptação do bushidō nestas, mas sobretudo com o término do regime feudal no Japão no final século XIX (Uozumi, 2010).

O Budō, na sua conceptualização moderna, pode ser entendido como um código não obrigatório e restrito de conduta entre os praticantes de artes marciais de origem japonesa, derivado do código ancestral da classe guerreira dos samurais.

Araújo (2009) refere extensamente diferenças entre o Bushidō ("Budō clássico") e o Budō ("Budō moderno"). Citando este autor (pp.14):

"Sob o ponto de vista ético, o que na prática do samurai consistia no profundo respeito e lealdade absoluta pelo professor mais velho e pelo Fundador da escola, com normas de comportamento rigorosas, é substituído por uma tendência de autonomização onde a lealdade coletiva e estrita vai dando lugar a um respeito mútuo entre o professor e os membros da escola (...). Onde antes se esperava que o aluno cumprisse integralmente os seus deveres para com o mestre e a escola, permite-se que qualquer dever assumido o seja de forma voluntária. O respeito profundo pela autoridade inquestionável do professor, consubstanciado numa obediência cega ao processo de aprendizagem, abre-se numa relação onde a autoridade é ganha através de capacidades e mérito demonstrados. A obediência integral aos preceitos do Bushidō clássico e ao seu código de honra cedem o lugar a um respeito pelos seus valores, bem como dos seus aspectos formais e cerimoniais."

Ou seja, resumidamente, assistiu-se a uma democratização e flexibilização da prática do Budō, enquadrada com a sociedade moderna em que o Karate-Dō (entre outras artes marciais) evoluiu e se globalizou. No entanto, continuam a existir aspetos tradicionais e cerimoniais característicos das artes marciais japonesas, ou seja, parte visível do Budō, indo de encontro ao referido por Uozumi (2010, pp. 21) que "este (o Budō) possui componentes quer da cultura tradicional, quer da cultura moderna". Filho (2013, pp. 32) completa, referindo que "o Karate-Dō é permeado por inúmeros valores, alguns expressos na forma de axiomas de textos antigos, outros não tão óbvios, presentes através das práticas diárias de aula ou, até mesmo, dentro dos termos utilizados".

Alguns destes valores da expressão do Budō no Karate-Dō encontram-se descritos no designado *dojokun*. *Dojokun* significa literalmente "as instruções do local de treino da Via" (Filho, 2013). É um conjunto de princípios (máximas) aos quais todos os praticantes de Karate-Dō são introduzidos desde o seu primeiro contacto com o treino, encontrando-se frequentemente nos *dojo* escritos em caracteres japoneses. Este conjunto de princípios são derivados dos ensinamentos dos grandes mestres fundadores de cada estilo, sendo por isso ligeiramente distintos (Filho, 2013) (quadro 1).

Estilo	Dojokun
<i>Goju-ryu</i>	Ser humilde e considerar a harmonia importante.
	No treino aplicar a força física de forma moderada.
	Pesquisar e treinar de forma séria.
	Usar a rapidez à vontade, mas de forma calma e tranquila.
	Considere a higiene importante.
	Viver uma vida modesta (humilde).
	Não ser orgulhoso.
	Continuar a prática sem fraquejar ou desistir.
<i>Shito-ryu</i>	Não esquecer o espírito de principiante.
	Não negligenciar a etiqueta.
	Não negligenciar o esforço.
	Não perder o senso comum.
	Não perturbar a paz.
<i>Wado-ryu</i>	Considerar a cortesia importante.
	Ser sério em tudo o que fizer.
	Treinar com corpo e alma e refine constantemente as técnicas.
	Esforçar-se para desenvolver o caráter.
	Estudar (pesquisar) o Caminho da paz.
<i>Shotokan</i>	Esforçar-se para desenvolver o caráter.
	Defender o caminho da verdade.
	Nutrir o espírito do esforço.
	Considerar a etiqueta relevante.
	Evitar o ímpeto violento.

Quadro 1 – *Dojokun* ("as instruções do local de treino da Via"), segundo estilo

Como pode ser observado, apesar das ligeiras diferenças entre os diferentes *dojokun* existentes em cada estilo, os valores base que deles podem ser extraídos são em tudo semelhantes. Humildade, sinceridade, esforço e dedicação, etiqueta e bom comportamento social, a tranquilidade e a paz (interior e exterior), são os valores e princípios que emergem destes códigos de conduta propostos para os praticantes no seu comportamento dentro do *dojo*.

Funakoshi (2003) tem um texto interessante quando o objetivo é compreender estes valores e princípios que representam o Budô do Karate-Dô. Este texto é designado de "20 princípios do Karate-Dô, ou *Nijukun*" (quadro 2). Funakoshi (2003) define estes princípios como sendo uma forma de guiar os praticantes na componente mental e espiritual do Karate-Dô, sinalizando uma forma de "polir" o indivíduo melhorando assim, de forma decisiva, a sua qualidade de vida.

1 - "Não se esqueça que o Karate-Dô se inicia e termina com o rei (etiqueta)"
2 - "Não existe primeiro ataque no Karate"
3 - "O Karate situa-se sempre do lado da justiça"
4 - "Primeiro conhece-te a ti, e depois os outros"
5 - "Mente sobre a técnica"
6 - "A mente deve ser livre"
7 - "A calamidade nasce do descuido"
8 - "O Karate vai para lá do dojo"
9 - "O Karate é uma busca para toda a vida"
10 - "Aplica a via do Karate a todas as coisas. É aí que reside a sua beleza"
11 - "O Karate é como água a ferver: sem calor ela volta a ser tédida"
12 - "Não penses na vitória. Pensa, ao invés, em não perder"
13 - "Faz ajustes de acordo com o oponente"
14 - "O resultado de uma batalha depende da forma como se gere o nada e o tudo (fraquezas e forças)"
15 - "Pensa nas mãos e pés do oponente como espadas"
16 - "Quando passas a tua porta enfrentas um milhão de inimigos"
17 - " <i>Kamae</i> (posição de alerta) é para principiantes, mais tarde, coloca-te em <i>shizentai</i> (posição natural)"
18 - "Executa o <i>kata</i> (técnicas no vazio) perfeitamente; combate real é outra matéria"
19 - "Não te esqueças da colocação ou não de força, da extensão ou contração do corpo, da velocidade ou ligeireza da aplicação da técnica"
20 - "Sê constantemente atento, diligente e engenhoso na tua busca da Via"

Quadro 2 - 20 princípios do Karate-Dô, segundo Funakoshi

É de fácil percepção que estes princípios enumerados por Funakoshi visam o completar e detalhar dos mesmos presentes no *dojokun*, razão pela qual os valores que foram descritos como na base deste, facilmente se encontram no cerne destes 20 princípios.

Este Budō (princípios e valores) descrito nesta forma de modelos de comportamento, apesar de serem dirigidos à prática do praticante dentro do espaço de treino (dojo), é incorporado a médio longo prazo no comportamento do indivíduo em todas as vertentes da sua vida. Aliás, esta incorporação é fomentada e incentivada no desenvolvimento do treino do praticante.

"A médio e longo prazo, os valores de respeito pela hierarquia, demonstrados pela atitude do professor no cerimonial, são absorvidos e aplicados sem subserviência na vida diária. Do mesmo modo, são extrapolados para fora do Dojo os valores de respeito pelos nossos semelhantes, consubstanciados nos praticantes com a nossa graduação, e por aqueles que nos estão abaixo, simbolizados pelos praticantes de menor graduação. A busca constante do rigor técnico e da perfeição do gesto vão desenvolvendo em nós os valores da exigência com o nosso trabalho. A dureza da nossa prática dá-nos a capacidade para ultrapassar as dificuldades bem maiores com que nos deparamos fora do Dojo. A constatação de que o nosso aperfeiçoamento técnico nunca está concluído ajuda-nos a procurar melhorar cada vez mais as nossas capacidades profissionais." (Araújo, 2009, pp. 14)

Deste modo, a prática de Karate-Dō é muito mais do que a simples prática física de uma arte marcial de origem japonesa baseada na cultura tradicional japonesa, tendo um leque de valores e princípios integrados no conceito de Budō que assumem como um guia para o praticante se desenvolver e autorrealizar, com implicações na sua qualidade de vida.

Ao longo deste subcapítulo foi possível observar que o desporto é uma instituição social de relevo nas sociedades modernas. Funciona como um agente de socialização que influencia e é influenciado pelas restantes estruturas sociais no funcionamento da sociedade. Atua como subcultura em que o indivíduo se insere e como perpetuador de valores e normas morais aceites e incentivadas pela sociedade na forma da sua cultura, isto é, apesar

de o campo da prática poder ser reconhecido como uma subcultura esta insere-se obrigatoriamente na cultura da sociedade. Utilizando os termos de Bourdieu, o desporto atua como um campo de práticas sociais, integrando um conjunto de disposições que é reconhecido com um *habitus* específico que se encontram em direta ligação com os campos sociais (e seus *habitus*) adjacentes. O Karate-Dō é hoje um desporto global, fortemente institucionalizado, praticado por milhões de pessoas e com gradual relevo no panorama desportivo geral. O Karate-Dō, como arte marcial japonesa, encontra no conceito de Budō a matriz filosófica (conjunto de valores, normas morais, e princípios) enquadradora da prática. Este conceito emerge da cultura tradicional japonesa, representando a evolução desta ao longo das diferentes épocas, manifestando-se na prática pela utilização de uma linguagem simbólica carregada e por diversos rituais. Como nos restantes desportos, o Karate-Dō apresenta diferentes formas de treino, nomeadamente vários estilos e dois métodos de treino: tradicional e desportivo.

Agora que se encontra esclarecido o papel do desporto do ponto de vista sociológico e como contexto dos processos de socialização, para além de se ter realizado uma breve resenha do Karate-Dō como prática desportiva moderna com bases na cultura tradicional japonesa, partimos para a abordagem ao terceiro conceito central no título deste estudo. A qualidade de vida será aqui abordada como um possível resultado dos processos de socialização, nomeadamente, dos relacionados com a prática desportiva, recorrendo a uma perspetiva psicossociológica da mesma.

1.3 QUALIDADE DE VIDA

A qualidade de vida é, sem dúvidas, um conceito em voga atualmente. Para além disto, é um conceito deveres abrangente, sendo observado por vários campos das ciências sociais em simultâneo, como a Sociologia, Psicologia, Economia e Medicina (Veenhoven, 2007). “A investigação da qualidade de vida é um esforço multidisciplinar para medir cientificamente o bem-estar (em termos de nível, mudança e distribuição) de indivíduos, regiões e sociedades” (Kroll, 2011).

Os estudos sobre qualidade de vida são, de há muito, foco de interesse da Sociologia. Apesar de se poderem considerar cinco correntes de estudo da qualidade de vida: indicadores sociais, felicidade (*happiness*), gerontologia do envelhecimento ativo, psicologia do bem-estar e qualidade de vida relacionada com a saúde; as duas primeiras são as preferidas pelos sociólogos (Veenhoven, 2007).

A investigação científica sobre qualidade de vida surgiu, de forma consistente, nos anos 60 impulsionada pelo movimento dos indicadores sociais. Este movimento consistia em procurar indicadores sociais que monitorizassem o bem-estar social (Hughes, 2006). Este trabalho teve o seu maior produto no estudo desenvolvido por Campbell, Converse e Rogers em 1976 - *The Quality of American Life Perceptions, Evaluations, and Satisfaction*. Este foi o primeiro grande estudo sobre qualidade de vida do ponto de vista das ciências sociais (Kersee, 1992).

1.3.1 (In)definição do conceito

“Não há uma única, universalmente aceite, definição de qualidade de vida” (Lauer, 1999).

A qualidade de vida é um conceito multinível e amorfo (Brown et al, 2004). Como tal é um conceito difícil de definir devido à sua abrangência e complexidade. Schuessler e Fisher (1985) referem que uma definição precisa e universalmente aceite do conceito de qualidade de vida ainda está por ser encontrada Cummins (1997) e o International Wellbeing Group (2006) reforçam este ponto de vista, referindo que a qualidade de vida é um conceito com uma composição tão complexa que não é surpreendente que não exista uma definição consensual. “Apesar de ser frequente o seu uso [conceito de qualidade de vida] não existe consenso na sua definição. Na literatura específica é visto como um conceito complexo, com uma variedade de significados, um leque de abordagens teóricas, e numerosos métodos para a mensuração do conceito” (Kimura e da Silva, 2009).

A qualidade de vida, como refere Veenhoven (2007), sempre foi um tema de interesse da filosofia, onde esta é observada como uma vida boa e virtuosa, no entanto, os filósofos discordam quais as virtudes que se apresentam como mais importantes. No campo da filosofia, segundo Brock (1993), existem três diferentes abordagens à qualidade de vida: a primeira, descreve uma "boa vida" como ditada por ideais normativos baseados em sistemas religiosos, filosóficos, etc.; a segunda, é baseada na satisfação das preferências dos indivíduos, ou seja, partindo dos bens que podem adquirir estes escolhem aqueles que melhoram a sua vida; a terceira, é definida pela experiência dos indivíduos, se a pessoa assume a sua vida como boa e positiva é porque esta é realmente assim. Para Mazo (2008), a tentativa de definição do conceito de qualidade de vida retrata diferentes visões do homem, sociedade e do mundo, apresentadas em marcos teóricos, disciplinas e teorias.

O conceito de qualidade de vida remete para uma avaliação da situação da pessoa, ou, mais adequadamente, uma avaliação onde é focada a qualidade da pessoa “ser”. Qualidade de vida é um conceito vago que abrange diferentes aspetos da vida e é alvo de um debate feroz, ao invés de ser um conceito aguçado e definido consensualmente (Gasper, 2004). Tal significa que a definição conceptual e filosófica de qualidade de vida não é unânime.

Uma grande dificuldade na definição do conceito de qualidade de vida passa pela existência de uma panóplia de termos que são diretamente associados à qualidade de vida, que geram confusão. Bem-estar (*wellbeing*), felicidade (*happiness*), forma de vida são conceitos que surgem muitas vezes apresentados como referindo-se à qualidade de vida. Segundo Andrews (1980) estes conceitos estão englobados no conceito abrangente de qualidade de vida, mas não são de todo seus sinónimos. Os termos “qualidade de vida”, “bem-estar (*wellbeing*)” e “felicidade (*happiness*)” denotam diferentes significados, no entanto, algumas vezes são usados como chapéu para significarem o todo no geral, enquanto outras são utilizados para especificar determinados conceitos (Veenhoven, 2000). Segundo o mesmo autor (2000), o facto de haver diferentes conceitos e a dificuldade na sua utilização resulta da inexistência de um significado inequívoco de cada um, tal como a conotação de cada um com a inclusão de uma definição que é, filosoficamente, inexistente de qualidade de vida.

O ponto crucial para a definição da qualidade de vida está na sua integração como um todo - a investigação da qualidade de vida não é acerca das suas componentes, mas sobre o seu todo (Veenhoven, 2007). Cummins (2000, p. 55) reforça esta opinião referindo que "a investigação da qualidade de vida parte de uma compreensão integrada e abrangente do conceito".

No entanto, e apesar desta dificuldade descrita na definição do conceito de qualidade de vida, alguns autores arriscam uma definição abrangente, mas objetiva. Rice (1984: 157) define qualidade de vida como: "o nível em que a experiência de vida do indivíduo satisfaz as necessidades e desejos (físicos e psicológicos) deste". Lassey & Lassey (2001) entendem que o termo qualidade de vida é usado para descrever as respostas para as características “intrínsecas” de um indivíduo, movida por aspetos “extrínsecos” (sociais, económicos e fatores ambientais), que afetam o bem-estar. Já Felce e Perry (1993: p.13) definem qualidade de vida como:

“Qualidade de vida é definida como um bem-estar geral que compreende descritores objetivos e avaliação subjetivas do bem-estar físico, material, social e emocional, em conjunto com a extensão e atividade dirigida ao

desenvolvimento pessoal, tudo enquadrado por um conjunto de valores pessoais”.

Esta definição de uma qualidade de vida observada através de dois diferentes conjuntos de indicadores e com forte enfoque na avaliação individual é reforçada por Cummins (1997: p.6) que define a qualidade de vida como:

“Qualidade de vida é, em simultâneo, objetiva e subjetiva, com cada um destes eixos sendo o agregado de sete domínios: bem-estar material, produtividade, intimidade, segurança, comunidade e bem-estar emocional. Os domínios objetivos envolvem as mensurações culturalmente relevantes de bem-estar objetivo. Os domínios subjetivos envolvem a satisfação com cada domínio pesada pela sua importância para o indivíduo”.

Estas definições de qualidade de vida são deveras abrangentes e demonstram sempre um aspeto multifatorial e dicotómico da mesma. O aspeto multifatorial pode ser observado na divisão em diversos domínios que são apresentados nos diferentes modelos explicativos da qualidade de vida. Já o aspeto dicotómico apresenta-se pela divisão universal do conceito em qualidade de vida objetiva e subjetiva.

1.3.2 Qualidade de vida: objetiva vs. subjetiva

“O Produto Interno Bruto (PIB) mede a poluição do ar e a publicidade ao tabaco (...) a destruição da floresta e a perda das nossas maravilhas naturais no crescimento caótico (...) Não permite ainda (contar) a saúde das nossas crianças, a qualidade da sua educação tal como o divertimento das suas brincadeiras (...), a beleza da nossa poesia ou a solidez dos nossos casamentos (...), no fundo, ele mede tudo menos aquilo que torna a nossa vida realmente importante.” (traduzido de Robert Kennedy, 1968)

Esta afirmação traduz, sumariamente, a questão central da divisão do conceito de qualidade de vida em objetiva e subjetiva.

A divisão do conceito abrangente de qualidade de vida em qualidade de vida objetiva e subjetiva é, para além de frequente, bastante aceite pelos diferentes autores. Kerce (1992) refere que muita da discussão em redor da definição da qualidade de vida está exatamente em redor das abordagens objetivas e subjetivas. Esta divisão tanto Kerce (1992) como Cummins (2000) referem que a primeira abordagem à qualidade de vida é preferida pelos economistas e pelos estudos desenvolvidos pelos estados e entidades do meio económico, enquanto a segunda abordagem é a predileta dos cientistas sociais e das instituições do meio académico. Esta divisão surgiu, sobretudo, a partir das diferentes abordagens realizadas a partir dos anos 70 na área de pesquisa dos indicadores sociais, que ora enfatizam o “comando dos indivíduos sobre os recursos como os ganhos, riqueza, saúde e conhecimentos” (Erikson e Aberg, 1987 citado em Kroll, 2011: p.25), ora enfatizam “que a qualidade de vida deve estar no olhar do indivíduo” (Campbell et al, 1976 citado em Kroll, 2011: p.25).

No entanto, existem também aqueles que entendem que é uma divisão desnecessária e contraprodutiva (Cummins, 2000).

Andrews e Whitey (1976: p.5) referem:

“Acreditamos que esta divisão não é, nem clara, nem útil. Até o nascimento e a morte, e o que define a vida humana, são alvos de disputa legal, médica e doutrinária. Os indicadores presumivelmente objetivos destas matérias envolvem, afinal, julgamentos subjetivos. Em contrário, pode ser afirmado que muitos dos indicadores subjetivos (avaliações das pessoas das suas vidas) oferecem, afinal, medidas objetivas e diretas do que pretendem avaliar.”

Mas, esta “não divisão” do conceito, para além de dificultar, a mensuração dos diferentes indicadores apresenta também fragilidades no sentido de considerar que a avaliação objetiva tem uma correspondência direta na sua componente subjetiva, descurando a componente afetiva e experiencial (Cummins, 2000).

A divisão surgiu por forma a uma melhor observação e análise do fenómeno da qualidade de vida, tal como permitindo torná-lo mensurável, sendo referida por vários autores como algo útil e positivo. A distinção entre as medidas objetivas e subjetivas de avaliação da qualidade de vida estão no centro da

compreensão integrada e abrangente do conceito (Cummins, 2000). Como tal, a verdadeira avaliação do nível de qualidade de vida de um indivíduo ou sociedade está análise integrada de ambos os indicadores, quer objetivos, quer subjetivos da qualidade de vida (Kroll, 2011). Lauer (1999) reforça esta posição referindo que a maioria dos autores na temática acreditam que a tanto a informação objetiva como subjetivas são fundamentais para o constructo.

Mas o que significa qualidade de vida objetiva e subjetiva?

Neste estudo iremos incidir sobre a qualidade de vida subjetiva e os indicadores a esta associados, pelo que lhe será atribuído maior enfoque. No entanto, iniciaremos esta distinção pela abordagem objetiva à qualidade de vida.

Rice (1984) define qualidade de vida objetiva como o nível no qual determinados aspetos da vida são atingidos através de condições, atividades e consequências das atividades de uma vida individual, objetivamente verificáveis. Nordenfelt (1993) inclui nos parâmetros objetivos da qualidade de vida itens como o estado de saúde somática da pessoa, a sua situação económica, as condições de trabalho, estado ocupacional e situação familiar.

A qualidade de vida objetiva integra os indicadores considerados “impessoais” (quadro 3) e, como tal, são os preferidos para a tomada de decisões políticas (Kroll, 2011). Lassey & Lassey (2001) incluem na qualidade de vida objetiva indicadores como as condições ambientais, poluição, nível de renda, dados estatísticos entre outros.

A característica “impessoal” é a maior força deste tipo de indicadores uma vez que permite o seu cruzamento objetivo entre diferentes realidades. Todos estes indicadores partilham a característica de que “o julgamento da felicidade (*happiness*) é realizado de acordo com regras externas, a partir do exterior, pelo investigador” (Frey & Stutzer, 2002: p.6). Esta pode considerar-se a maior fraqueza deste tipo de indicadores, uma vez que são fortemente marcados pelo julgamento normativo do que é “uma boa vida” por parte do investigador.

Kroll (2011) dá o exemplo do PIB, que foi e continua a ser largamente utilizado como um indicador objetivo que permite compreender os diferentes níveis de

qualidade de vida dos países, no entanto, não é de todo indicado para esta avaliação. Stiglitz et al (2009) reforçam esta opinião referindo que é necessário mudar o paradigma assente na produção económica para outro assente na avaliação do bem-estar das pessoas.

Indicadores tipicamente associadas a esta avaliação objetiva da qualidade de vida passam, habitualmente, pelo nível de vida, saúde e longevidade, habitação e características ambientais (Brown et al, 2004). Os indicadores apresentados no quadro 3 especificam estes anteriormente apresentados.

Esperança Média de Vida
Taxa de crime
Taxa de desemprego
Produto Interno Bruto (PIB)
Taxa de Pobreza
Frequência da escola
Horas de trabalho por semana
Taxa de mortalidade infantil
Taxa de suicídio

Quadro 3 - Indicadores objetivos (representa os dados sociais independentemente da avaliação individual) (adaptado de Rapley, 2003)

Após esta abordagem ao conceito e indicadores de qualidade de vida objetiva passarem ao aprofundamento do conceito de qualidade de vida subjetiva.

A qualidade de vida subjetiva é definida por Rice (1984) como um conjunto de crenças afetivas direcionadas a vida de cada um. Para a OECD (2013: p.31) qualidade de vida subjetiva envolve “bons estados mentais, incluindo todas as várias avaliações, positivas e negativas, que as pessoas fazem da sua vida, tal

como as reações afetivas das pessoas às suas experiências”. Diener et al (2002: p.63) reforça que:

“o bem-estar subjetivo é definido como as avaliações cognitivas e afetivas das pessoas das suas vidas. Essas avaliações incluem as reações emocionais aos eventos tal como os julgamentos cognitivos de satisfação e plenitude. O bem-estar subjetivo é ainda um conceito abrangente e alargado que inclui experimentar emoções positivas, baixos níveis de emoções negativas e elevada satisfação com a vida”.

Diener et al (2006) refere que a qualidade de vida subjetiva é um “chapéu” para as diferentes valorações que as pessoas realizam acerca das suas vidas, dos eventos que lhe acontecem, dos seus corpos e mentes, e das circunstâncias nas quais vivem. Nordenfelt (1993) refere a qualidade de vida subjetiva retrata as experiências das pessoas acerca de situações externas e os estados de humor e emocional. Lassey e Lassey (2001) enfatizam a multidimensionalidade da qualidade de vida subjetiva referindo que buscam avaliar a satisfação do indivíduo com a sua vida social, seu estado de saúde, sentido de controlo sobre o ambiente vivenciado e satisfação com o estado financeiro.

Indicadores tipicamente associadas a esta avaliação subjetiva da qualidade de vida passam, habitualmente, satisfação com a vida e bem-estar psicológico, moral, realização individual e felicidade (*happiness*) (Brown et al, 2004). Os indicadores apresentados no quadro 4 especificam estes anteriormente apresentados.

Sensação de pertença à comunidade
Posses materiais
Sensação de segurança
Felicidade (<i>happiness</i>)
Satisfação da vida “como um todo”

Relacionamentos familiares
Satisfação com o emprego
Vida sexual
Perceção de justiça
Identificação com a classe
<i>Hobbies</i> e pertença a clubes

Quadro 4 - Indicadores subjetivos (pontos de vista e avaliações dos indivíduos das condições sociais) (adaptado de Rapley, 2003)

“A qualidade de vida subjetiva tem ganho foco como forma de medida para investigar a saúde de uma sociedade” (Cummins et al, 2003, in Michalos, 2014). Daí se ter optado por utilizar este conceito (e um instrumento de avaliação deste conceito) no desenvolvimento deste estudo.

Em seguida serão abordados mais detalhadamente os diferentes domínios e, consequentes modelos explicativos, integrados na avaliação da qualidade de vida subjetiva.

1.3.3 Modelos explicativos da qualidade de vida

“Os modelos de qualidade de vida não são consistentes, variam desde as abordagens baseadas nas necessidades da hierarquia das necessidades humanas de Maslow (1954; 1968) (necessidades de carência: fome, sede, solidão, segurança; e necessidades de crescimento: aprendizagem, mestria e auto-atualização), até aos modelos clássicos baseados somente no bem-estar psicológicos, felicidade (happiness), moral, satisfação com a vida (Andrews 1986; Andrews and Withey 1976; Larson 1978), expectativas sociais (Calman 1983) ou percepções individuais únicas (O’Boyle 1997). Qualidade de

vida é, de facto, uma coleção complexa e interactiva de dimensões objetivas e subjetivas (Lawton 1991).” Brown et al, 2004).

É entendimento global que a qualidade de vida é um conceito multidimensional, sendo necessária uma avaliação profunda e abrangente de diferentes domínios da vida do indivíduo por forma a observar a qualidade de vida de um ponto de vista mais objetivo e teoricamente correto.

Existem uma multiplicidade de modelos explicativos da qualidade de vida, podendo ser associados apenas um determinado domínio da vida em geral (quadro 5).

Tipo de Modelo	Características	Exemplo
De indicadores objetivos	Incluem o nível de vida, saúde e longevidade, características da habitação e comunidade. São geralmente avaliadas através de indicadores do custo de vida, taxas de mortalidade, acesso aos serviços de saúde, níveis de educação, estrutura e densidade da comunidade, estrutura socioeconómica e indicadores de desigualdade e crime.	Flax (1972); Rogerson et al. (1989); Sherman and Schiffman (1991); Muntaner and Lynch (2002)
De indicadores subjetivos	Incluem a satisfação com a vida e o bem-estar psicológico, moral, realização individual, felicidade, medidos utilizando indicadores de satisfação com a vida, moral, equilíbrio de afeto e autoestima.	Gurin et al. (1960); Bradburn and Caplowitz (1965); Bradburn (1969); Andrews (1973); Andrews and Withey (1976); Campbell et al. (1976); Lawton (1983a, 1983b); Bigelow et al. (1982);

		Rosenwaiké (1985); Ryff (1989); Day (1991); Roos and Havens (1991); Suzman et al. (1992); Garfein and Herzog (1995); Clarke et al. (2000).
De satisfação das necessidades humanas	Incluem circunstâncias positivas (como a habitação, segurança, alimentação e aquecimento) e as oportunidades para a autoatualização, reminiscentes da teoria as necessidades humanas de Maslow (1954, 1962).	Hörnquist (1982); Lehman (1988); Bigelow et al. (1991).
Psicológicos	Enfatizam o crescimento pessoal, competência cognitiva, eficiências e adaptação, nível de dignidade, percepção de independência, competência social, controlo, autonomia, auto eficiência e autoconhecimento, tal como o otimismo-pessimismo. including influencing and mediating variables (the distinction is still	Larson (1978); Grundy and Bowling (1999); Bowling et al. (2003)
De saúde e funcionamento	Tipicamente baseados em medidas de estado de saúde geral (erradamente referidas, comumente, como qualidade de vida relacionada com a saúde), escalas de depressão e escalas de funcionamento físico	McKevitt et al. (2002)

	(atividades de vida diárias), enquanto indicadores de resultado dos pacientes/clientes.	
De saúde social	Mensuradas com indicadores de redes sociais, suporte e atividades; integração na comunidade local.	Bowling (1991, 1994); Bowling and Grundy (1998)
De coesão social e capital social	Incluem os recursos sociais, ambientais e comunitários, (incluindo aqueles que facilitam a reciprocidade e confiança das relações sociais entre as pessoas) fomentados pela acessibilidade e o tipo de recursos e instalações comunitárias	Rogerson et al. (1989); Cooper et al.(1999)
Ambientais	Estão relacionados com a importância dos locais de residência, desenhando ambientes internos e externos potenciadores de melhores condições de vida.	Schaie et al. (2003)
Ideográfico ou individualizado	Abordagens hermenêuticas baseadas nos valores das pessoas, interpretações, percepções, satisfação com a sua posição, circunstâncias e posição. Geralmente utilizam técnicas qualitativas e entrevistas individualizadas.	Bowling (1995a, b; 1996); Bowling and Windsor (2001); O'Boyle (1997); Browne et al. (1984); Garratt and Ruta (1999)

Quadro 5 – Taxonomia dos modelos de qualidade de vida (adaptado de Brown et al, 2004)

O estudo que foi aqui realizado apoia-se nos modelos de qualidade de vida de indicadores subjetivos, uma vez que o objetivo de avaliação de qualidade de vida neste estudo é compreender a percepção desta por parte do indivíduo

tendo em conta os conceitos de bem-estar psicológico, felicidade (*happiness*) e satisfação com a vida

A abordagem realizada ao conceito de qualidade de vida realizada neste estudo enquadra-se na sua componente subjetiva – o bem-estar subjetivo (*subjective wellbeing*). Como tal, naturalmente, o estudo da qualidade de vida recai nos modelos de indicadores subjetivos. Um dos modelos explicativos da qualidade de vida através de indicadores subjetivos é o modelo proposto por Ed Diener, sendo esse o norteador da nossa pesquisa. Os conceitos e o modelo proposto por este são profundamente influenciadores da avaliação contemporânea da qualidade de vida (Schimmack, 2007).

Diener (1984) defende que a avaliação da qualidade de vida deve assentar na perspectiva do indivíduo ao invés da tradicional abordagem de mensuração dos indicadores objetivos macro de uma sociedade como o produto interno bruto.

A avaliação da qualidade de vida subjetiva (já definida anteriormente) assenta para Diener (1984) em quatro conceitos essenciais: satisfação com a vida, satisfação com a vida em diferentes domínios, afeto positivo e afeto negativo. O primeiro e segundo conceito pertencem a uma componente cognitiva enquanto o segundo e terceiro pertencem a uma componente emocional. Devido à forte influência dos estados de humor na componente emocional Diener et al (2002) referem ser necessário ter precaução na avaliação desta componente sendo necessário recorrer a diferentes métodos para uma avaliação confiável desta. No entanto, o mesmo defende (2002) que a avaliação da componente cognitiva através de um instrumento devidamente elaborado é independente desta subjetividade, sendo que os indivíduos tendem a manter respostas idênticas independentemente do seu momento da vida (Suh e Diener, 1999). Posto isto, uma avaliação geral fidedigna da qualidade de vida subjetiva incide sobre a componente cognitiva desta, ou seja, satisfação com vida e satisfação com a vida em diferentes domínios.

Baseado neste modelo de qualidade de vida subjetiva surge então o trabalho de outro teórico, que incide a sua pesquisa na construção de instrumentos e mensuração da qualidade de vida subjetiva – Robert Cummins.

A qualidade de vida subjetiva, segundo este autor, deve ser observada de uma forma multidimensional. Cummins (1996) desenvolveu um estudo por forma a organizar os diversos domínios relacionados com a satisfação com a vida presentes na literatura. Organizou as 173 designações distintas para os diferentes domínios em apenas 7 (Cummins, 1996): bem-estar material, saúde, produtividade, intimidade, segurança, comunidade e bem-estar emocional.

No entanto, mais tarde (2006) o *The International Wellbeing Group* (presidido por Cummins) trabalhou esta organização, propondo uma redução de 7 para 6 domínios, retirando o bem-estar emocional devido às dificuldades de objetivação do mesmo na aplicação dos instrumentos.

Os domínios da qualidade de vida subjetiva são então:

- Bem-estar material;
- Saúde;
- Produtividade;
- Intimidade (inclui espiritualidade);
- Segurança (atual e futura);
- Comunidade.

A acrescentar a estes domínios específicos da qualidade de vida do indivíduo, em termos de avaliação prática, o *The International Wellbeing Group* (2006) entende ainda que é importante conhecer a perceção do indivíduo da sua qualidade da vida como um todo. Este conhecimento vai de encontro ao também defendido por Diener et al (1985), que o conhecimento global da perceção do indivíduo permite ter um ponto de equilíbrio perante os diferentes domínios.

Concluindo, observamos que a qualidade de vida é um conceito com difícil definição, dependendo tanto do ponto de vista pelo qual é observado como do seu caráter multifatorial. Está profundamente ligado aos conceitos de bem-estar (*wellbeing*) e felicidade (*happiness*), tal como é aceite universalmente que é um conceito que tem de ser observado sobre diferentes domínios da vida do indivíduo. A qualidade de vida pode-se dividir em dois tipos *major*: objetiva e subjetiva. Esta divisão está relacionada com o tipo de indicadores observados em cada um dos tipos, sendo a qualidade de vida objetiva associada a indicadores mais genéricos e universais, e a qualidade de vida subjetiva associada a indicadores mais individuais e sujeitos a apreciações emocionais. Existem diversos modelos explicativos da qualidade de vida, estando este estudo associado a um modelo de indicadores subjetivos, nomeadamente na abordagem teórica de qualidade de vida proposta por Diener e pela sua operacionalização multidimensional segundo Cummins e o The International Wellbeing Group por ele fundado.

2

METODOLOGIA

“O objetivo da investigação científica é não só descobrir e descrever acontecimentos e fenómenos, mas também explicar e compreender porque razões tais fenómenos ocorrem.” (Silva e Pinto)

Para que um processo de investigação decorra com toda a validade e rigor científico, é deveras fundamental proceder à seleção da metodologia mais adequada para responder aos objetivos propostos. Segundo Quivy & Campenhoudt (2005) o processo de investigação científica deve passar por várias etapas (passos): formulação da pergunta de partida; exploração da temática; construção do modelo de análise; observação; análise das informações; e conclusões.

Tendo por base esta ordem, esta secção do trabalho foi desenhada para esclarecer fundamentadamente as opções realizadas em termos de procedimentos, métodos de análise e técnicas de recolhas de dados.

2.1 – DA PERGUNTA DE PARTIDA AO MODELO DE ANÁLISE

“A melhor forma de começar um trabalho de investigação em ciências sociais consiste em esforçar-se para enunciar o projeto sob a forma de uma pergunta de partida” (Quivy & Campenhoudt, 2005, p. 44). Esta questão deverá responder a alguns critérios, nomeadamente: ser precisa, concisa, unívoca, realista; ser uma verdadeira pergunta, abordar o estudo do que existe e ter uma intenção de compreensão dos fenómenos estudados.

Neste estudo a pergunta de partida formulada foi a seguinte:

“A prática de Karate-Dō em Portugal funciona como instrumento de socialização, em ambos os métodos de treino, influenciando a qualidade de vida percecionada dos praticantes?”.

Esta questão origina por sua vez várias outras questões que têm de ser necessariamente respondidas para a sua total compreensão:

- ***“Os praticantes entendem que a sua qualidade de vida percecionada é influenciada pela prática de Karate-Dō?”*** (o que implica conhecer: a noção de qualidade de vida dos praticantes; a relação estabelecida por estes entre a prática de Karate-Dō e a sua qualidade de vida; a relação estabelecida entre a prática de Karate-Dō e os diferentes domínios da qualidade de vida percecionada [nível de vida económico, saúde, expectativas com a vida, relações interpessoais, segurança, pertença à comunidade e espiritualidade].);
- ***“Será o método de treino um aspeto diferenciador na forma como os praticantes percecionam os valores, princípios e modelos de comportamento e a sua qualidade de vida?”*** (o que implica conhecer: a perceção dos valores e princípios e modelos de comportamento associados à prática de Karate-Dō em cada método de treino; a relação entre os objetivos da prática em cada método e a forma como é percecionada a qualidade de vida);
- ***“Os praticantes reconhecem o Karate-Dō como instrumento de***

socialização?" (o que implica conhecer: o conjunto de valores e princípios morais do grupo de praticantes; como estes são incorporados no padrão de comportamentos sociais dos praticantes; a influência percebida na modulação das suas personalidades; ou seja um *habitus* dos praticantes de Karate-Dō, associado ao conceito de Budō).

Em consonância com as questões apresentadas foram formulados os seguintes objetivos gerais para o estudo:

- Estabelecer ligação entre a prática de Karate-Dō e o nível de qualidade de vida percebida pelos praticantes em cada um dos domínios;
- Compreender a forma como o método de treino é um fator diferenciador da perspectiva dos praticantes sobre os valores, princípios, modelos de comportamento e qualidade de vida percebida;
- Conhecer a forma como a prática de Karate-Dō atua como instrumento de socialização (influência sobre os valores, princípios, modelos de comportamento, etc.) dos praticantes;
- Esclarecer a ligação entre o conceito de Budō como matriz filosófica da prática e o cerne do *habitus* dos praticantes de Karate-Dō.

Após a formulação da pergunta de partida e, conseqüentemente, das questões subsidiárias associadas a esta, tal como o estabelecimento dos objetivos gerais do estudo, surgem as hipóteses orientadoras do estudo. Estas hipóteses são formuladas com base na pesquisa bibliográfica realizada e nos contributos dos contatos do investigador em seminários e outros eventos da especialidade, tal como do conhecimento de causa do investigador. Neste estudo, são as seguintes:

- Os praticantes apresentam elevados níveis de qualidade de vida percebida nos diferentes domínios, independentemente do método de treino preferencial do praticante;
- A valorização dos valores, princípios e modelos de comportamentos associados é distinta conforme o método de treino preferencial do praticante;

- Os praticantes relacionam a prática de Karate-Dō com a qualidade de vida percebida nos diferentes domínios, de forma distinta conforme o método de treino preferencial;
- Os praticantes reconhecem a prática de Karate-Dō como decisiva na definição dos seus valores, princípios e modelos de comportamento, em suma, como instrumento de socialização;
- O conceito de Budō encontra-se na base do *habitus* do grupo de praticantes de Karate-Dō independentemente do método de treino preferencial.

A relação entre as questões, objetivos e hipóteses anteriormente apresentadas, é, sumariamente, apresentada em seguida em forma esquematizada (quadro 6).

Pergunta de partida: “A prática de Karate-Dō em Portugal funciona como agente de socialização, em ambos os métodos de treino, influenciando a qualidade de vida percebida dos praticantes?”		
Questões subsidiárias	Objetivos	Hipóteses
P1. Os praticantes entendem que a sua qualidade de vida percebida é influenciada pela prática de Karate-Dō?	O1. Estabelecer ligação entre a prática de Karate-Dō e o nível de qualidade de vida percebida pelos praticantes em cada um dos domínios	H1. Os praticantes apresentam elevados níveis de qualidade de vida percebida nos diferentes domínios, independentemente do método de treino preferencial do praticante;
P2. Será o método de treino um aspeto diferenciador na forma como os praticantes percebem os valores, princípios e modelos de comportamento e a sua qualidade de vida?	O2. Compreender a forma como o método de treino é um fator diferenciador da perspetiva dos praticantes sobre os valores, princípios, modelos de comportamento e qualidade de vida percebida.	H2. A valorização dos valores, princípios e modelos de comportamentos associados é distinta conforme o método de treino preferencial do praticante; H3. Os praticantes relacionam a prática de Karate-Dō com a

		qualidade de vida percecionada nos diferentes domínios, de forma distinta conforme o método de treino preferencial
P3. Os praticantes reconhecem o Karate-Dō como instrumento de socialização?	O3. Conhecer a forma como a prática de Karate-Dō atua como instrumento de socialização (influência sobre os valores, princípios, modelos de comportamento, etc.) dos praticantes; O4. Esclarecer a ligação entre o conceito de Budō como matriz filosófica da prática e o cerne do <i>habitus</i> dos praticantes de Karate-Dō;	H4. Os praticantes reconhecem a prática de Karate-Dō como decisiva na definição dos seus valores, princípios e modelos de comportamento, em suma, como instrumento de socialização; H5. O conceito de Budō encontra-se na base do <i>habitus</i> do grupo de praticantes de Karate-Dō independentemente do método de treino preferencial;

Quadro 6 – Relação entre pergunta de partida, questões subsidiárias, objetivos e hipóteses

Este quadro sistematiza a orientação do trabalho em termos metodológicos. Para concluir esta sistematização é necessário construir e descrever o modelo de análise, enquanto representação da forma como são observados os conceitos, domínios e indicadores, com a introdução das hipóteses em estudo. Esta fase de construção do modelo de análise “constitui a charneira entre a problemática fixada e o trabalho de elucidação sobre um campo de análise restrito e preciso” (Quivy & Campenhoudt, 2005, p. 109).

A estratégia de trabalho definida para responder às questões e objetivos formulados passa pela combinação e interligação da informação recolhida relativa aos três conceitos identificados como centrais, com um sentido e organização específica. Isto é, os conceitos “Socialização (através do Karate-Dō)” e “Método de treino” encontram-se em interligação direta e mútua, sendo fundamental compreender até que ponto um está ligado e influencia o outro. O conceito “Qualidade de vida percecionada” surge como um resultado adveniente dos conceitos anteriores, ou seja, a qualidade de vida percecionada

pode ser entendida como um resultado tanto da socialização através do Karate-Dō como do método de treino adotado pelo praticante. Isto significa que as hipóteses aqui propostas como 2 e 3 surgem do questionamento desta mesma relação causal.

O modelo de análise desenvolvido neste estudo apresenta-se esquematizado em seguida (figura 3).

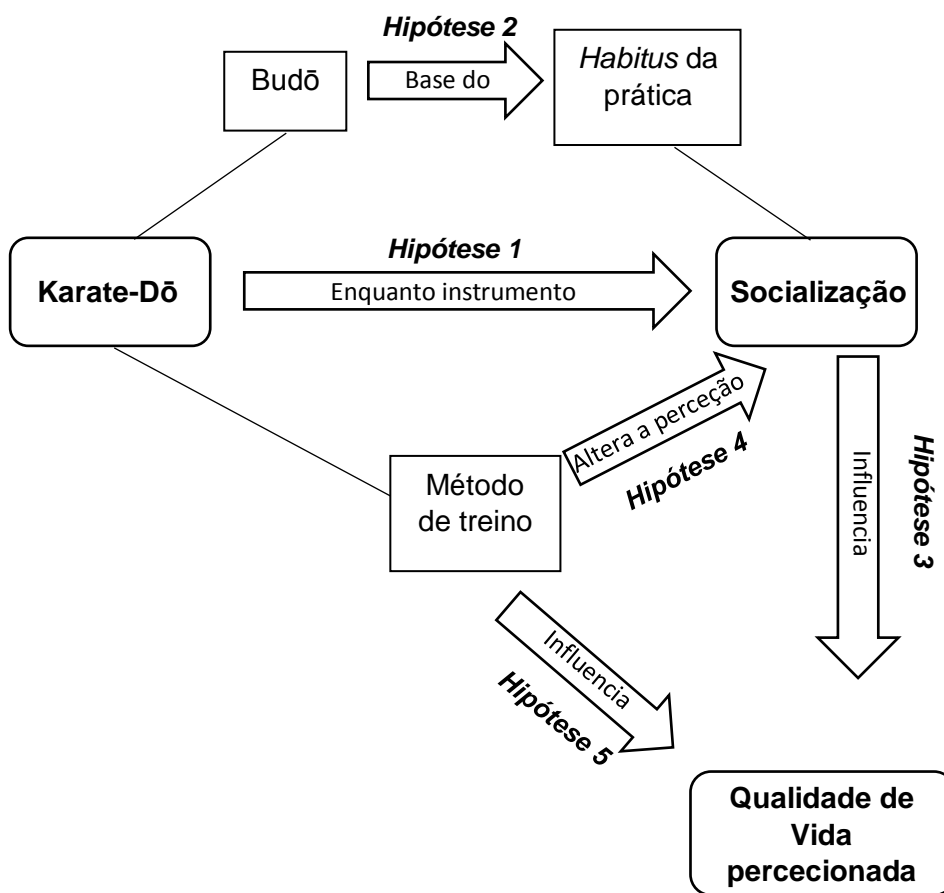


Figura 3 – Modelo de Análise

Em seguida serão abordados os aspetos relativos à natureza e desenho do estudo.

2.2 – NATUREZA E DESENHO DO ESTUDO

Como foi observado anteriormente, o estudo tem como focos centrais os conceitos de socialização, qualidade de vida percebida e o método de treino. Por forma atingir os objetivos e a responder às questões formuladas propõe-se uma abordagem metodológica mista, isto é, com uma componente quantitativa e uma componente qualitativa.

Apesar de existirem alguns autores que defendem que a combinação das duas metodologias levanta questões de ordem teórica e epistemológica (Brannen, 1992), outros defendem a sua interligação para a melhor resolução do problema de pesquisa (Bryman, 1992). Este tipo de abordagens mistas têm a vantagem de potenciarem os pontos fortes de ambas as abordagens quantitativa e qualitativa (Teddlie e Tashakkore, 2009). A correta escolha do peso e sequência da utilização da metodologia quantitativa e qualitativa permite um conhecimento mais profundo e abrangente da temática em estudo.

No caso deste estudo propõe-se o desenvolvimento de um desenho metodológico designado por desenho explicativo sequencial tal como proposto por Creswell (2009). Este desenho de investigação tem um enfoque maioritariamente quantitativa e consiste numa abordagem inicial quantitativa seguida de uma abordagem qualitativa, interpretando-se no final todos os dados de forma integrada (esquema 2).

Quantitativo	Quantitativo	Qualitativo	Qualitativo	Interpretação de todos dados
Colheita dos dados	Análise dos dados	Colheita dos dados	Análise dos dados	

Quadro 7 - Desenho de investigação (Explicativo sequencial) (adaptado de Creswell, 2009)

Este desenho é uma forma popular e disseminada de investigação utilizando uma abordagem mista (Creswell, 2009). Resumidamente, segundo este mesmo autor, funciona utilizando técnicas quantitativas numa fase inicial, recolhendo e analisando os dados, seguindo a utilização de técnicas qualitativas assentes na análise inicial dos dados quantitativos. Este tipo de

desenho permite que, utilizando técnicas qualitativas, se explorem os resultados quantitativos, sobretudo aqueles que são inesperados e surpreendentes, com maior detalhe e profundidade. O principal ponto forte deste tipo de desenho é ser direto e retilíneo, não existindo grande espaço para desvios. O principal ponto fraco é que, por ser sequencial e não em simultâneo, exige tempo para a colheita dos dados, sobretudo se utilizar técnicas qualitativas complexas (Creswell, 2009).

Iremos esclarecer em seguida as questões relativas com o campo de análise e os critérios de amostragem.

2.3 – CAMPO DE ANÁLISE E AMOSTRAGEM

A natureza e desenho do estudo foram escolhidos por forma a atingir os objetivos pretendidos dentro da problemática. No entanto, a quem nos devemos dirigir? Na resposta a esta questão encontra-se um dos passos mais decisivos de um estudo de investigação científica. De facto, tal como referem Quivy e Campenhoudt (2005: p. 154), “não basta saber que tipos de dados deverão ser recolhidos. É também preciso circunscrever o campo das análises empíricas no espaço, geográfico e social, e no tempo”.

A investigação foca-se num fenómeno particular que se encontra espelhado nos seus objetivos e hipóteses apresentadas e que é o processo de socialização através do desporto (em particular, Karate-Dō) e a sua repercussão num aspeto específico da vida das pessoas – a sua perceção de qualidade de vida.

Neste estudo o campo de análise pode ser entendido, em termos genéricos, como os praticantes de Karate-Dō em Portugal, ou seja, todos aqueles que pertencem ao grupo de praticantes de Karate-Dō (que efetivamente praticam regularmente) no espaço do território português na segunda década do século XXI.

É impossível abarcar toda a população em estudo no campo de análise escolhido (mais de 14000 pessoas). É simplesmente demasiado vasta e a recolha de informação de toda ela necessitaria de recursos financeiros e temporais muito acima dos disponíveis. Como tal é necessário estabelecer critérios para se tornar um estudo exequível, procurando a maior representatividade possível da amostra a observar.

As técnicas de amostragem selecionadas neste estudo tiveram diversas condicionantes, entre elas: o tempo disponível, o custo e a falta de colaboração da Federação Nacional de Karate – Portugal. Assim, optou-se na realização do inquérito por uma técnica de amostragem não-probabilística tipo “Bola de Neve”. Partiu-se de uma seleção dos elementos iniciais entre os contactos diretos do investigador, que após espalharam o inquérito pelos seus contactos

online e assim sucessivamente. Os questionários aplicados presencialmente foram realizados em sessões de curso de formação através de um dos contactos do investigador. Na realização da entrevista utilizou-se uma técnica de amostragem não-probabilística por conveniência sendo selecionados os especialistas entre os contactos e conhecimentos do investigador.

Os critérios de amostragem selecionados foram os seguintes: saber ler e escrever, ser residente em Portugal, praticar Karate-Dō de forma regular no mínimo há dois anos, ter mais de 18 anos. Estes critérios justificam-se tendo em conta os objetivos do estudo. O primeiro é geral é fundamental para a resposta ao inquérito. O segundo é delimitado pelo espaço geográfico que se pretende analisar, neste caso a realidade portuguesa. O terceiro por ser a característica distintiva de pertença ao grupo, unificadora de todos participantes, tal como o tempo considerado necessário para a apreensão dos conceitos e conseqüente socialização secundária pela pertença ao grupo. O quarto, por se considerar a idade de emancipação legal, correspondendo também a uma fase onde já se podem encontrar traços da influência da socialização secundária através da pertença ao grupo.

Por último, abordam-se as questões relativas à operacionalização da metodologia, nomeadamente as técnicas e instrumentos utilizados.

2.4 – TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE DADOS

A construção de um modelo de análise adequado aos objetivos delineados para a investigação, tal como a seleção dos métodos mais acertados são fundamentais para garantir a integridade científica de estudo científico deste nível. Após se ter clarificado e justificado estas opções torna-se imperativo escolher as técnicas de recolha de dados mais adequadas. Neste caso, foram a análise documental, o questionário e a entrevista (quadro 8).

Técnica	Objetivo	Objeto
Análise documental	Caracterização do objeto de estudo	
Questionário	Recolha de dados dos indivíduos por forma a construir uma base de dados objetivos e dirigidos aos objetivos do estudo	Treinadores/Atletas de Karate-Dō a nível nacional, federados, independentemente do estilo e método de treino, com maior de 18 anos
Entrevista	Clarificação e complemento dos dados obtidos pela aplicação do questionário	Treinadores/Atletas consideradas especialistas em ambos os métodos de treino

Quadro 8 – Técnicas de recolha de dados utilizadas (com objetivo e objeto)

A opção por estas técnicas de recolha de dados, associadas aos métodos selecionados, teve como objetivo central a robustez e validade dos dados recolhidos. Isto é, foram usadas diferentes técnicas complementares por forma a suprirem as limitações de umas e outras e a conseguir-se uma triangulação de dados.

A utilização de questionários é uma estratégia que permite aos participantes expressarem as suas atitudes, crenças e sentimentos acerca de um tópico de interesse através de um instrumento escrito e limitado (Teddlie e Tashakkore, 2009). Os questionários mais utilizados são os de enfoque quantitativo com respostas fechadas, pois permitem recolher e analisar as respostas de forma mais eficiente. Serão deste tipo os questionários usados neste estudo. De facto, recorreremos às escalas de atitude, por serem instrumentos que facilitam a mensuração das atitudes, crenças, percepções, intenções e aspirações acerca de um tema (Teddlie e Tashakkore, 2009).

Optou-se ainda por realizar-se uma segunda parte de recolha de dados mediante a técnica da entrevista. Esta é uma técnica muito flexível, que permite “aprofundar os sistemas de valores, pontos de vista, experiências e referências dos indivíduos” (Quivy & Campenhoudt, 2005, p. 191). A flexibilidade da entrevista é, porém, apontada como a sua principal fragilidade podendo os resultados serem, de certa forma, enviesados pela relação que se estabelece entre o entrevistador e entrevistado e a própria forma como as questões se encontram formulados (Quivy e Campenhoudt, 2005). Procurámos minimizar este aspeto através do rigor no uso da técnica e da complementaridade com o questionário.

Esta complementaridade entre as duas técnicas procura garantir a maior fiabilidade dos dados recolhidos - partindo de um inquérito por questionário para a recolha de dados quantitativos relevantes e conseqüente construção do questionário de entrevista baseado nestes dados, tentou-se um maior entendimento daqueles resultados, que potenciou a compreensão global do fenómeno.

2.4.1 – Análise documental

Ao se iniciar a investigação foi realizada uma análise da documentação existente na temática em estudo. Esta análise foi realizada de uma forma informal sem um esquema formal balizador da mesma. A pesquisa iniciou-se

pelos estudos prévios existentes em Portugal englobando Artes Marciais, tal como em Sociologia do Desporto, alargando-se depois à mesma temática em termos internacionais, documentos oficiais da Federação Nacional de Karate – Portugal e World Karate Federation, tal como dos autores que se debruçam sobre os três principais conceitos deste estudo: socialização, desporto e qualidade de vida.

2.4.2 – Questionário

Neste estudo de investigação foi realizada recolha de dados por inquérito por questionário. Por forma a garantir a integridade científica da pesquisa, na realização destes inquéritos foram assumidos os pressupostos metodológicos aceites pela comunidade científica acerca da construção do questionário (natureza das questões e escalas utilizadas), da aplicação do pré-teste, da determinação da fiabilidade interna e da validade do questionário, da aplicação do inquérito e da análise dos dados obtidos. Quivy & Campenhoudt (2005) referem que qualquer método depende dos objetivos da investigação, do modelo de análise e das características do campo de análise para ser bem-sucedido. Esta foi a primeira análise realizada para escolher este método de recolha de dados.

Hill e Hill (2000) utilizam a metáfora comparativa da construção de uma casa para descreverem a construção de um bom questionário (quadro 9):

Passo	Construção duma casa	Construção de um questionário
1	Terreno	Área geral de investigação
2	Fundações	Objetivos da investigação
3	Paredes	Hipóteses de investigação e métodos para analisar os dados
4	Piso 1	Secções do questionário

5	Telhado	Perguntas do questionário
---	---------	---------------------------

Quadro 9 – Etapas da construção de um questionário, retirado de Hill e Hill (2000)

Adams (2008) concretiza referindo que para construir um bom questionário, e para garantir a validade e fiabilidade deste, é necessário ter em atenção: a estrutura e tamanho; a linguagem das questões; e a utilização de diferentes formas de questões (abertas e fechadas) e escalas.

O questionário (Apêndice 1) foi construído com base no enquadramento teórico e a análise documental realizada, procurando responder aos objetivos do estudo e às hipóteses levantadas. A construção deste foi supervisionada e validada por um painel de peritos.

Este painel de peritos foi constituído por:

- Dois especialistas na área das Metodologias de Investigação em Ciências Sociais, ambos doutorados, docentes na área nas suas instituições e com vasta experiência em orientação de teses de doutoramento em diferentes áreas¹.
- Um especialista na área da Sociologia do Desporto, na sua vertente da teoria das Artes Marciais, doutorado, docente na sua instituição, com um vasto currículo de publicações na matéria, sendo considerado um dos maiores especialistas mundiais nesta área específica de conhecimento². O questionário foi traduzido para língua inglesa para avaliação por parte deste último especialista.

As traduções a partir da língua inglesa necessárias para o desenvolvimento deste trabalho foram supervisionadas e validadas por dois especialistas em língua inglesa, nomeadamente na sua vertente técnica. Ambos apresentam formação avançada certificada com o nível mais elevado dos *Cambridge English Language Assessment*[®], são revisores de artigos científicos em revistas internacionais em língua inglesa e trabalham em meios com necessidade de fluência escrita e falada na língua inglesa³.

1 – Prof. Dra. Maria dos Anjos Dixe e Prof. Dr. João Apóstolo

2 – Prof. Dr. Wojciech Cynarski

3 – Doutor João Damas e Mestre Pedro Reis

Estes especialistas emitiram questões e sugestões de alteração que foram realizadas, sendo posteriormente revalidado o questionário pelos mesmos.

O questionário não se encontra formalmente dividido em partes ou secções; no entanto, pode-se dividir em três partes de acordo com os objetivos das questões (quadro 10), uma vocacionada para a caracterização demográfica da amostra, a segunda direcionada para a socialização através do Karate-Dō, e a última dirigida ao binómio Karate-Dō – Qualidade de Vida. Nesta última secção está integrado um instrumento de avaliação de qualidade de vida percecionada – o *Personal Wellbeing Index*.

Secção	Objetivo	Questões (número)
Caracterização demográfica	Aspetos gerais	1; 2; 3; 4; 5
	Aspetos relacionados com a prática do Karate-Dō	6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13
Socialização através do Karate-Dō	Motivação para a prática	14;15
	Reconhecimento do <i>habitus</i>	16; 17
	Símbolos e valores	18; 19; 20; 21; 22; 23
Karate-Dō – Qualidade de Vida	Relação Qualidade de Vida percecionada com Karate-Dō	24
	Qualidade de Vida percecionada no geral (<i>Personal Wellbeing Index</i>)	25

Quadro 10 – Estrutura do questionário

A maioria das questões do questionário são perguntas do tipo “fechada” variando entre respostas de “escolha múltipla” e respostas com recurso a escala de Likert. Nas respostas onde se utiliza este tipo de escala pretende-se que os indivíduos se coloquem num *continuum* entre duas posições diametralmente opostas. O valor mais baixo geralmente apresenta-se como o ponto de menor concordância com o enunciado enquanto o valor mais alto se

apresenta como o ponto de maior concordância. No caso deste questionário foi utilizada uma escala de Likert que variou entre o 1 e o 5 com o 1 a ser o valor de menor concordância e o 5 o de maior concordância com o enunciado da questão.

O questionário apresenta ainda algumas questões de resposta “aberta” por forma a permitir a exploração livre por parte do inquirido de aspetos em que se considerou ser mais pertinente ter uma resposta “mais personalizada”.

Como foi referido integrou-se na última secção do questionário, o instrumento *Personal Wellbeing Index*.

O *Personal Wellbeing Index* é um questionário desenvolvido pelo *International Wellbeing Group* em 2006 com o objetivo de mensurar a qualidade de vida subjetiva (*subjective wellbeing*), ou percecionada, das pessoas. Foi desenvolvido a partir do ComQol desenvolvido por Cummins em 1994, sendo uma escala de avaliação de diferentes domínios (áreas) da vida. Este facto tem como principais vantagens: facilitar a “desconstrução” primária do conceito teórico; tornar a escala mais sólida e com maior validade conceptual; e permitir uma validade intercultural (*International Wellbeing Group*, 2006).

Esta escala é composta por 8 itens obrigatórios e 1 item facultativo (quadro 11). Os 8 itens obrigatórios procuram responder aos seguintes domínios da vida dos indivíduos: bem-estar material, saúde, produtividade, intimidade, segurança e comunidade. O item facultativo tem como objetivo servir de ponto de comparação e interligação dos itens obrigatórios (*International Wellbeing Group*, 2006) (quadro 4). Neste estudo foram usadas todas as 9 questões. Estas apresentam uma resposta por escala de Likert entre 0 e 10, sendo o 0 identificado como “Completamento insatisfeito”, o 5 como “Neutro” e o 10 como “Completamente satisfeito”. Esta distribuição dos valores permite assumir que resultados inferiores a 5 podem ser considerados negativos, enquanto superiores a 5 podem ser considerados positivos.

	Questão	Domínio
Questão facultativa	Pensando na sua vida e circunstâncias pessoais, quão satisfeito se encontra com a sua vida como um todo?	
Questão 1	Quão satisfeito se encontra com o seu nível de vida?	Bem-estar material
Questão 2	Quão satisfeito se encontra com a sua saúde?	Saúde
Questão 3	Quão satisfeito se encontra com o que está a atingir na vida?	Produtividade
Questão 4	Quão satisfeito se encontra com as suas relações pessoais?	Intimidade
Questão 5	Quão satisfeito se encontra com o seu sentimento de segurança?	Segurança (atual)
Questão 6	Quão satisfeito se encontra com o sentimento de pertença à sua comunidade?	Comunidade
Questão 7	Quão satisfeito se encontra com a sua segurança futura?	Segurança (futura)
Questão 8	Quão satisfeito se encontra com a sua espiritualidade ou religião?	Intimidade (espiritualidade)

Quadro 11 – *Personal Wellbeing Index* – relação entre questões e domínios (retirado de The International Wellbeing Index, 2006)

Foi solicitada a utilização deste instrumento junto do representante em Portugal do *International Wellbeing Group*, sendo considerada aceite pela omissão de resposta num espaço de 30 dias após o contacto via correio eletrónico. O instrumento encontra-se nativamente em língua inglesa, existindo uma tradução disponível em Português. Pela ausência de utilização desta escala na língua portuguesa em artigos científicos, foi realizada uma tradução paralela por dois especialistas em língua inglesa.

2.4.3 – Entrevista

A entrevista, neste estudo, como já foi referido anteriormente, foi utilizada para complementar a informação obtida a partir dos dados objetivos do questionário. Neste sentido optou-se por uma entrevista de carácter semiestruturado ou semidirigido onde o investigador lança as questões, permitindo a resposta aberta por parte do entrevistado, orientando apenas as respostas sempre que se afastem dos objetivos (Quivy e Campenhoudt, 2005).

O guião da entrevista (Apêndice 2) foi constituído por cinco questões, construídas pelo próprio investigador a partir da análise dos resultados obtidos através das respostas ao inquérito por questionário, direccionadas à descrição mais aprofundada e detalhada das disposições para pensar e agir dos praticantes, tentando desta forma descortinar um pouco do *habitus* da prática de Karate-Dō. Isto é, procurou-se com a realização da entrevista “sentir” os aspetos relacionados com a prática referidos no inquérito por questionário, nomeadamente, entrever (apesar de superficialmente) as disposições que integram o *habitus* dos praticantes de Karate-Dō.

Foram realizadas 6 entrevistas entre os meses de Julho e Agosto de 2017 com a seguinte distribuição:

- Género: 5 homens e 1 mulher;
- Idade: entre os 18 e os 63 anos;
- Graduação: entre 3º *kyu* e 4º *dan*;
- Método de treino: 3 participantes de cada.

As entrevistas foram gravadas, com autorização dos participantes, sendo depois transcritas para posterior análise. A informação obtida através das respostas dos participantes foi analisada através do método de análise do conteúdo temática, utilizando-se transcrições diretas dos diferentes participantes para melhor descrever as perceções e observações destes.

Concluindo, as opções metodológicas do estudo foram tomadas tendo em conta a questão de partida e, conseqüentemente, as questões subsidiárias, objetivos e hipóteses. O modelo de análise do estudo procurou também responder a estas questões, construindo-se as ligações expectáveis entre os conceitos e os seus domínios e indicadores, nunca esquecendo as hipóteses. Optou-se por um estudo de carácter exploratório, de metodologia mista (quantitativa-qualitativa) com um desenho explicativo sequencial – foi primeiro aplicado um questionário de construção própria (onde se encontra inserido um instrumento de avaliação da qualidade de vida percecionada já construído e aceito internacionalmente – *Personal Wellbeing Index*), seguido de entrevistas semiestruturadas com um guião construído a partir dos resultados obtidos, direcionado para a descrição das disposições para pensar e agir (*habitus*). A técnica de amostragem utilizada foi não probabilística tipo “bola de neve”.

3

RESULTADOS

“A ação positiva combinada com o pensamento positivo resulta em sucesso.”
(Shiv Khera)

Após proceder à análise vasta e exaustiva do conhecimento pré-existente e com isso situar o estado da arte foram selecionadas a melhor metodologia possível para responder aos objetivos do estudo, tal como a seleção criteriosa dos instrumentos a utilizar. Todo este processo pode ser encarado como uma preparação para a operacionalização do estudo. Esta operacionalização parte da aplicação dos instrumentos (Quivy & Campenhoudt, 2005). Esta aplicação dos instrumentos origina dados sobre a realidade em observação, dados esses que designamos como os resultados do estudo.

Os resultados do estudo são, portanto, aquilo que se busca quando se realiza um estudo científico, pois será a comparação e análise destes em conjunto com as hipóteses teóricas formuladas que originarão o novo conhecimento (Quivy & Campenhoudt, 2005).

No estudo aqui realizado foram aplicados 78 questionários válidos a praticantes de Karate-Dō, 51 foram aplicados via *online* e 27 foram recolhidos presencialmente, entre os meses de Julho de 2016 e Março de 2017. Foram ainda realizadas 6 entrevistas semiestruturadas, a indivíduos fora dos conhecimentos pessoais do entrevistador por forma a aumentar a abrangência

e reduzir os constrangimentos da ligação pessoal, e ocorreram entre os meses de Julho e Agosto de 2017.

Os dados foram trabalhados no SPSS®, na sua versão 14.0.0 para Windows®. Antes de iniciar a sua apresentação é necessário referir que o nível de significância (p) definido para análise estatística é de 0,05%, ou seja, para um grau de confiança de 95%, que é o valor aceite universalmente como intervalo aceitável de confiança para a análise estatística. Todas as variáveis do questionário foram testadas relativamente à sua normalidade através do teste de Kolmogorov-Smirnov, demonstrando-se que a maioria não apresenta distribuição normal, à exceção da idade, sendo por isso usados testes não paramétricos. Foi ainda realizada análise de conteúdo tanto para as respostas de carácter aberto do questionário como, essencialmente, na análise da informação obtida nas entrevistas.

Os dados são apresentados de acordo a dar resposta às hipóteses de investigação definidas realizando, para isto, uma integração entre a apresentação e a discussão dos dados em cada subcapítulo. Esta opção origina uma organização deste capítulo em subcapítulos orientados para cada hipótese de investigação levantada.

3.1 DADOS DEMOGRÁFICOS E DESCRITIVOS DA PRÁTICA DE KARATE-DŌ

É pretendido neste subcapítulo apresentar os dados sociodemográficos e descritivos da prática de Karate-Dō detalhados da amostra.

Quanto ao género responderam aos questionários 88,5% indivíduos do sexo masculino (n=69) e 11,5% indivíduos do sexo feminino (n=9) (Gráfico 1).

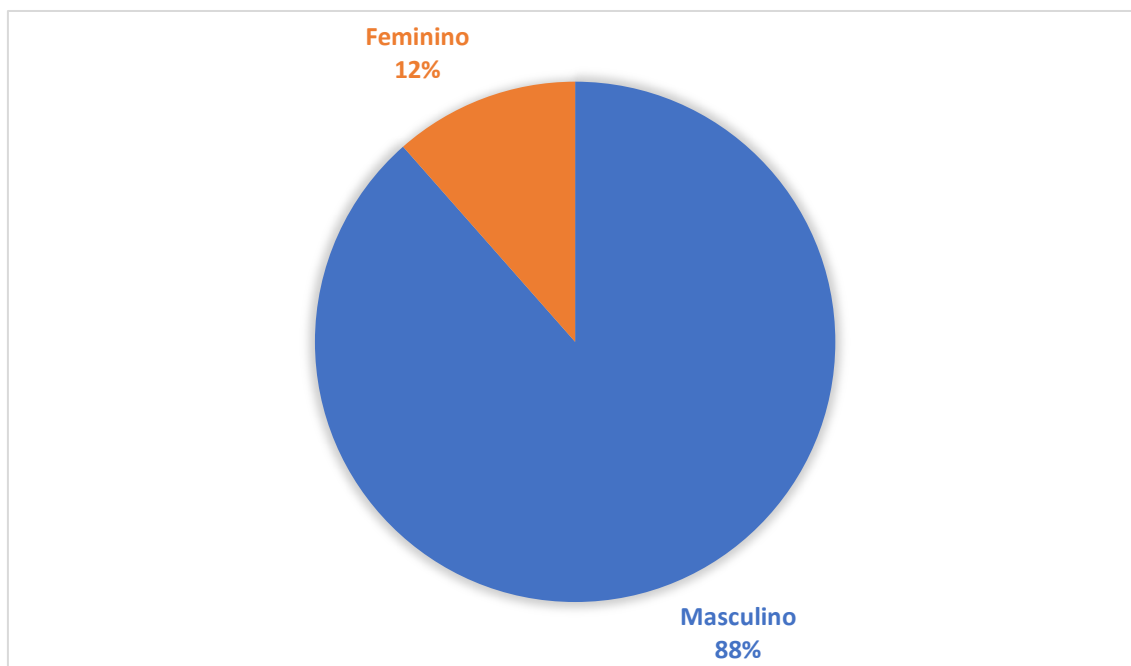


Gráfico 1 – Distribuição segundo o género

Esta diferença apresentada no número de participantes conforme o género vai de encontro ao descrito pela literatura, sendo esta discrepância esperada. De facto, “a participação no desporto das mulheres e raparigas é inferior à participação dos homens e rapazes em, virtualmente, todos os países do mundo (...). O padrão geral é inequívoco: as mulheres não participam no desporto na mesma escala do que os homens.” (Houlihan, 2007, p: 92).

A realidade portuguesa não é, de todo, distinta deste padrão. No global dos 566366 atletas federados que existiam em Portugal em 2015, 410353 (72,5%) são homens e 156013 (27,5%) são mulheres, o que demonstra um grande fosso na prática desportiva portuguesa tendo em conta o género (PORDATA, 2017a).

A prática de artes marciais, e do Karate-Dō, em particular não se afasta desta realidade. Tendo em conta os dados de 2017 disponibilizados pela Federação

Nacional de Karate – Portugal (FNK-P) (2017a), dos 10355 atletas federados, 2854 são do sexo feminino, perfazendo então 27,5%, o que vai de encontro aos dados globais da prática desportiva em Portugal.

Estes resultados estão, de certa forma, em linha com os apresentados por Stoleroff e Rosa (2008) onde 86% dos inquiridos são do género masculino e, conseqüentemente, 14% são do género feminino.

Esta discrepância na participação entre homens e mulheres é explicada por Castillo (2002: p.42) por:

“os diferentes estilos marciais serem concetualizados como ora sendo duro ou macios, yin ou yang. Yin é macio, flexível e feminino, enquanto o Yang é duro e firme, masculino. Estilos duros, como o Karate, enfatizam os pontapés poderosos e os golpes realizados em linha reta. As artes marciais macias, como o Tai Chi, fazem maior uso dos movimentos circulares na tentativa de redirecionar a força ao invés de ir de encontro a esta”.

Quanto à idade, esta varia entre os 18 e os 61 anos de idade com uma média de 36,7 anos e um desvio padrão de 12,7 anos.

Utilizando os grupos etários de referência do Instituto Português do Desporto e Juventude (2016) para a definição da prática desportiva – pré-juniores (<16 anos), juniores (16-17 anos), seniores (18-34 anos) e veteranos (> 35 anos) – a distribuição dos participantes no estudo apresenta-se equilibrada, com 46,2% incluídos no grupo dos seniores e 53,8% no grupo dos veteranos (gráfico 2).

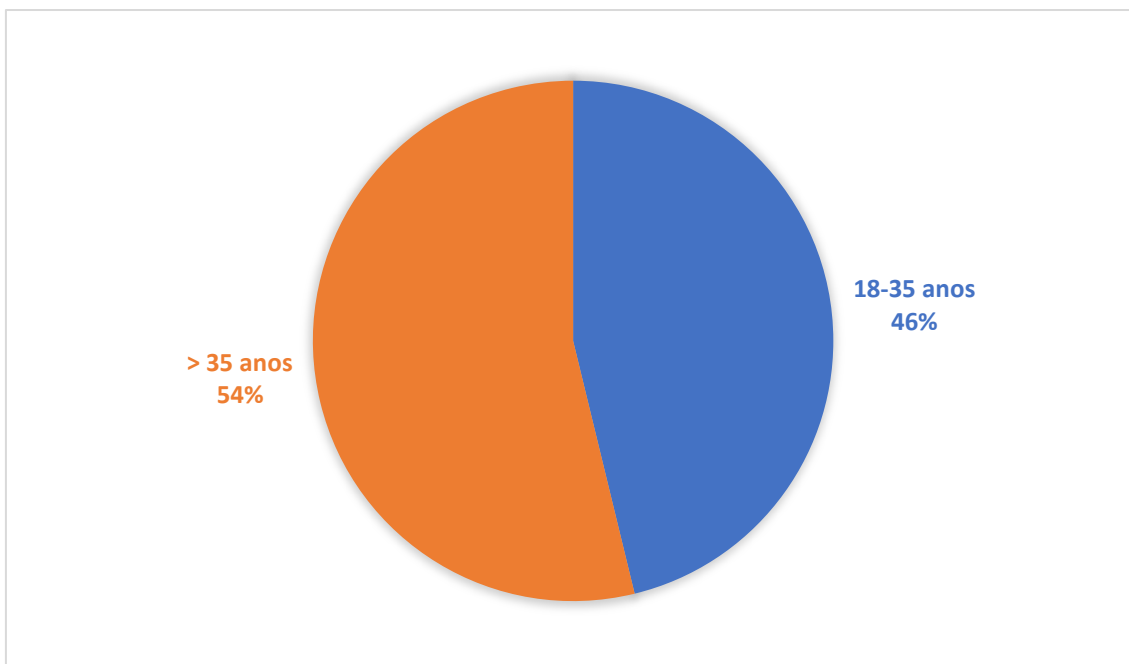


Gráfico 2 - Distribuição segundo o grupo etário (desportivo)

Esta distribuição contrária, de certa forma, a apresentada na globalidade da prática desportiva federada em Portugal. Segundo a base de dados PORDATA (2017b), 67,3% da população federada encontra-se nos escalões de pré-juniões e juniões, enquanto 32,7% se encontra nos escalões de seniores e veteranos. Neste segundo grupo, correspondente à população com idade superior a 18 anos, encontramos 67,6% da população até aos 35 anos (exclusive) e os restantes 32,4% em idades superiores. A FNK-P, após contato direcionado, refere não ter os dados específicos sobre esta variável na prática de Karate-Dō em Portugal, pelo que é apenas possível inferir os resultados desta a partir dos gerais apresentados anteriormente.

No entanto, na prática de Karate-Dō é de esperar que o grupo dos veteranos (mais de 35 anos) se assuma como especialmente importante e com uma percentagem mais expressiva que o grupo dos seniores, pois a prática de Karate-Dō na idade adulta tem tendência para ser contínua e prolongada no tempo, ultrapassando as limitações temporais da competição desportiva, pois é considerada como uma atividade para a vida com um objetivo central de autoaperfeiçoamento (Karate Canada, 2009). Pelo que esta distribuição vai de encontro à esperada.

A amostra quanto à escolaridade distribui-se com 3,85% de indivíduos com o 9º ano de escolaridade, 53,85% de indivíduos com o 12º ano de escolaridade,

existindo ainda 42,31% de indivíduos com formação no ensino superior. Estes últimos dividem-se em 23,08% com o grau de licenciatura e 19,23% com o grau de mestre (gráfico 3).

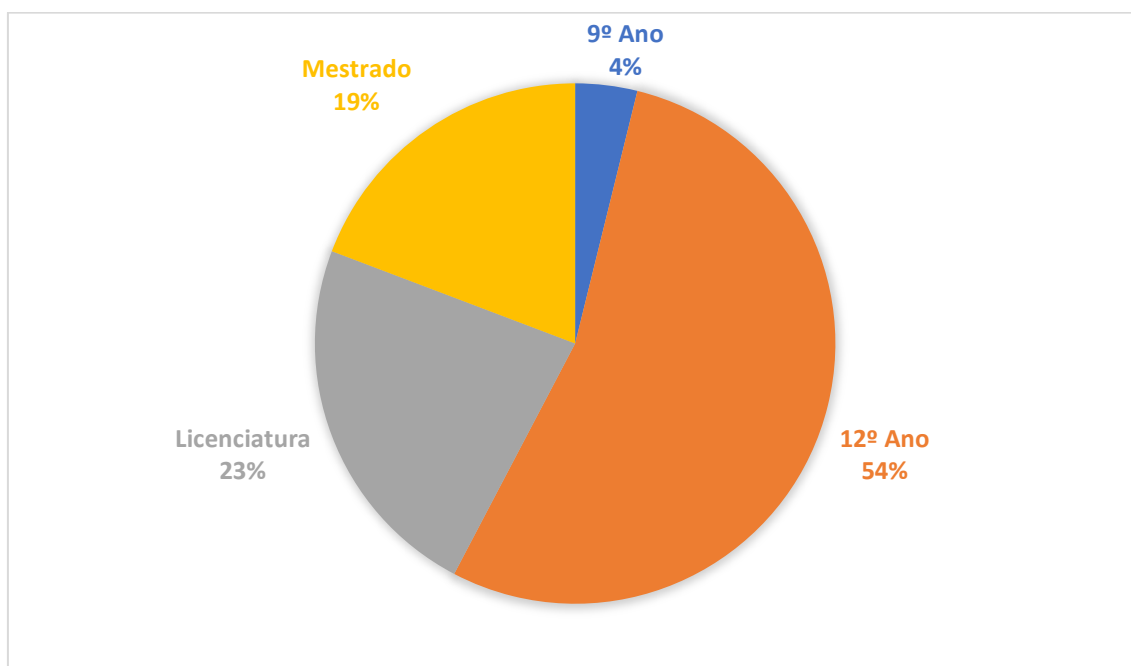


Gráfico 3 - Distribuição segundo a escolaridade

A distribuição do nível de escolaridade é, de certa forma, distinta da população em geral, pois os praticantes de Karate-Dō apresentam um nível de escolaridade médio superior (96% dos participantes com escolaridade igual ou superior ao ensino secundário). Segundo PORDATA (2017c), a maioria da população apresenta, em igual valor, um nível de escolaridade correspondente ao 3º ciclo (20,4%) ou ao ensino secundário (20,4%), sendo que a franja de população com ensino superior corresponde a 17,8%. Este valor de ensino superior compreende em si os diferentes três níveis de ensino – licenciatura, mestrado e doutoramento. A FNK-P, após contato direcionado, refere não ter os dados específicos sobre esta variável na prática de Karate-Dō em Portugal, pelo que é apenas possível inferir os resultados desta a partir dos gerais apresentados anteriormente. Apesar disto, estes resultados estão, de certa forma, em linha com os apresentados por Stoleroff e Rosa (2008) onde 91,8% dos inquiridos apresentam uma escolaridade ao nível do 9º Ano ou superior, num estudo envolvendo os praticantes de Karate-Dō em Portugal.

Foi realizada a análise de variância entre esta variável e a variável “idade” com recurso ao teste de Kruskal-Wallis, apresentando um resultado do nível de significância de 0,488. Este resultado demonstra não existir uma ligação significativa entre as variáveis, pelo que esta não é, aparentemente, um facto decisivo na distribuição.

Devido à inexistência de dados concretos especificamente relacionados com a prática de Karate-Dō podemos inferir a partir de dados gerais relativos à prática desportiva que os praticantes de desporto não profissional atingem melhores resultados escolares, em vários contextos, tal como encontraram Pfeifer e Cornelißen (2009): “No geral, descobrimos que a participação (...) em atividades desportivas tem efeitos positivos significativos nos resultados educacionais (Pfeifer e Cornelißen, 2009, p:101). Como tal, torna-se compreensível que os participantes, como integrantes numa prática desportiva não profissional, apresentem resultados mais elevados de nível de escolaridade, do que a população em geral.

Quanto ao distrito de residência, os participantes são maioritariamente da região Centro Litoral e Lisboa e Vale do Tejo. Encontramos a seguinte distribuição dos participantes: 46,15% reside no distrito de Santarém; 23,08% reside no distrito de Lisboa; 11,54% reside no distrito de Leiria; 11,54% reside no distrito de Coimbra; 3,85% reside no distrito de Setúbal; e 3,85% reside na região autónoma da Madeira (gráfico 4).

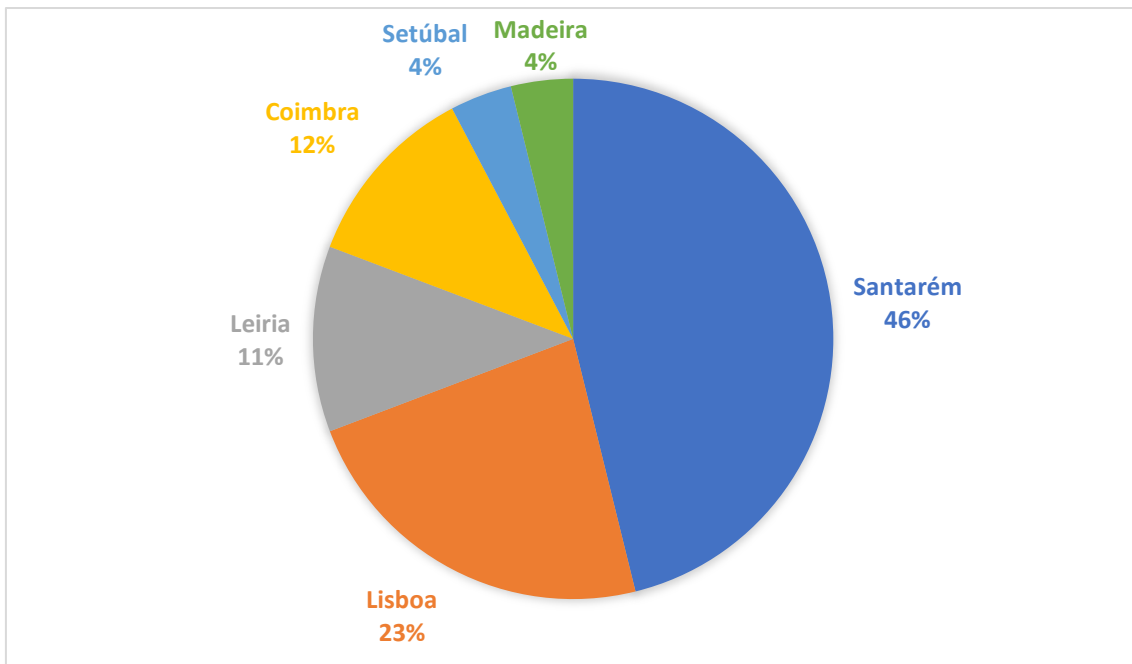


Gráfico 4 - Distribuição segundo o distrito de residência

A distribuição dos participantes no estudo conforme o distrito de residência é correspondente à esperada *a priori*. Esta é maioritariamente derivada da técnica de amostragem selecionada em que se recorreu aos contatos do investigador que se situam maioritariamente no distrito de Santarém e limítrofes. Para além deste facto, que é decisivo, a área de abrangência dos distritos aos quais pertencem os participantes do estudo situa-se em 44,8% da população total do país (PORDATA, 2017d). Em termos específicos, esta elevada percentagem de população também é transcrita para a realidade do Karate-Dō com 44 das 88 associações de Karate-Dō a estarem localizadas nestas regiões (ou seja, 50% do total) (FNK-P, 2017b).

Relativamente à atividade profissional desempenhada pelos participantes, 78% encontram-se profissionalmente ativos. Dividem-se em 50% de indivíduos trabalhadores por conta de outrem e 26,92% de indivíduos trabalhadores por conta própria. Entre os 23,07% de participantes não ativos profissionalmente, 15,38% de estudantes e 7,69% são indivíduos desempregados (gráfico 5).

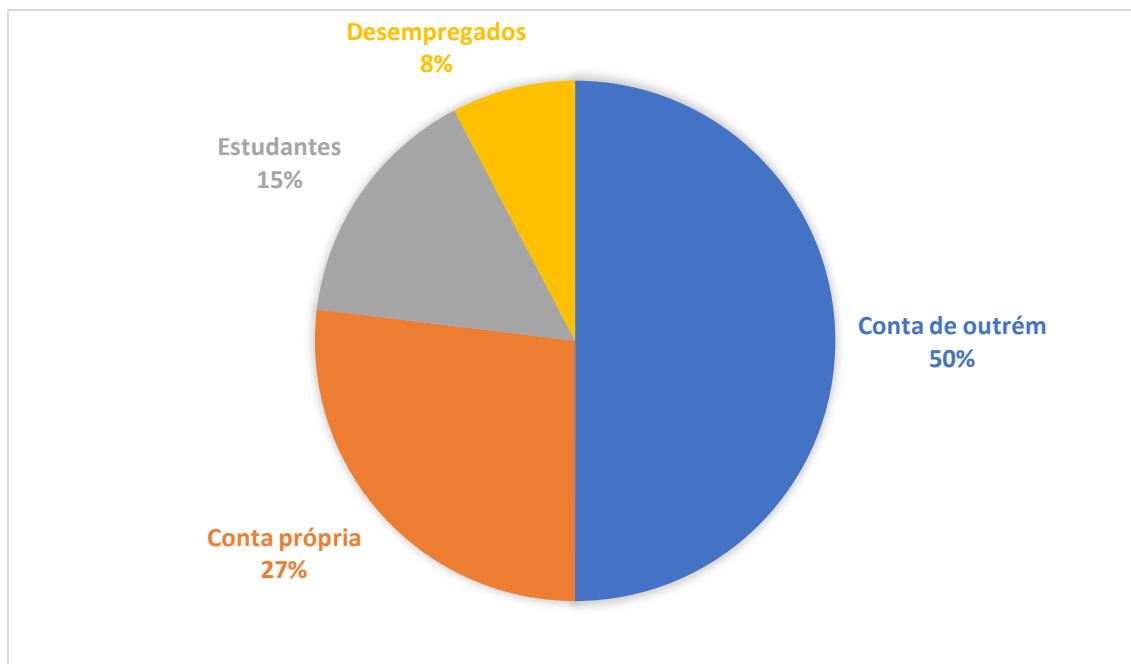


Gráfico 5 - Distribuição segundo a situação profissional

Esta distribuição enquadra-se no panorama geral da população portuguesa, pelo que se pode considerar que é uma distribuição esperada. Da fatia da população ativa que corresponde a 76,9% da população em idade ativa (entre os 15 e os 64 anos), 18,8% são trabalhadores por conta própria, enquanto 82,2% são empregados por conta de outrem, enquanto 11,1% se encontram desempregados. 22,2% da população inativa é estudante (PORDATA, 2017e,f,g). Transpondo este último dado para a população em geral, estamos a falar de aproximadamente 8,1% da população.

Neste campo dos estudantes, em particular, era de esperar uma fatia ligeiramente superior à da população em geral visto existirem 23,1% dos participantes da amostra que se encontram na idade mais frequente de frequência do ensino (< 24 anos).

Estes resultados são, de certa forma, em linha com os apresentados por Stoleroff e Rosa (2008) onde 43,8% dos inquiridos são trabalhadores por conta de outrem, 17,8% trabalhadores por conta própria, 32,5% são estudantes, e apenas 0,6% são desempregados.

Em seguida, serão observados os dados descritivos da prática de Karate-Dō por parte dos participantes no estudo.

As graduações dos participantes podem considerar-se serem elevadas, ou seja, são todos praticantes experientes de Karate-Dō. Variam entre o 4º *kyu* (cinto vermelho) e 6º *dan* (sexto nível de cinto preto). 26,92% dos participantes apresenta o nível de *kyu* enquanto 73,08% apresenta nível de *dan*. Dos 26,92% dos participantes com nível de *kyu*, 3,85% são 4º *kyu*, 15,38% são 3º *kyu* e 7,69% são 2º *kyu*. Já os 73,08% dos participantes com nível de *dan* dividem-se em: 34,62% com nível de 1º *dan*, 11,54% com nível de 2º *dan*, 23,08% com nível de 3º *dan* e 3,85% com nível de 6º *dan* (gráfico 6).

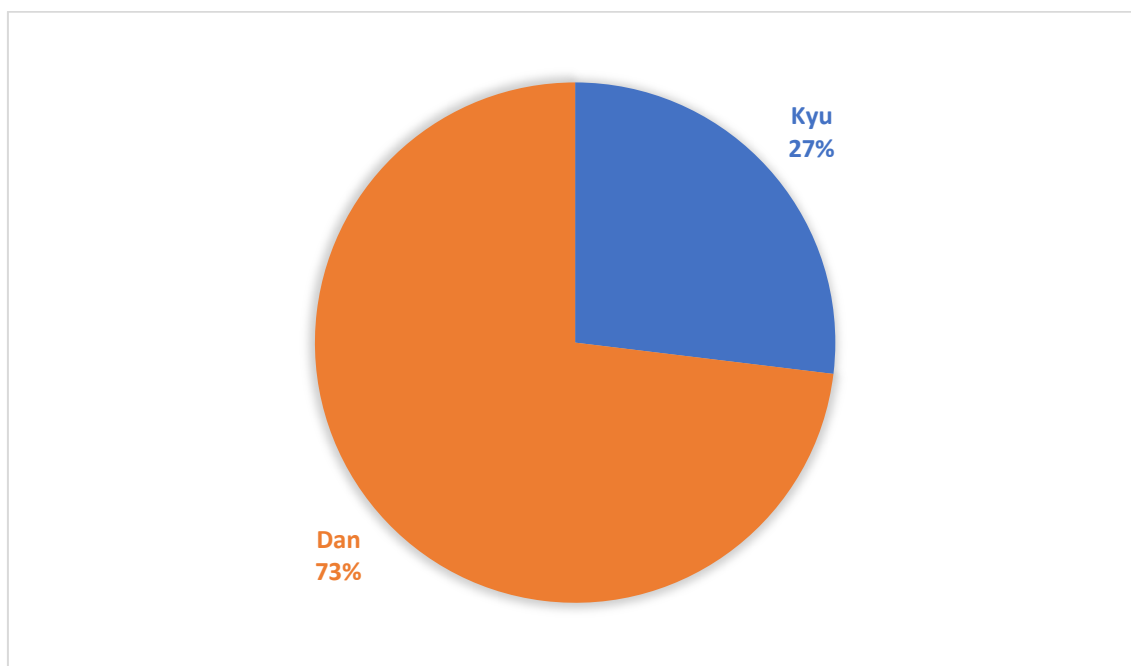


Gráfico 6 - Distribuição segundo graduação

O cinto negro é, reconhecidamente o símbolo de um praticante avançado na maioria das artes marciais:

“O dan ou cinto negro, indicam um nível de prática avançado e os seus possuidores tornam-se conhecidos como yudansha (recipientes de dan); as graduações de kyu representam os diversos níveis de competência abaixo do dan, sendo conhecidos como mudansha (aqueles que ainda não receberam o dan)” (Figueiredo, 2006, p: 271).

Olhando para estas definições dos termos é compreensível que atingir o nível de *dan* exige tempo e maturidade, logo a idade é um fator importante que não pode deixar de ter tido em atenção. Outro aspeto a ter em especial atenção nesta definição são os anos de prática dos participantes.

Foi realizada a análise de variância entre esta variável e a variável “idade” com recurso ao teste de Kruskal-Wallis, apresentando um resultado do nível de significância de $<0,001$. Este resultado demonstra existir uma ligação significativa entre as variáveis, pelo que esta é, aparentemente, um fator decisivo na distribuição.

Os anos de prática de Karate-Dō dos participantes no estudo também se podem considerar elevados (gráfico 7). Variam entre os 5 e os 47 anos, com uma média de 19,2 anos de prática. 26,9% apresentam entre 5 e 10 anos de prática; 38,5% encontram-se entre os 11 e os 20 anos de prática; enquanto 19,2% tem entre 21 e 30 anos de prática; os restantes 15,4 apresentam mais de 31 anos de prática.

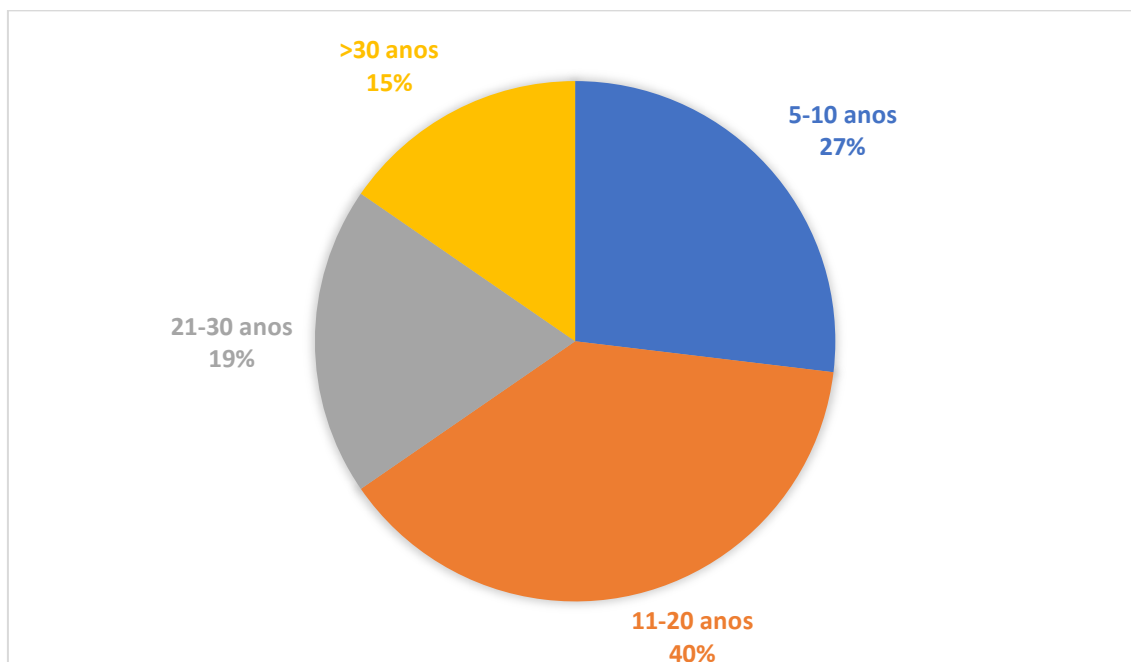


Gráfico 7 - Distribuição segundo tempo de prática

Posto que dois dos critérios de amostragem são os participantes serem maiores de idade e terem mais de dois anos de prática, é esperado que se encontrem praticantes com graduações mais elevadas, tal como mais anos de prática em consonância com este facto. O resultado positivo muito significativo entre as duas variáveis:

- Anos de prática e graduação - significância do teste de Kruskal-Wallis = $<0,001$;

- Anos de prática e idade – teste de Pearson = 0,631 (significância = <0,001);

Demonstram claramente que os anos prática estão diretamente relacionados com a graduação e a idade dos participantes, ou seja, quanto mais velhos em idade e mais experientes em graduação, mais anos de prática apresentarão os atletas. Esta constatação permite esperar estes resultados, uma vez que apresentamos altos valores na idade e graduação, logo temos altos valores nos anos de prática.

Quanto à idade de início da prática esta varia entre grande parte do ciclo vital, ou seja, entre os 4 e os 42 anos, com a média a situar-se nos 14,5 anos. A larga maioria dos participantes no estudo iniciaram a sua prática de Karate-Dō ainda enquanto menores de idade (73,1%), enquanto os restantes 26,9% iniciaram a prática com 18 anos ou mais.

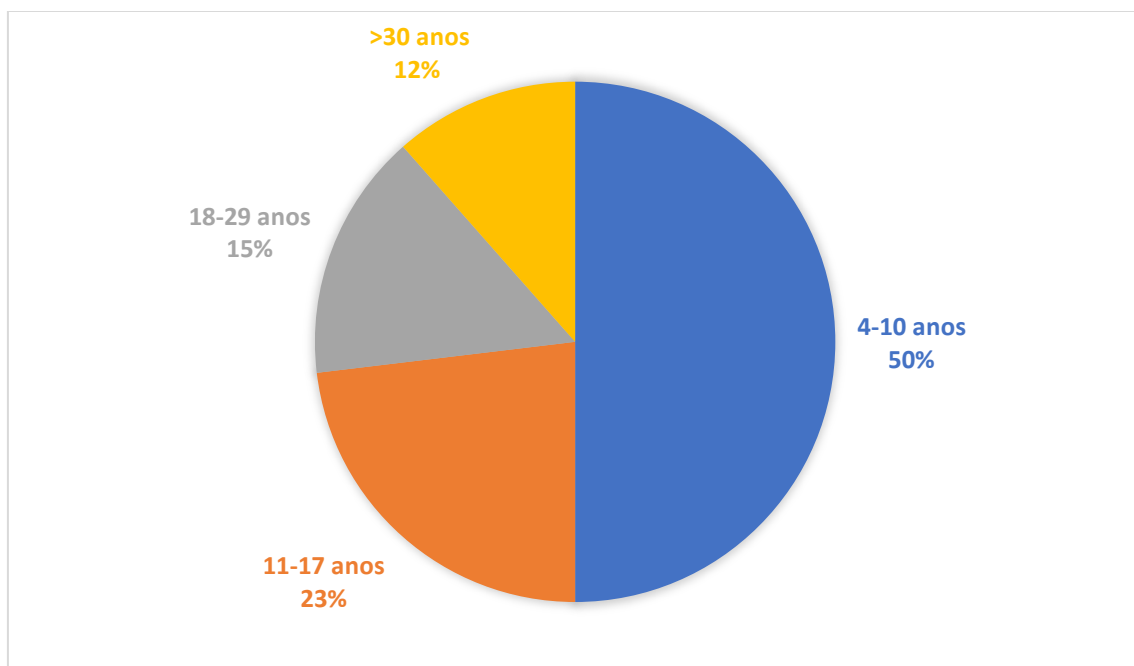


Gráfico 8 - Distribuição segundo idade de início da prática de Karate-Dō

É esperado que as pessoas que iniciaram a prática de Karate-Dō em idade mais precoce apresentem maior graduação e mais anos de prática pelo que foram cruzadas estas variáveis:

- Idade de início e anos de prática: teste de Pearson = -0,241 (significância = 0,033);

- Idade de início e graduação: significância do teste de Kruskal-Wallis = $<0,001$.

Estes resultados demonstram uma ligação forte entre as variáveis pelo podemos confirmar o que era esperado *a priori*, quanto mais precoce é o início da prática mais anos de prática e maior graduação apresentam os participantes.

A introdução da prática desportiva está muito relacionada com o ambiente escolar na maioria dos países do mundo (Houlihan, 2003). Felfe, Lechner and Steinmayr (2016, p: 1) apresentam no seu estudo dados concretos:

“Segundo a National Alliance for Youth Sports (NAYS), aproximadamente 65% das crianças a nível mundial estão envolvidas em práticas desportivas. Enquanto 55% das crianças americanas estão envolvidas em desporto infantil, nas crianças alemãs (...) são cerca de 70% de todas as crianças entre os 6 e os 14 anos que se encontram ligadas em atividades desportivas.”

Estes resultados estão relacionados com o que refere Coakley (1998), ou seja, existe uma crença generalizada, em diversas culturas, de que praticar desporto ajuda a construir o carácter, sendo esse um dos motivos dos pais colocarem as crianças em práticas desportivas. Transpondo esta crença generalizada para a prática de Karate-Dō especificamente, a instituição Karate Canada (2009, p:7), no seu documento de construção de um modelo de prática ao longo do ciclo vital refere:

“O Karate é bem conhecido por ser uma atividade fundamental para as crianças. Os valores da disciplina, robustez física e respeito, camuflados na arte, são muito atrativos para os pais que desejam proporcionar às suas crianças um ambiente estruturado onde possam crescer e amadurecer” (Karate Canada, 2009, p: 7)

Este tipo de publicidade (e resultados) existente em redor da prática do Karate-Dō origina que a prática deste seja introduzida pelos pais, justificando ainda mais a distribuição apresentada anteriormente.

O estilo praticado pelos participantes apresentou uma distribuição bastante desequilibrada, com uma larga maioria a praticar Shotokan – 76,9% - seguido do Shotokai (19,3%) e a minoria a praticar Goju-ryu (3,8%) (gráfico 9). É importante referir que não existem participantes dos maiores estilos (em termos

de participação) de Karate-Dō estando isto relacionado com dois fatores específicos: a técnica de amostragem selecionada por “bola de neve” e a realidade portuguesa em termos de prática de Karate-Dō. Postos estes dois fatores esta distribuição segue o exemplo da distribuição esperada.

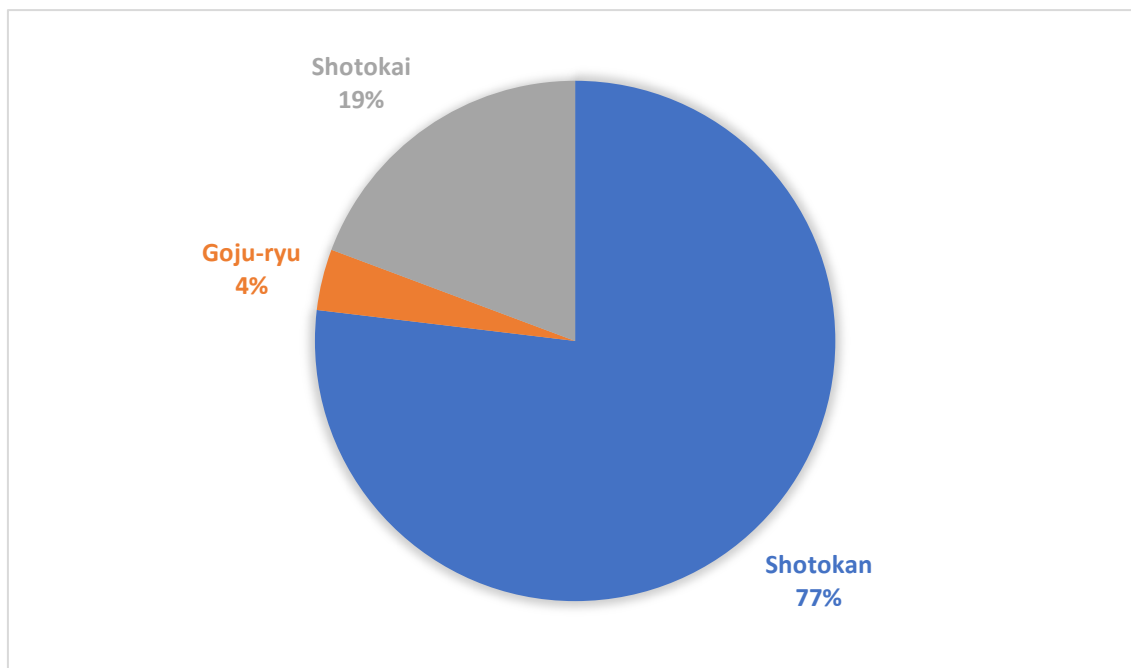


Gráfico 9 - Distribuição segundo estilo praticado

Existem 88 associações de Karate-Dō registadas atualmente na FNK-P (FNK-P, 2017c). Apesar de não existirem dados oficiais disponibilizados por esta federação acerca da ligação entre estas associações e os estilos de Karate-Dō a que estão associados, foi realizada esta pesquisa e realizada esta ligação individualmente. A distribuição conforme os estilos foi a seguinte (gráfico 10):

- Shotokan: 30 Associações;
- Goju-ryu: 18 associações;
- Shotokai: 13 associações;
- Shito-ryu: 11 associações;
- Mistas: 6 associações;
- Wado-ryu: 5 associações;
- Outros estilos: 4 associações;
- Desconhecido: 2 associações.

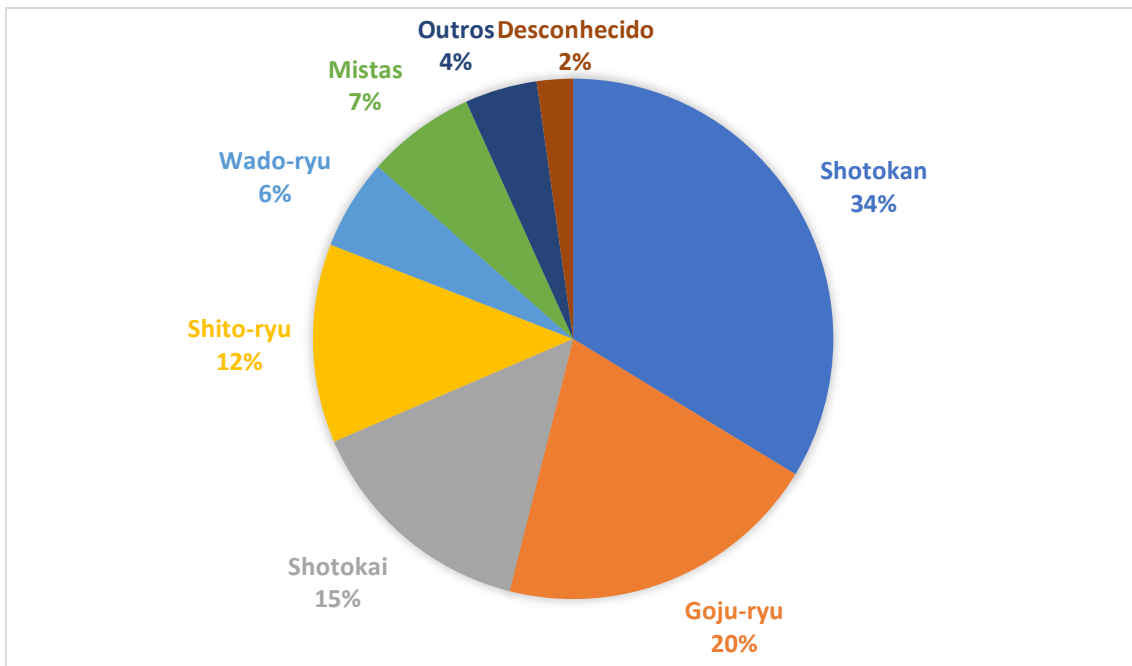


Gráfico 10 - Distribuição do número de associações a nível nacional registadas na FNK-P, segundo estilo

Verificando a distribuição apresentada anteriormente da realidade portuguesa, a distribuição dos participantes do estudo abrange os três estilos mais praticados no país, no entanto, não da forma como esta distribuição. Seria expectável que existissem mais praticantes de Goju-ryu no estudo, no entanto, esta situação não ter ocorrido é, maioritariamente, consequência da técnica de amostragem realizada, fixando a maioria dos praticantes nos estilos Shoto (Shotokan e Shotokai). Estes resultados são, de certa forma, em linha com os apresentados por Stoleroff e Rosa (2008) onde 72,2%, e por Rosa (2016) onde 68,7% dos inquiridos praticam um destes dois estilos Shoto.

Quanto à função que os participantes têm no local de treino (*dojo*), 34,62% refere ser treinador, enquanto 38,46% se apresentam como atletas. Existem ainda 26,92% que referem exercer as funções tanto de atleta como de treinador (gráfico 11).

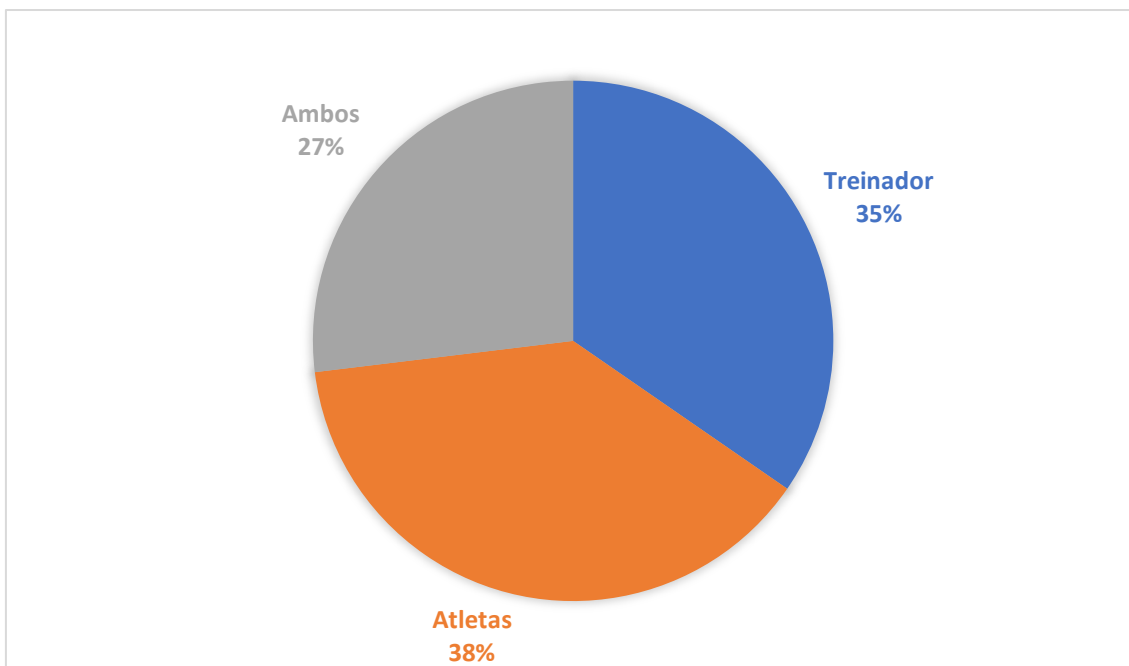


Gráfico 11 - Distribuição segundo função no dojo

A FNK-P (2017d) apresenta um total de 817 treinadores registados nos diferentes níveis de complexidade. Este número representa cerca de 7,9% do total dos praticantes registados na mesma federação. Apesar de o número de atletas ser superior ao de treinadores, os valores em causa são bastante diferentes dos da realidade descrita pelas estatísticas da FNK-P. No entanto, a diferença em relação à distribuição apresentada dos participantes era esperada *a priori*, devido aos critérios de inclusão no estudo, nomeadamente, o tempo de prática e a idade. Este ponto de vista é suportado pelos pré-requisitos exigidos pela própria FNK-P na admissão ao curso de treinador nível I (nível mais baixo de formação), isto é, é exigida a idade mínima de 18 anos, a graduação mínima de 1º *Dan* e escolaridade mínima equivalente ao 9º Ano (FNK-P, 2013). Estes critérios são respondidos cumulativamente pela larga maioria da amostra em estudo como foi demonstrado anteriormente. Para além deste aspeto regulamentar, Figueiredo (2005, p: 476), descreve sumariamente um treinador como alguém experiente em termos técnicos e de maturidade:

“O treinador é o agente responsável pelo ato de treino ou ensino de Karaté e que está devidamente habilitado para o exercício dessas funções, independentemente das denominações específicas utilizadas. Normalmente é referido num dojo como sensei que é um termo genérico

japonês que significa mestre ou professor (...). O treinador é o líder técnico do centro de prática e pode ser coadjuvado por outros treinadores.”

É esperado que as pessoas mais velhas, com mais anos de prática e com maior graduação desempenhem funções de treinador. Foram realizados os testes estatísticos de cruzamento desta variável com as variáveis “idade”, “anos de prática” e “graduação” com os seguintes resultados:

- Função no dojo e graduação: significância do teste de Kruskal-Wallis = $<0,001$.
- Função no dojo e idade: significância do teste de Kruskal-Wallis = $0,002$.
- Função no dojo e anos de prática: significância do teste de Kruskal-Wallis = $0,001$.

Estes resultados permitem perceber que existe uma ligação entre as variáveis pelo que podemos aceitar o que era esperado *a priori*.

Em relação ao método de treino preferencialmente realizado pelos participantes, 34,62% treino segundo o método desportivo/competitivo enquanto os restantes 65,38% treina segundo o método tradicional/não competitivo (gráfico 12).

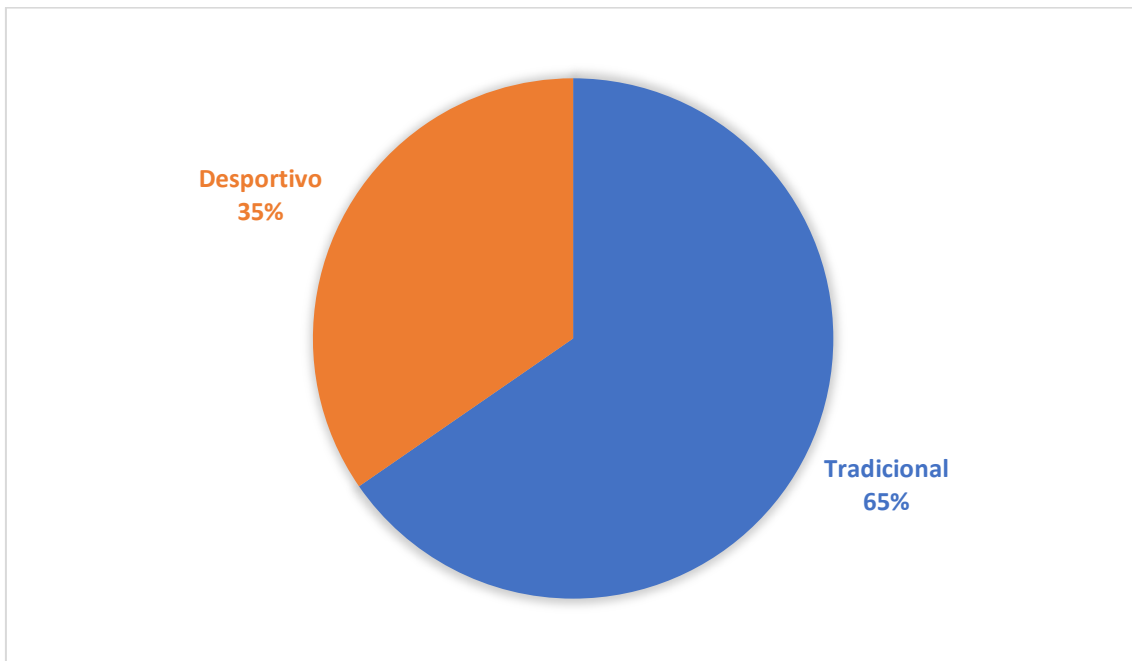


Gráfico 12 - Distribuição segundo método de treino

Dos 34,62% dos participantes que assumem como método de treino o desportivo/competitivo, 51,8% participam ativamente em competição federada. É, de certa forma, esperado que as pessoas mais jovens se encontrem a praticar o método desportivo e se encontrem a competir desportivamente, pelo que foi realizado o cruzamento entre estas variáveis. Foi aplicado o teste de Mann-Whitney que apresentou uma significância de 0,297, pelo que podemos inferir que não existe uma ligação significativa entre as variáveis, ou seja, o que era esperado não se confirma.

A vertente desportiva do Karate-Dō tem vindo a ganhar cada vez mais destaque na prática da arte marcial, e isto comprova-se pela gradual e maior institucionalização da competição desportiva que começou nos primeiros Campeonatos Mundiais em 1970, passando pelo reconhecimento pelo Comité Olímpico Internacional da World Karate Federation (1999), e culminando com a integração nos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020 (WKF, 2017). Esta complexificação foi também acompanhada em Portugal. O nosso país iniciou a sua participação em campeonatos do mundo em 1972 e em 1973 nos campeonatos europeus (Figueiredo, 2005). O aumento de provas organizadas com patrocínio da FNK-P, o início do projeto das seleções nacionais em 2007 com o alcançar de resultados de maior relevo nos recentes anos (FNK-P, 2017e), demonstra claramente este sentido. No entanto a maioria dos praticantes encontra-se na vertente tradicional de treino, como demonstra o documento *Karate for Life* (Karate Canada, 2007) já referido neste estudo, que na sua organização focada na organização da competição desportiva refere que a prática de Karate-Dō tradicional acontece em todo o ciclo vital, sendo uma abordagem mais abrangente. Os resultados do estudo apresentado por Rosa (2016) sobre a realidade portuguesa da prática de Karate-Dō, vão de encontro aos apresentados neste estudo, com a maioria dos participantes a referir que praticam Karate-Dō na sua conceção do Budō.

Apesar de não existirem dados concretos podemos recorrer a uma investigação mais minuciosa relativa ao número de atletas presentes nos campeonatos nacionais de Cadetes, Juniores e Seniores (faltando os dados relativos aos restantes escalões) podemos observar que participaram 667 atletas no total (FNK-P, 2017f). Este número encontra-se longe do total de praticantes de Karate-Dō em Portugal (10355) representando cerca de 6,5% do

total. Como tal podemos assumir que a maioria dos praticantes praticam o Karate-Dō no seu método tradicional, tal como reflete a amostra em estudo, o que era, desde logo, o esperado para o estudo.

Quanto à prática anterior de outros desportos de forma organizada, as respostas dividiram-se com 53,85% dos participantes a referirem terem praticado outros desportos de forma organizada, enquanto 46,15% refere nunca o ter feito.

Dos participantes que praticaram outro desporto de forma organizada, 44,44% referiram terem praticados desportos ditos coletivos (futebol, voleibol, basquetebol), enquanto 30,56% referiram terem praticados desportos ditos individuais (ténis, ténis de mesa, badminton, natação, atletismo, pesca, tiro, musculação). Apenas 25% referiram terem praticado outras artes marciais (jiu-jitsu, judo) (gráfico 13).

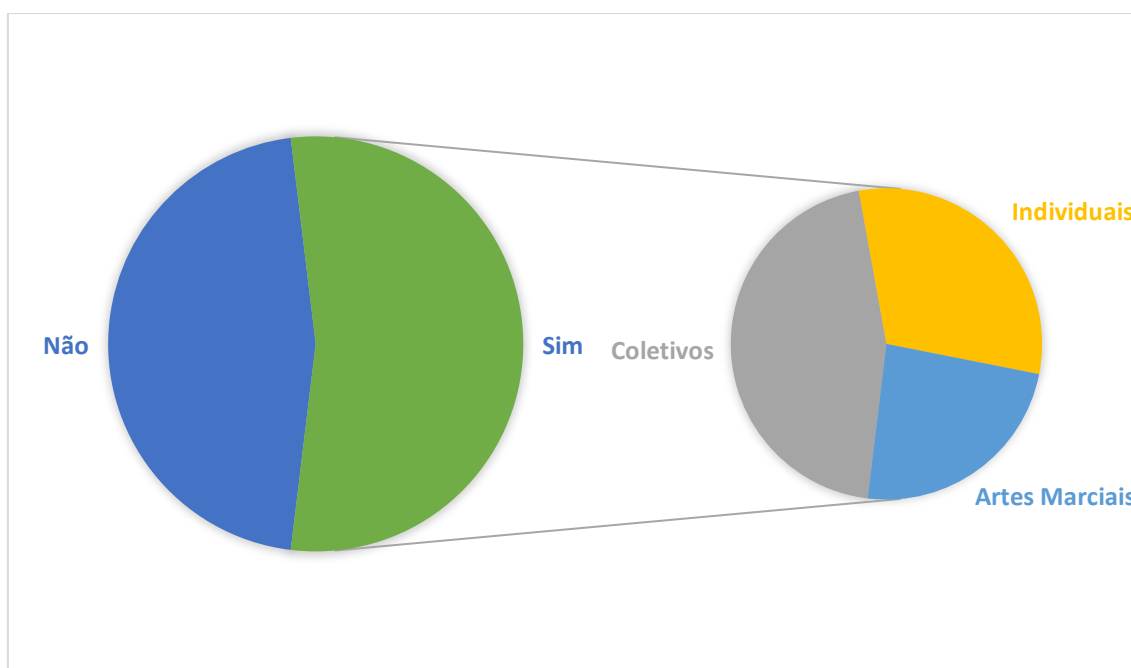


Gráfico 13 - Distribuição segundo prática de outro desporto

Marivoet (2000) refere no seu estudo que se comprova um aumento da prática desportiva na população adulta, sobretudo na prática federada. Para além disso, esta mesma autora (2011, p:129) reforça que “a socialização da cultura físico-desportiva, em especial nas gerações mais jovens, revela-se de extrema importância na aquisição de hábitos desportivos ao longo da vida”. Posto isto, é

natural que encontremos nos participantes do estudo, enquanto praticantes ativos de desporto, pessoas que praticaram vários desportos no passado.

No estudo sobre Hábitos Desportivos da População Portuguesa, realizado por Marivoet (2001), verificou-se que quanto mais elevado é o nível de escolaridade maior é a participação desportiva, sendo também os indivíduos com formação superior e os inseridos em grupos sociais com maiores recursos, que, em termos proporcionais, mais manifestam a intenção de início da prática desportiva. Foi, por este facto, realizado o teste de Chi-Quadrado por forma a encontrar uma eventual ligação entre a escolaridade e a prática de vários desportos, constatando-se uma ligação significativa (significância = 0,001), resultado que vai de encontro ao estudo já aqui referido.

A distribuição das respostas quanto aos desportos anteriormente praticados de forma organizada segue também o expectável por nós.

Olhando para os dados disponibilizados por PORDATA (2017h) é possível verificar que os desportos mais praticados em Portugal são, por ordem decrescente, futebol, andebol e voleibol, ou seja, desportos dito coletivos. Só estes três desportos em conjunto representam 45% do total dos praticantes de desportos federados em Portugal, se juntarmos o basquetebol (5º com maior número de praticantes), este valor passa para 51,4% do total. Posto isto é expectável que os participantes no estudo tenham praticado, na sua maioria, desportos dito coletivos em detrimento dos desportos ditos individuais ou outras artes marciais.

Foi questionado qual o motivo dos participantes terem optado pela prática de Karate-Dō. 42,3% dos participantes referiram ter sido pela filosofia de vida associada ao treino; 30,8% referiram ter sido pela complexidade da prática em termos físicos e mentais; 3,8% referiram ter sido derivado de necessidade de adquirir mais autoestima e autoconfiança; 8% referiram ter sido para realizar atividade física ou devida à sensação de bem-estar; enquanto 7,7% referiram ter sido uma escolha completamente aleatória. (gráfico 14).

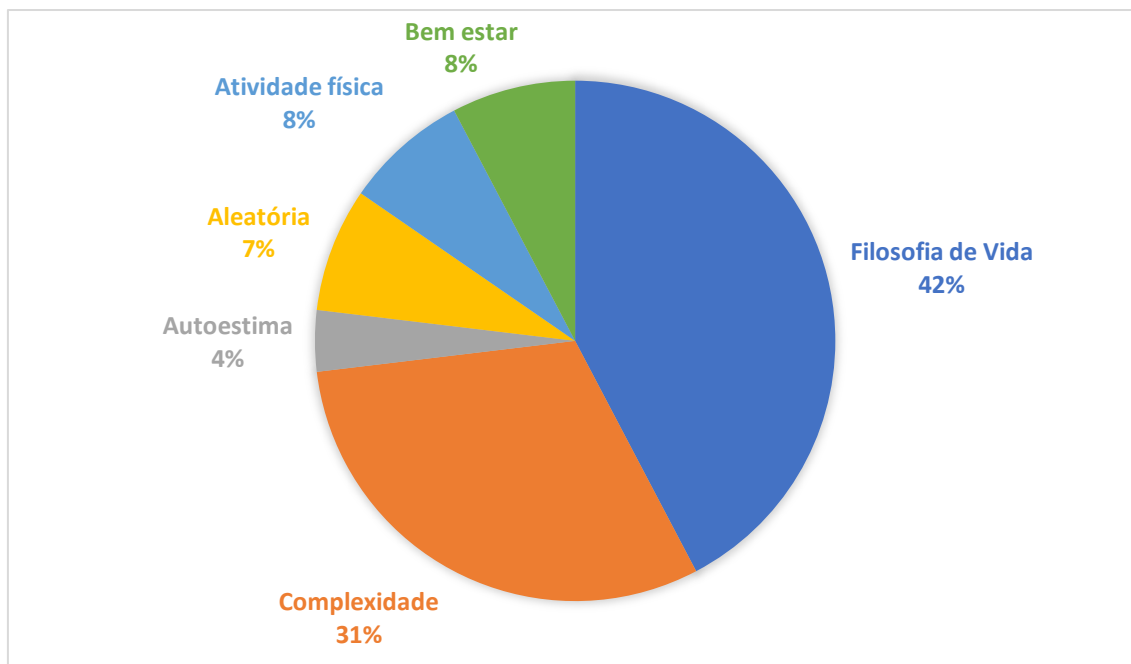


Gráfico 14 - Distribuição segundo opção pelo Karate-Dō

A resposta ter recaído maioritariamente pela opção filosofia de vida é algo esperado. Na verdade, o Karate-Dō é uma jornada de toda a vida, que ultrapassa o sentido de mera atividade física e que pretende aperfeiçoar o carácter dos seus praticantes:

“A prática de Karate-Dō é mais do que apenas treinar para a forma física ou autodefesa; é um caminho de autoaperfeiçoamento. É também uma via de atingir disciplina mental e controlo sobre as emoções. É uma jornada interior que permite que o karateca se torne melhor pessoa e promova uma sociedade de paz, felicidade e justiça.” (Karate Canada, 2009: p.45).

Em suma podemos verificar que a distribuição dos participantes é heterogénea em termos sociodemográficos, sendo apenas mais equilibrada na variável idade quando dividida em dois grupos etários específicos relacionados com a prática desportiva.

Observamos que a amostra é bastante heterogénea na graduação, estilo praticado e idade de início, sendo relativamente equilibrada nas restantes variáveis. Como expectável os anos de prática e a graduação são relativamente elevados e a idade de início relativamente precoce. É

interessante observar também que a maioria dos participantes praticou outros desportos, mas apenas uma minoria teve contato com outra arte marcial. Em seguida serão abordados os dados relativos ao nível de qualidade de vida percebida e a sua relação com a prática de Karate-Dō.

3.2 QUALIDADE DE VIDA E KARATE-DŌ

Pretende-se neste subcapítulo apresentar os dados relativos ao nível de qualidade de vida percecionada pelos participantes no estudo, tal como interligar a qualidade de vida percecionada com a prática de Karate-Dō.

A qualidade de vida percecionada foi avaliada através da resposta ao instrumento *Personal Wellbeing Index*.

As respostas serão apresentadas em função da média de resposta dos participantes - de lembrar que as respostas poderiam variar entre o 0 (completamente insatisfeito) e o 10 (completamente satisfeito), em cada campo. Como tal apresenta-se uma distribuição das respostas da seguinte forma (gráfico 24):

- Qualidade de vida como um todo: 7,35 (desvio padrão – 1,28);
- Bem-estar material: 6,77 (desvio padrão – 1,56);
- Saúde: 7,88 (desvio padrão – 1,61);
- Produtividade: 7,54 (desvio padrão – 1,77);
- Intimidade: 7,85 (desvio padrão – 1,36);
- Segurança (atual): 7,81 (desvio padrão – 1,45);
- Comunidade: 7,38 (desvio padrão – 1,85);
- Segurança futura: 7,65 (desvio padrão – 1,42);
- Espiritualidade: 6,46 (desvio padrão – 2,22).

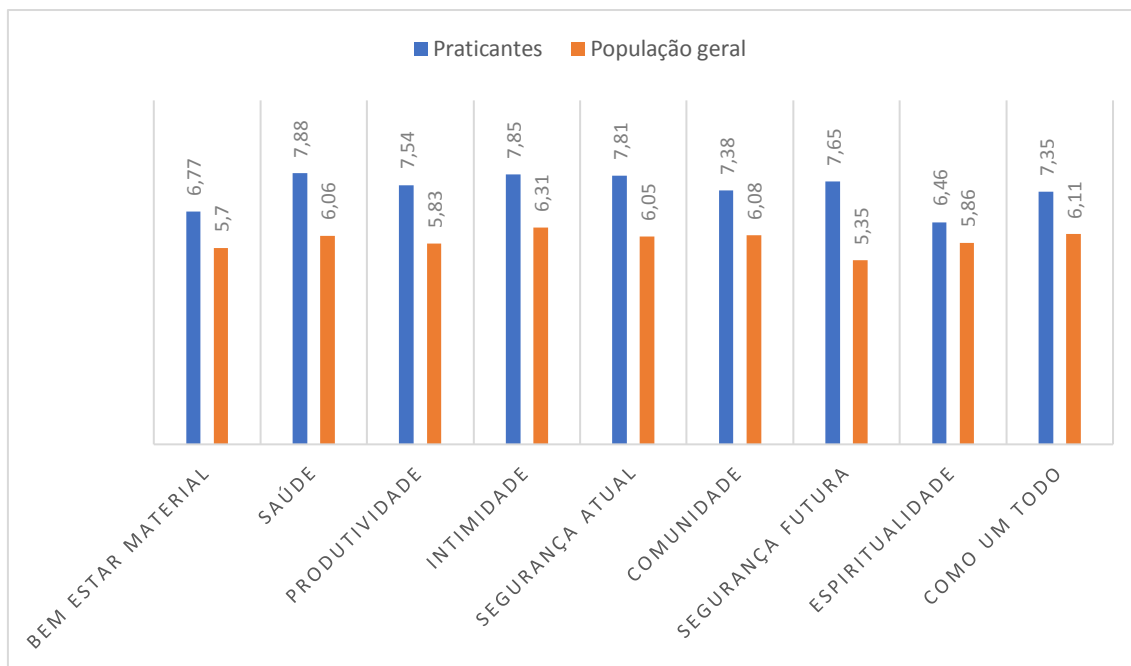


Gráfico 15 - Distribuição segundo PWI

Considerando o valor 5 como a referência intermédia que permite a distinção entre uma “boa” e uma “má” qualidade de vida percecionada, observa-se que os participantes apresentam uma “boa” qualidade de vida percecionada consistentemente em todos os domínios e na avaliação desta como um todo, mesmo considerando o desvio padrão. A única exceção a esta consistência está no domínio da “espiritualidade” onde, caso consideremos o desvio padrão para valores inferiores, este desce abaixo do valor de referência 5. Trata-se de resultados que vão de encontro ao esperado no início do estudo.

No decorrer desta investigação surgiu a oportunidade de realizar um estudo através da aplicação de um questionário de mensuração do nível de qualidade de vida percecionada a um grupo de pessoas não praticantes de Karate-Dō, utilizando o mesmo instrumento deste estudo, o *Personal Wellbeing Index*. Este estudo para além de ter tido o objetivo de medir o nível de qualidade de vida da população não praticante teve também como objetivo uma futura comparação com a população praticante, no entanto, é já aqui apresentado. O principal motivo para isto, para além de se considerar que enriquece este estudo, deve-se ao facto de se ter verificado através da análise dos dados que os fatores intrínsecos à prática de Karate-Dō não são decisivos definição do nível de qualidade de vida, sendo por isso, utilizada esta comparação com uma

população externa por forma a compreender se existe uma diferença significativa na qualidade de vida percecionada de quem pratica e de quem não pratica, permitindo assim afirmar se existe algo de diferente nos praticantes de Karate-Dō que influencia a mensuração do seu nível de qualidade de vida percecionada. Este estudo apresenta limitações em termos comparativos nomeadamente por não ser uma amostra idêntica à realidade neste estudo, razão pela qual não são realizados testes estatísticos comparativos ou relacionais, no entanto, para é mantido aqui neste estudo como um cenário meramente indicativo, no seguimento do âmbito exploratório deste estudo.

Este estudo irá ser designado como “estudo PWI”, por forma a distinguir do estudo principal

Foram recolhidos um total de 108 conjuntos de respostas válidas aos questionários. 25 dos quais foram recolhidos presencialmente e os restantes *online*. Os critérios de amostragem foram: ter mais de 18 anos, saber ler e escrever e ter capacidade compreensão, e não praticar Karate-Dō. O método de amostragem utilizado foi probabilístico aleatório simples. O questionário foi lançado em dois momentos distintos: o primeiro no dia 27 de Junho de 2015 presencialmente num rastreio de saúde no concelho do Entroncamento; o segundo entre os dias 16 e 26 de Dezembro de 2015 *online* através de divulgação nas redes sociais. A utilização destes dois métodos teve como intenção chegar a um maior número de pessoas possível, sendo a diferença de tempo de aplicação explicada pela disponibilidade dos investigadores.

O questionário foi constituído por 14 perguntas, 5 do foro sociodemográfico (género, idade, escolaridade, situação profissional e distrito de residência) e 9 relativas ao *Personal Wellbeing Index* (PWI).

Primeiramente serão apresentados os resultados relativos à distribuição sociodemográfica da amostra.

Em termos dos resultados relativos ao género, a maioria dos participantes (56,5%; n=61) são mulheres, enquanto 43,5% (n=47) são do género masculino. Relativamente aos restantes dados esta distribuição apresenta-se, segundo a distribuição apresentada no quadro 12:

Idade			Escolaridade			Profissão			Residência		
	<i>n</i>	%		<i>n</i>	%		<i>n</i>	%		<i>n</i>	%
18-24	30	27,8	Sem escolaridade	6	5,6	Conta de outrem	74	68,5	Castelo Branco	1	0,9
25-29	17	15,7	4ª Classe	2	1,9	Conta própria	5	4,6	Coimbra	2	1,9
30-34	22	20,4	9º Ano	6	5,6	Desempregado	4	3,7	Évora	1	0,9
35-39	7	6,5	12º Ano	23	21,3	Estudante	14	13,0	Faro	1	0,9
40-44	8	7,4	Licenciatura	58	53,7	Aposentado	11	10,2	Guarda	2	1,9
45-49	6	5,6	Mestrado	13	12,0				Leiria	11	10,2
50-54	5	4,6							Lisboa	16	14,8
55-59	3	2,8							Portalegre	1	0,9
+65	10	9,3							Santarém	72	66,7
									Setúbal	1	0,9
Total	108	100,0	Total	108	100,0	Total	108	100,0	Total	108	100,0

n – Frequência absoluta

% - percentagem

Quadro 12 – Distribuição segundo a idade (estudo PWI)

Os resultados relativos à aplicação do instrumento PWI foram os seguintes (gráfico 15 – apresentado anteriormente):

- Qualidade de vida como um todo: 6,11
- Bem-estar material: 5,70
- Saúde: 6,06
- Produtividade: 5,83
- Intimidade: 6,31
- Segurança (atual): 6,05
- Comunidade: 6,08
- Segurança futura: 5,35
- Espiritualidade: 5,86

Em comparação direta com os resultados deste estudo à população em geral constata-se que os praticantes de Karate-Dō apresentam um valor médio superior, tanto na avaliação da qualidade de vida como um todo, como nos diferentes domínios. Esta diferença de valor médio é superior a 1 ponto na

escala de 0 a 10, à exceção do domínio da espiritualidade onde a diferença de valor é de 0,6. Estes resultados permitem inferir que existe alguma diferença nos praticantes de Karate-Dō que resulta num maior nível de qualidade de vida percecionada, no geral e nos diferentes domínios. No entanto, não se pode concluir taxativamente que é a prática de Karate-Dō que é este fator de diferença. Isto porque, como bem avisam Galloway (2005) e Sanchez e Estrada (2009), a qualidade de vida é multifatorial e é necessário ter em conta os aspetos sociodemográficos, como a idade, género e atividade profissional, pelo que a prática de atividade física por si pode não influenciar decisivamente a perceção de qualidade de vida.

Neste sentido foi realizado o teste de correlação de Pearson entre a variável “idade”, o teste de Kruskal-Wallis para as variáveis “escolaridade” e “atividade profissional” e o teste de Mann-Whitney para a variável “Género”, e a perceção da qualidade de vida como um todo e nos diferentes domínios (quadro 13):

Domínios	Idade	Escolaridade	Atividade profissional	Género
	p^1	p	p	p
Qualidade de vida como um todo	0,007*	0,031*	0,491	0,884
Bem-Estar material	0,163	0,040*	0,205	0,244
Saúde	0,146	0,019*	0,033*	0,002*
Produtividade	0,004*	0,034*	0,995	0,099
Intimidade	0,027*	0,256	0,240	0,014*
Segurança atual	0,008*	0,849	0,535	<0,001*
Comunidade	0,683	<0,001*	0,035*	0,827
Segurança futura	0,099	0,887	0,052	0,256
Espiritualidade	0,531	0,474	<0,001*	0,129

* - ligação estatisticamente significativa.

¹ – A correlação de Pearson apresenta-se em todos os domínios negativa (isto é, o crescimento da variável qualidade de vida é inverso ao da variável idade)

Quadro 13 – Resultados dos testes estatísticos entre as variáveis idade, escolaridade, atividade profissional e género, e entre qualidade de vida no geral e diferentes domínios

Observando a qualidade de vida como um todo, apenas se pode estabelecer uma ligação com a idade e com a escolaridade. Isto vai de encontro ao descrito pelos autores. De facto, Sanchez e Estrada (2009) referem que com o aumento de idade existe a tendência para apresentar menor qualidade de vida (o que é confirmado neste estudo pois a correlação de Pearson apresenta-se negativa) e níveis mais elevados de escolaridade representam melhor nível de qualidade de vida percebida. Seria ainda esperado, segundo os mesmos autores, que as pessoas na situação de empregadas e do género masculino apresentassem uma relação significativa, o que não se verifica neste estudo.

Na observação dos diferentes domínios e sua relação com as variáveis é de salientar que o único domínio onde não existem relações estatisticamente significativas é na segurança futura, sendo particularmente interessante cruzar estes resultados com os obtidos no domínio da segurança atual. Neste segundo domínio existe uma relação estatisticamente significativa com a idade e o género, ou seja, os mais jovens do género masculino sentem-se mais seguros no momento atual, não se verificando esta relação quando nos referimos ao futuro. Isto será derivado da diferente noção de segurança que a própria escala encerra em si, segundo o *The International Wellbeing Group* (2006) a segurança atual é referida como “*safety*” e a segurança futura como “*security*”. O primeiro termo está relacionado segurança no sentido, mais restrito, de proteção enquanto o segundo no sentido, mais lato, de estabilidade (Porto Editora, 2017). Moynihan (1998) refere alguns traços individuais esperados pela sociedade da masculinidade como, por exemplo, a independência, agressividade, dominante, atlético, assertividade, força, traços que podemos associar à percepção da segurança. Isto é, os homens consideram-se, segundo os traços apresentados, capazes de se defender de agressões externas. Se associarmos a estes traços a opinião generalizada do vigor físico e da melhor saúde (como referido anteriormente), é compreensível que os jovens homens se sintam mais aptos a defenderem-se.

É interessante salientar também o domínio Saúde, onde apenas com a variável idade não existe uma ligação estatisticamente significativa. Isto acontece ao contrário do que seria expectável, pois Sanchez e Estrada (2009) referem que no seu estudo a idade é a variável com maior influência na percepção de saúde (os mais jovens têm melhor percepção de saúde), no entanto, o estudo aqui

realizado difere do anteriormente referido na participação desportiva, ou seja, neste estudo todos os participantes já se encontram a participar em uma atividade desportiva o que, refere o mesmo autor (2009) é um fator decisivo para a percepção de saúde, isto é, as pessoas que praticam desporto, independentemente das variáveis demográficas, tem uma melhor percepção de saúde.

Para além desta comparação, quando foi questionado diretamente aos participantes do estudo qual o grau de ligação que percecionavam entre a prática de Karate-Dō e a sua qualidade de vida nos diferentes domínios, os resultados confirmam a tendência atrás apresentada. Numa escala de resposta de 1 a 5 as médias de resposta nesta questão foram as seguintes (gráfico 16):

- Qualidade de vida como um todo: 4,5 (desvio padrão – 0,64)
- Bem-estar material: 2,8 (desvio padrão – 1,11)
- Saúde: 4,55 (desvio padrão – 0,55)
- Produtividade: 3,96 (desvio padrão – 1,02)
- Intimidade: 4,27 (desvio padrão – 0,82)
- Segurança: 4,31 (desvio padrão – 0,92)
- Comunidade: 3,92 (desvio padrão – 1,04)
- Espiritualidade: 3,81 (desvio padrão – 1,15)

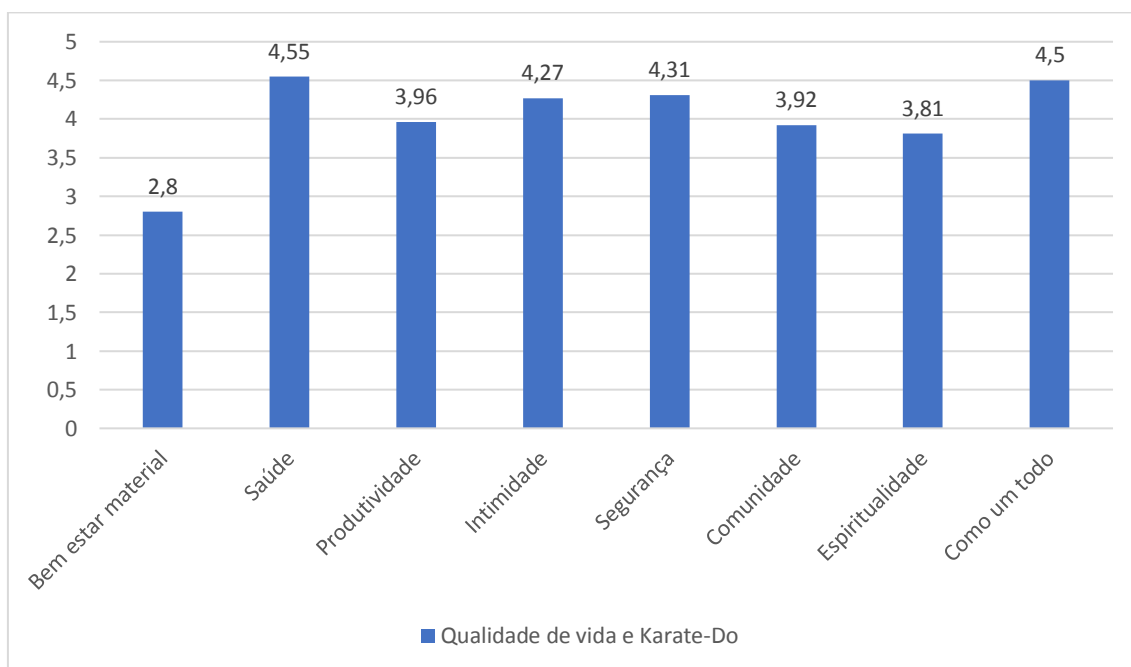


Gráfico 16 - Distribuição, segundo percepção da influência da prática de Karate-Dō na qualidade de vida, por domínios

Como é observável, todos os valores apresentam uma resposta média considerada “positiva”, ou seja, superior ao valor médio da escala que é 2,5. Também nesta questão, tal como na avaliação da qualidade de vida no geral apresentada anteriormente, os domínios com valores mais baixos são o bem-estar material e a espiritualidade. Foi utilizado o teste de correlação de Pearson por forma a observar o grau de ligação entre os diferentes domínios (quadro 14) e na comparação direta entre os domínios de ambas as questões pode ser observada que existe uma correlação bastante significativa. Os resultados demonstram uma associação direta entre a percepção da influência do Karate-Dō nos diferentes domínios da qualidade de vida e nesta como um todo, e o nível de qualidade de vida percecionada dos praticantes.

Domínio	Pearson	Sig.
Qualidade de vida como um todo	0,644	<0,001
Bem-Estar material	0,331	0,003
Saúde	0,565	<0,001
Produtividade	0,248	0,029
Intimidade	0,508	<0,001
Segurança	0,485 (atual) 0,442 (futura)	<0,001 (tanto com segurança atual como futura)
Comunidade	0,762	<0,001
Espiritualidade	0,614	<0,001

Quadro 14 – Resultados da correlação de Pearson entre qualidade de vida no geral e influência percecionada da prática de Karate-Dō na qualidade de vida, por domínios

Os resultados consistentemente superiores na auto percepção da qualidade de vida percecionada por parte dos praticantes de Karate-Dō, associados a esta relação direta realizada pelos participantes entre a influência do Karate-Dō nos diferentes domínios da qualidade de vida e nesta como um todo, e o nível de qualidade de vida percecionada dos praticantes, permitem inferir que praticar Karate-Dō pode ser um fator decisivo na melhoria do nível de qualidade de vida das pessoas.

Estes resultados vão de encontro ao esperado e ao descrito na literatura.

Baciu e Baciu (2015, p:78) são taxativos na forma como associam a prática desportiva à qualidade, referindo “se considerarmos a qualidade de vida como bem-estar geral de um indivíduo ou sociedade e tentarmos analisar os benefícios de praticar desporto na vida de uma pessoa ou na vida de uma comunidade/sociedade, é óbvia a relação direta entre desporto e o nível de qualidade de vida”. Galloway (2005) refere que os estudos existentes que cruzam qualidade de vida subjetiva com a prática desportiva e de atividade física demonstram, no geral, uma relação positiva entre estes dois conceitos. Sanchez e Estrada (2009) reforçam esta posição, referindo no seu estudo que, independentemente das variáveis sociodemográficas, quando falamos de perceção de bem-estar, é possível distinguir dois grupos: os que praticam atividade física e os que não o fazem. Isto acontece porque os indivíduos que praticam algum tipo de atividade física referem melhor bem-estar em geral e nos diferentes domínios. Os mesmos autores (2009, p:102) resumem esta associação entre os conceitos apresentados anteriormente da seguinte forma: “Em suma, foi confirmado que pessoas que realizam atividade física tendem para reportar melhor bem-estar, satisfação e qualidade de vida (...). Como foi esperado, foi encontrada uma relação próxima entre os conceitos subjetivos do bem-estar, satisfação e qualidade de vida”.

Afastando-nos da prática desportiva em geral e concretizando para a prática de Karate-Dō, verifica-se que os estudos realizados demonstram existir uma ligação entre a prática de artes marciais e mudanças positivas a nível psicossocial nos seus praticantes (Binder, 2007). O mesmo autor (2007) complementa ainda que a investigação existente que compara diretamente a prática de artes marciais asiáticas com outras atividades físicas sugere que o treino de artes marciais produz alterações psicossociais em maior magnitude e diversidade do que as produzidas em outras atividades físicas, sendo estas alterações fruto dos aspetos não-físicos (ênfase no autoconhecimento, autodesenvolvimento e autocontrolo) que diferem as artes marciais asiáticas dos desportos ocidentais. Figueiredo e Inocentes (2007) referem que no Karate-Dō pós-moderno é esperado que um treinador de Karate-Dō ajude a transformar positivamente a qualidade de vida dos outros indivíduos integrados na prática, relacionando assim diretamente a prática de Karate-Dō e melhoria

da qualidade de vida. Cynarski e Lee-Barron (2014) concluem que a prática de Karate-Dō melhora a condição geral de saúde e a manutenção de elevados níveis de qualidade de vida.

Em suma é observado que os praticantes de Karate-Dō apresentam um nível de qualidade de vida percebida elevado, tanto no geral como nos diferentes domínios desta. Existe ainda uma ligação estatisticamente significativa entre a percepção da qualidade de vida, no geral e nos diferentes domínios, com a percepção da influência da prática de Karate-Dō nesta percepção. É observado ainda que este nível de qualidade de vida percebida é significativamente superior nos praticantes de Karate-Dō do que nas pessoas que não se encontram ligadas à prática de uma arte marcial. Os resultados mostram, ainda, que as variáveis sociodemográficas não parecem ter uma influência decisiva na percepção da qualidade de vida, visto que não apresentam resultados constantes de significância estatística com esta.

3.3 MÉTODO DE TREINO COMO FATOR DIFERENCIADOR DA PRÁTICA

É pretendido neste subcapítulo realizar a comparação entre o método de treino e as restantes variáveis em estudo, por forma a tentar compreender os graus de ligação existentes e assim descortinar o grau de ligação que podemos considerar entre o método de treino e os aspetos relativos à socialização.

A análise dos dados irá ser iniciada a partir do cruzamento da variável “método de treino” com os aspetos relacionados com a prática de Karate-Dō. Este cruzamento (quadro 15) foi realizado através da comparação dos valores médios de resposta conforme o método, seguida da utilização do teste de Mann-Whitney.

Aspeto	Desportivo	Tradicional	p
Saudação	4,78	4,71	0,836
Símbolos	3,44	4,18	<0,001*
<i>Dojo kun</i>	4,44	4,59	0,561
Uniforme	4,56	4,65	0,865
Cintos	3,78	4,06	0,250
Treinador	4,78	4,82	0,291
Exercício	4,67	4,76	0,176

* - ligação estatisticamente significativa

Quadro 15 – Comparação dos resultados médios de resposta conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relacionados com os aspetos da prática de Karate-Dō

Como se pode verificar, o método de treino tradicional apresenta uma média de resposta tendencialmente mais elevada do que o método de treino desportivo, no entanto, esta diferença é, à exceção da variável “símbolos japoneses”, pouco significativa (diferença < 0,5). Em termos de resultados do teste

estatístico, não é aparentemente decisivo na valorização dos aspetos relacionados com a prática de Karate-Dō, à exceção da presença dos símbolos japoneses. Esta diferença de valorização média associada a esta ligação estatisticamente significativa que significa que os praticantes do método tradicional apresentam uma maior ligação à presença destes símbolos, o que é esperado pela própria natureza do treino, vocacionado para o autoaperfeiçoamento e evolução numa determinada filosofia de vida (como foi descrito anteriormente).

Relativamente às características (valores) associadas à prática de Karate-Dō, incorporados no conceito do Budō, estes foram cruzados com o método de treino praticado utilizando a comparação dos valores médios de resposta e o teste de Mann-Whitney (quadro 16).

Valor	Desportivo	Tradicional	<i>p</i>
Honra	4,44	4,71	0,062
Lealdade	4,67	4,76	0,356
Sinceridade	4,74	4,82	0,021*
Coragem	4,22	4,71	0,001*
Humildade	4,67	4,82	0,120
Justiça	4,67	4,76	0,176
Benevolência	4,11	4,76	<0,001*
Respeito	4,89	4,88	0,932
Autocontrolo	4,56	4,88	0,016*

* - ligação estatisticamente significativa

Quadro 16 – Comparação dos resultados médios de resposta conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relacionados com os valores associados à da prática de Karate-Dō

Como se pode verificar, o método de treino tradicional apresenta uma média de resposta ligeiramente mais elevada do que o método de treino desportivo. Porém, esta diferença é pouco significativa (diferença < 0,5), com exceção da variável “benevolência”.

Como pode ser observado, o método de treino não apresenta uma ligação estatisticamente significativa de uma forma constante com os valores associados à prática de Karate-Dō. No entanto, existem quatro valores com uma relação estatisticamente significativa com o método de treino adotado – sinceridade, coragem, benevolência e autocontrolo. Apesar deste facto, a pouca diferença de resposta média entre os métodos de treino não permite inferir de uma forma categórica uma relação direta entre estes e a avaliação dos valores, pelo que se considera que, em traços gerais, o método de treino não é decisivo na avaliação dos valores por parte dos participantes.

Quanto à avaliação do grau de compatibilidade dos valores associados à prática de Karate-Dō incorporados no conceito do Budō com diferentes contextos sociais, estes foram cruzados com o método de treino praticado utilizando a comparação dos valores médios de resposta e o teste de Mann-Whitney (quadro 17).

Domínios de vida	Desportivo	Tradicional	<i>p</i>
Distintos de outros desportos	4,33	4,29	0,959
Distintos da família	2,56	3,35	0,009*
Distintos da escola	4,44	3,65	0,001*
Compatíveis com sociedade	4,22	3,94	0,266
Compatíveis com trabalho	4,11	4,00	0,684
Compatíveis com	3,00	3,82	0,003*

espiritual/religioso			
Facilitador da integração em grupos	4,33	4,41	0,916
Compatíveis com sucesso desportivo	4,44	4,18	0,279

* - ligação estatisticamente significativa

Quadro 17 – Comparação dos resultados médios de resposta conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relacionados com os valores associados à da prática de Karate-Dō

Como se pode observar, o método de treino tradicional e desportivo alternam a média de resposta mais elevada. Estas diferenças são significativas em três das variáveis – “distintos da família”, “distintos da escola”, “compatíveis com o meio espiritual/religioso” (diferença > 0,5). Curiosamente, são as únicas três variáveis onde também existe, estatisticamente, uma ligação significativa. Estes dados poderão significar que existe, quanto a esta comparação realizada pelos participantes, uma ligeira influência do método de treino nas escolhas, apesar de não existência de uma consistência de respostas relativas a todas as variáveis não permitir afirmar isto com maior grau de certeza.

É curioso também observar que, relativamente à distinção dos valores transmitidos por dois agentes de socialização fundamentais – a família e a escola – as respostas dos participantes vão em sentidos opostos. Por um lado, os participantes do método desportivo referem menor distinção relativa aos valores transmitidos pelo meio familiar, por outro são os participantes do método tradicional que referem menor distinção perante o meio escolar.

Relativamente às atitudes em diferentes domínios e a influência sobre estas por parte da prática de Karate-Dō, estas foram cruzados com o método de treino praticado, utilizando a comparação dos valores médios de resposta e o teste de Mann-Whitney (quadro 18).

Atitude	Desportivo	Tradicional	p
Si próprio	4,33	4,65	0,028*
Família	4,11	4,24	0,205
Amigos	4,00	4,24	0,225
Trabalho	4,00	4,24	0,225
Comunidade	4,11	4,12	0,960

* - ligação estatisticamente significativa

Quadro 18 – Comparação dos resultados médios de resposta conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relacionados com a atitude em diferentes aspetos da vida e a sua influência pela prática de Karate-Dō

É observado que o método de treino tradicional apresenta uma média de resposta tendencialmente mais elevada do que o método de treino desportivo. No entanto, esta diferença é pouco significativa (diferença < 0,5). A “atitude perante si próprio” apresenta um resultado estatisticamente significativo quando realizada a sua ligação com o método de treino, ao contrário das restantes. Este facto poderá estar relacionado com o foco mais intenso no autoaperfeiçoamento que acontece no método tradicional, em detrimento do resultado desportivo, sendo compreensível, neste ponto de vista, que os participantes do método tradicional sintam que a sua atitude perante si próprios tenha sido mais influenciada pela prática de Karate-Dō. No entanto, é de frisar que estes resultados não permitem admitir que o método de treino seja decisivo na influência das atitudes dos participantes perante os diferentes domínios da sua vida.

Quanto à avaliação do grau de influência da prática de Karate-Dō na formação (ou modelação) da personalidade do indivíduo com o método de treino praticado utilizando a comparação dos valores médios de resposta e o teste de Mann-Whitney (quadro 19).

	Desportivo	Tradicional	<i>p</i>
Influência na formação da personalidade	4,22	4,52	0,034*

* - ligação estatisticamente significativa

Quadro 19 – Comparação dos resultados médios de resposta conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e a variável relacionados com a influência na formação da personalidade pela prática de Karate-Dō

É observável que os participantes que praticam o método tradicional apresentam uma resposta média superior aos participantes que praticam o método desportivo, ou seja, os primeiros consideram que praticar Karate-Dō influencia de forma mais decisiva a formação da personalidade do que os segundos. Este facto associado a uma ligação estatisticamente significativa permite, de certa forma, concluir que poderá existir uma tendencial ligação do método de treino a esta modelação da personalidade do indivíduo. Isto é compreensível se observarmos o método de tradicional como mais vocacionado, com o seu enfoque na filosofia de vida e no autoaperfeiçoamento do carácter, para os aspetos não físicos do treino.

Até este momento foram observados e analisados os dados relativos a jusante da problemática, ou seja, o que poderá estar na origem das alterações. A partir deste momento iremos observar os resultados a montante, ou seja, nos seus possíveis resultados (ou *outcomes*).

Esta análise agora proposta consiste no cruzamento da variável “método de treino” com os resultados obtidos relativos à qualidade de vida no geral. A abordagem aos dados será semelhante à realizada até aqui, com a apresentação dos resultados médios de resposta conforme o método, seguido do valor de significância estatística do teste de Mann-Whitney (quadro 20).

Domínios	Desportivo	Tradicional	<i>p</i>
Qualidade de vida como um todo	4,44	4,53	0,666
Bem-Estar material	3	2,70	0,326
Saúde	4,56	4,70	0,519
Produtividade	3,67	4,12	0,099
Intimidade	3,89	4,47	0,010*
Segurança	4,00	4,47	0,050
Comunidade	4,00	3,88	0,723
Espiritualidade	3,33	4,06	0,003*

Quadro 20 – Comparação dos resultados médios de resposta conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relativas à influência da prática de Karate-Dō na percepção de qualidade de vida, por domínios

Relativamente ao cruzamento da variável “método de treino” com a percepção da influência do Karate-Dō nesta, por parte dos participantes, podemos observar os seguintes resultados. (quadro 21).

Domínios	Desportivo	Tradicional	<i>p</i>
Qualidade de vida como um todo	7,33	7,35	0,845
Bem-Estar material	6,67	6,82	0,406
Saúde	8,22	7,70	0,009*
Produtividade	7,33	7,64	0,772
Intimidade	7,89	7,82	0,023*
Segurança atual	7,67	7,88	0,961

Comunidade	7,78	7,17	0,035*
Segurança futura	7,67	7,65	0,286
Espiritualidade	6,11	6,65	0,528

Quadro 21 – Comparação dos resultados médios de resposta conforme o método e resultado de significância estatística entre a variável “método de treino” e as variáveis relativas à percepção de qualidade de vida, por domínios

Como pode ser observado, os resultados médios de resposta, em ambos os quadros apresentados, variam de forma alternada entre maior valorização por ambos os métodos, não se podendo considerar a prevalência constante de um relativamente a outro. Esta não prevalência reflete-se também nos resultados das relações estatisticamente mais significativas. Isto é, na maioria das variáveis estudadas não existe uma ligação estatisticamente significativa. Surgem, porém, algumas ligações pontuais e esporádicas. Observados estes resultados podemos afirmar que possivelmente não existe uma ligação decisiva entre o método de treino e os aspetos relacionados com a qualidade de vida.

No seguimento dos dados apresentados foi formulada uma questão para o guião das entrevistas a realizar: *“Porque considera que o método de treino escolhido (tradicional ou desportivo) não influencia de forma decisiva a forma com os praticantes observam a prática de Karate-Dō?”*. Esta pergunta teve como objetivo perceber as razões percecionadas pelos praticantes para esta não influência (aparentemente) decisiva do método de treino na observação do Karate-Dō. Na análise das respostas dos participantes identificam-se dois temas centrais nos seus discursos: a limitação do treino ao espaço de treino (*dojo*) e a existência do mesmo objetivo nas duas vias de treino. Estes dois temas dividem-se claramente conforme o método de treino preferencial dos participantes, isto é, o primeiro tema observado é característico do discurso dos praticantes do método tradicional enquanto o segundo tema é característico dos praticantes do método desportivo. Em seguida serão apresentados exemplos desta afirmação através de transcrições diretas das entrevistas de

dois elementos do mesmo género e com elevado nível de graduação, logo, consequentemente, elevado número de anos de prática de Karate-Dō:

“Porque o karaté fica confinado ao dojo, contrariando o 8. Kyikun, que claramente diz o contrário: Karaté não apenas no dojo. Tal e qual como nas religiões: os preceitos não são postos em prática.” (63 anos, masculino, 3ºDan, método tradicional);

O método de treino é apenas uma via para chegar a um mesmo destino. Os métodos tradicionais ou desportivos não se devem separar, mas sim funcionarem com um só. É presença de ambos os métodos que tornará o treino mais rico e permitirá ao praticante alargar os seus horizontes no universo das artes marciais e do Karate-Dō em particular. (35 anos, masculino, 3ºDan, método desportivo)

Porque ambas têm a base e nunca se deve realizar treino desportivo sem apreender o tradicional (43 anos, masculino, 1ºDan, método desportivo)

Sumariamente, podemos considerar que os praticantes do método desportivo apresentam uma justificação mais integrativa e positiva, os praticantes do método tradicional apresentam uma justificação mais exclusiva e negativa, ou seja, enquanto os primeiros consideram a evolução da prática de uma forma positiva, como crescimento, os segundo apresentam a evolução da prática pela negativa, como uma alteração ao que seria a esperada evolução da prática, isto é, o afastamento dos preceitos culturais tradicionais.

Os autores “clássicos” e “modernos” associados aos diferentes métodos de treino correspondentes assumem estas perspetivas de forma semelhante. Um dos autores “clássicos” associados à componente tradicional, Egami, referido por Cynarski e Walczak (2010), diz que os efeitos negativos dos filmes e televisão na mente humana perpetuaram a falsa crença de “técnicas de Karate fatais” ao invés dos aspetos espirituais propostos por Funakoshi, nomeadamente nos seus 20 princípios do Karate-Dō (ver 1.2.3) (Cynarski e Walczak, 2010: p.60). Estes mesmos autores (2010) referem que, em sentido contrário, a globalização do Karate-Dō obrigou a uma integração dos aspetos orientais da base filosófica com os aspetos ocidentais do desporto como

espetáculo, mantendo a identidade da arte marcial ao mesmo tempo que se complexificou a institucionalização, sendo particularmente observados estes aspetos em outras artes marciais já olímpicas, como o Judo.

Em suma, podemos observar que os dados apresentam uma não prevalência em todas as variáveis analisadas, tanto a jusante como a montante da problemática. As únicas variáveis onde existe uma possível ligeira inclinação dos resultados no sentido do método tradicional encontram-se na avaliação da influência do Karate-Dō sobre as atitudes perante determinados contextos da vida e na avaliação da influência deste sobre a formação da personalidade. As entrevistas realizadas refletem que os participantes assumem a percepção demonstrada pelos dados do questionário, justificando esta percepção de duas formas: o Karate-Dō confinado ao espaço de treino e duas vias para atingir o mesmo objetivo. Estas justificações estão relacionadas com o método de treino preferencial, a primeira com o método tradicional e a segunda com o método desportivo.

Em seguida serão abordados os dados relativos aos valores, princípios e comportamentos sociais e a sua ligação com a prática de Karate-Dō, na ambição de descortinar um pouco o véu sobre o *habitus* marcial.

3.4 *HABITUS* MARCIAL - VALORES, PRINCÍPIOS E COMPORTAMENTOS SOCIAIS

É pretendido neste subcapítulo apresentar os dados relativos aos valores, princípios e comportamentos sociais referidos pelos participantes e cruzar estes com a prática de Karate-Dō procurando assim descrever, em certa medida, o *habitus* dos praticantes de Karate-Dō. Os resultados dos testes realizados apresentam-se em formato de tabela no anexo 1.

Iniciamos este caminho procurando compreender as motivações que originaram a entrada e manutenção no grupo.

A resposta mais frequente em ambas as questões foi o “Bem-estar Psicológico”. 50% dos participantes deu esta resposta quanto ao motivo de início, subindo o valor para 65,38% quanto ao motivo da manutenção da prática (gráfico 17). A opção “Bem-estar Físico” reduziu de 23,1% das respostas em relação ao motivo do início, para 15,4% no motivo da continuação da prática. A opção “Bem-estar Social” também segue a mesma tendência, com 15,4% no motivo do início da prática, descendo para 11,5% no motivo da manutenção da mesma. A tendência é também repetida quanto à opção “Outro”, onde existe uma redução de 11,5% no motivo do início da prática para 7,7% no motivo da manutenção da prática de Karate-Dō. Em relação a estes outros motivos os participantes que optaram por esta resposta referiram que iniciaram a prática por influência de amigos, ou imposição dos pais, e que a mantém por hábito, ou por não considerarem nenhuma motivação especial.

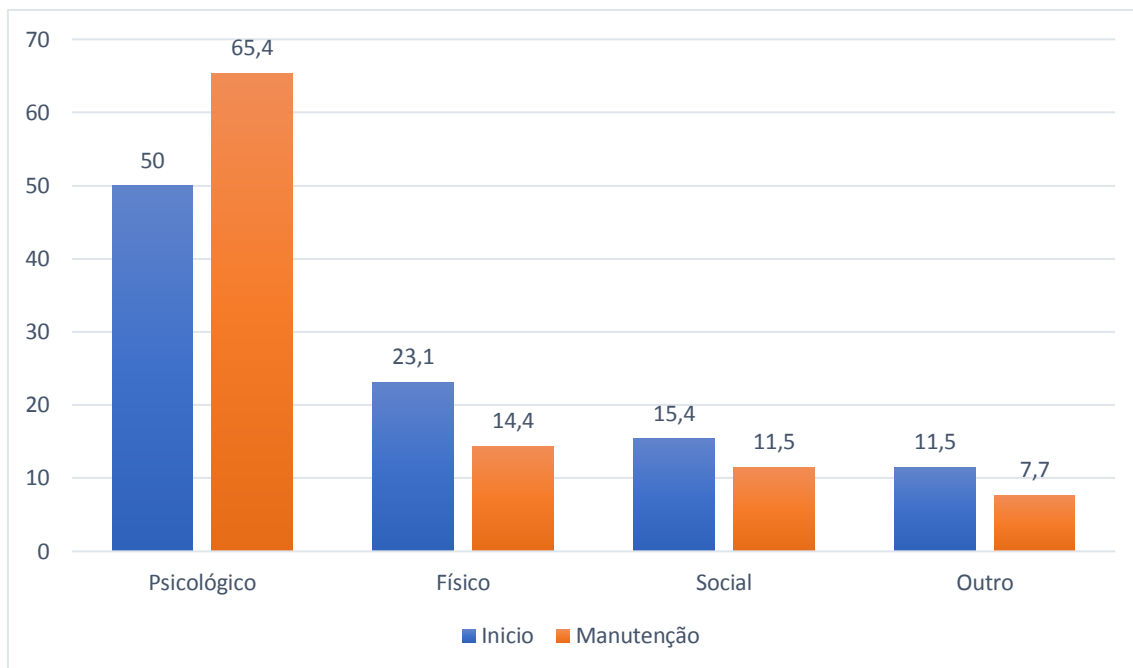


Gráfico 17 - Distribuição segundo motivo do início e manutenção da prática de Karate-Dō

Antes de iniciar a análise mais aprofundada dos dados importa esclarecer o conceito de motivação. Como refere (Roberts (2001) citado em Malcolm, 2008, p: 172) este é um conceito utilizado em vários contextos, com significados por vezes distintos, apesar de oriundos da mesma ideia central:

“Simplificando, motivação pode ser definida como a direção e intensidade do esforço de alguém (...). Para além disto é necessário ter em conta que a motivação: (1) é um processo dinâmico, que varia ao longo do tempo e conforme as situações; (2) é mais do que a simples vontade pessoal; (3) só pode ser entendido em pleno através do conhecimento do que o atleta gosta e evita; e (4) deve ser entendido como um processo interativo, influenciado tanto pelo o próprio (self) como pelo ambiente.”

Estes resultados demonstram uma certa diferença do que seria expectável da motivação referida para a prática de atividade física descrita pelos autores. Marivoet (2000) refere no seu estudo que a maioria dos participantes (85%) referia como principal motivo para a prática desportiva a condição física e saúde. No estudo conduzido por Stoleroff e Rosa (2008) a maioria dos

participantes atribuíram maior importância, como motivos, para a prática de Karate-Dō o bem-estar físico, seguido do bem-estar psicológico, ficando os aspetos relacionados com o bem estar social bem atrás, ao contrário do estudo aqui apresentado, onde o bem estar físico apresenta um resultado bastante inferior ao do bem estar psicológico. Estas diferenças poderão ser explicadas por um dos critérios de inclusão no estudo ser a prática prolongada (+ de 2 anos) de Karate-Dō, o que poderá ter enviesado a resposta retrospectiva. No entanto o aumento do número de respostas relativas ao bem estar psicológico entre a motivação para o início e a manutenção da prática é expectável, Binder (2007: p.3): “Enquanto o exercício e a atividade física tem um papel na produção de benefícios psicológicos (Husman, 1955; Nouri and Beer, 1989; Leith and Taylor, 1990; McGowan et al., 1991), é bastante provável que os aspetos não-físicos das artes marciais tenham uma influência única nas alterações psicossociais a longo termo verificadas nos participantes”.

Foi questionado aos participantes o grau de importância que atribuíam a determinados aspetos associados à prática de Karate-Dō. A resposta a esta questão podia variar entre 1 e 5, sendo o nível 1 atribuído a “nenhuma importância” e o nível 5 atribuído a “toda a importância”. A distribuição das respostas, em termos de percentagem de resposta, foi a seguinte (gráfico 18):

- O aspeto “Realização de saudação inicial e final” apresentou a larga maioria das respostas no nível 5 (80,77%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5;
- O aspeto “Presença de símbolos japoneses no *dojo*” apresentou a maioria das respostas distribuídas entre o nível 4 e 5 (34,62%), e respostas que variaram entre o 1 e o 5;
- O aspeto “*Dojo kun* como código de conduta” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (69,23%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5;
- O aspeto “Utilização do uniforme (*karategi*) pelos praticantes” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (65,38%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5;

- O aspeto “Existência de cintos coloridos” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 4 (38,46%), e respostas que variaram entre o 2 e o 5;
- O aspeto “Posição do *Sensei*/Treinador como figura de autoridade no *dojo*” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (84,62%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5;
- O aspeto “Exercício físico como catalisador do desenvolvimento espiritual” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (76,92%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5.

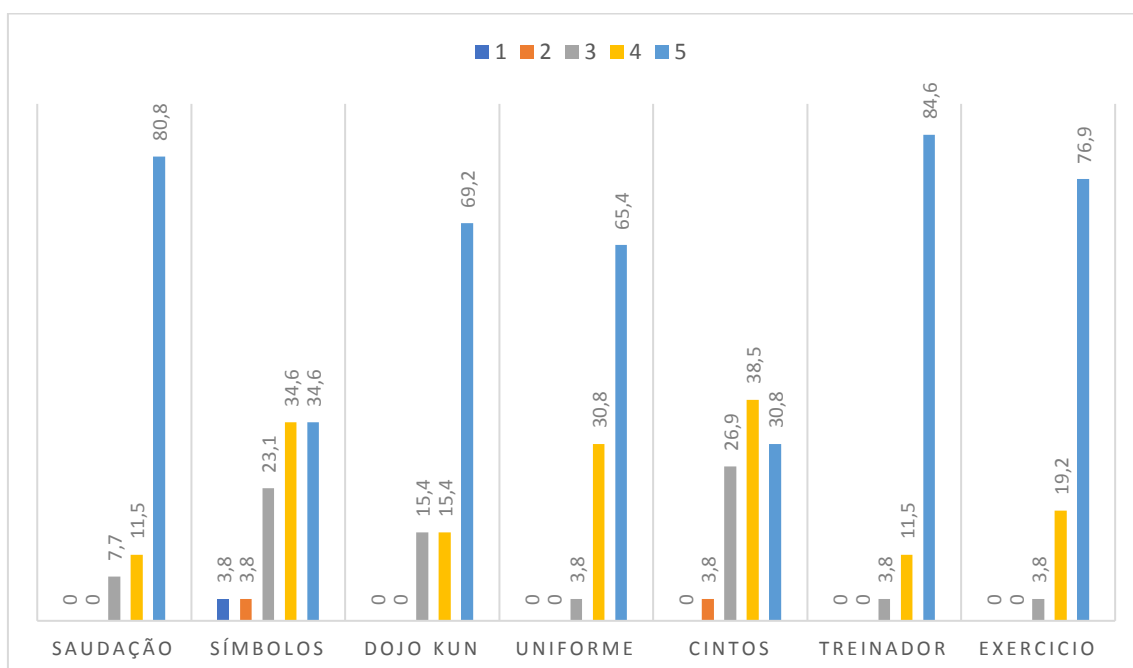


Gráfico 18 - Distribuição segundo valorização de aspetos relacionados com o Karate-Dō. Valores em percentagem.

A elevada valorização dos aspetos era esperada, pois os aspetos encontram-se interiorizados na própria simbologia, mensagem e funcionamento do treino. Tal como os resultados apresentados por Rosa (2016) onde os participantes atribuem maior importância ao código de normas de conduta do dojo associados aos princípios éticos do Budō e à manutenção dos ritos e símbolos oriundos do Japão na prática de Karate-Dō. Os aspetos com maior valorização – saudação inicial e final, treinador/*sensei* como figura de autoridade e o exercício físico como catalisador do desenvolvimento espiritual – são exemplos

deste tipo de interiorização no funcionamento da prática de Karate-Dō. Funakoshi (1988: p.12) refere na sua obra, “o Karate-Dō não pode ser assimilado pelos olhos e pelos ouvidos; ele precisa ser vivido e compreendido através do treino físico”. A obra de Funakoshi é profundamente influenciada pelo Confucionismo, Budismo Zen e o Bushidō, e qualquer uma destas influências reforça que o autoconhecimento (ou descoberta do Caminho) é realizado, mais do que por ideias, pela prática (Barreira e Massimi, 2003). Tanto Higaonna (1985) como Funakoshi (1988) referem que como princípio de treino fundamental a realização de saudação sempre no início e final do mesmo, tal como o respeito indiscutível pela figura do treinador/*sensei*. A este respeito, Araújo (2009: p.15) sublinha que “a médio e longo prazo, os valores de respeito pela hierarquia (...) são absorvidos e aplicados sem subserviência na vida diária”, o que assume a importância do respeito pela hierarquia perfeitamente marcado na prática de artes marciais de origem japonesa.

A menor valorização (apesar de elevada) da utilização de cintos coloridos para marcar a evolução dos praticantes e a presença de símbolos japoneses no *dojo*, pode estar relacionada com diferentes situações. A presença de símbolos japoneses poderá não ser tão valorizada porque o paradigma do desporto em Portugal assenta na utilização de espaços multiusos, onde não se encontram identificações específicas marcadas a uma prática desportiva concreta. Este paradigma assenta na responsabilidade das instituições do Estado em fornecer adequadas instalações desportivas às suas populações (Cordeiro, 2010). A menor valorização dos cintos coloridos pode estar relacionada com a elevada graduação dos participantes, e conseqüente alteração das motivações e objetivos da prática. Araújo (2009) refere exatamente isto, observando que no início da prática a evolução dos conhecimentos técnicos e aperfeiçoamento físico são o foco (o que se reflete na coloração dos cintos e ascensão na graduação), enquanto mais tarde os atletas se focam na descoberta da Via ou Caminho.

Foram cruzadas estas variáveis com as variáveis “graduação”, “anos de prática” e “idade de início” por forma a compreender se existe uma ligação estatística entre estas, sendo aplicado o teste de correlação de Pearson com as duas últimas e o teste de Kruskal-Wallis com a primeira. Curioso observar

que estas não apresentam, no geral, correlações estatisticamente significativas, aliás a variável “anos de prática” não apresenta qualquer tipo de correlação. A única variável que apresenta uma ligação estatisticamente sólida com mais do que uma variável é então a “utilização de cintos coloridos” (“idade de início” - Pearson = -0,356; $p=0,001$; “graduação”: $p=0,018$) o que pode significar que aqueles que iniciam a prática mais cedo e tem maior graduação valorizam mais a utilização dos cintos, independentemente dos anos de prática. Isto poderá ser explicado pela ligação estatística existente também *a priori* entre estas duas variáveis. Indo assim de encontro à explicação do autor apresentada anteriormente.

Relativamente à questão “Que importância atribui às seguintes características no comportamento de um karateca?”, esta questão teve o objetivo de sondar a valorização da importância de determinados valores no comportamento de um karateca, baseando-se nos valores tradicionalmente transmitidos na prática. Permitia também uma resposta variável entre 1 e 5, sendo o nível 1 atribuído a “nenhuma importância” e o nível 5 atribuído a “toda a importância”. A distribuição das respostas segundo os diferentes aspetos foi a seguinte (gráfico 19):

- A característica “Honra” apresentou a larga maioria das respostas no nível 5 (69,23%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5;
- A característica “Lealdade” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (73,08%), e respostas que variaram entre o 4 e o 5;
- A característica “Sinceridade” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (88,46%), e respostas que variaram entre o 4 e o 5;
- A característica “Coragem” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (57,69%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5;
- A característica “Humildade” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (76,92%), e respostas que variaram entre o 4 e o 5;

- A característica “Justiça” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (76,92%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5;
- A característica “Benevolência” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (65,38%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5;
- A característica “Respeito pelo outro” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (88,46%), e respostas que variaram entre o 4 e o 5.
- A característica “Autocontrolo” apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (80,77%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5.

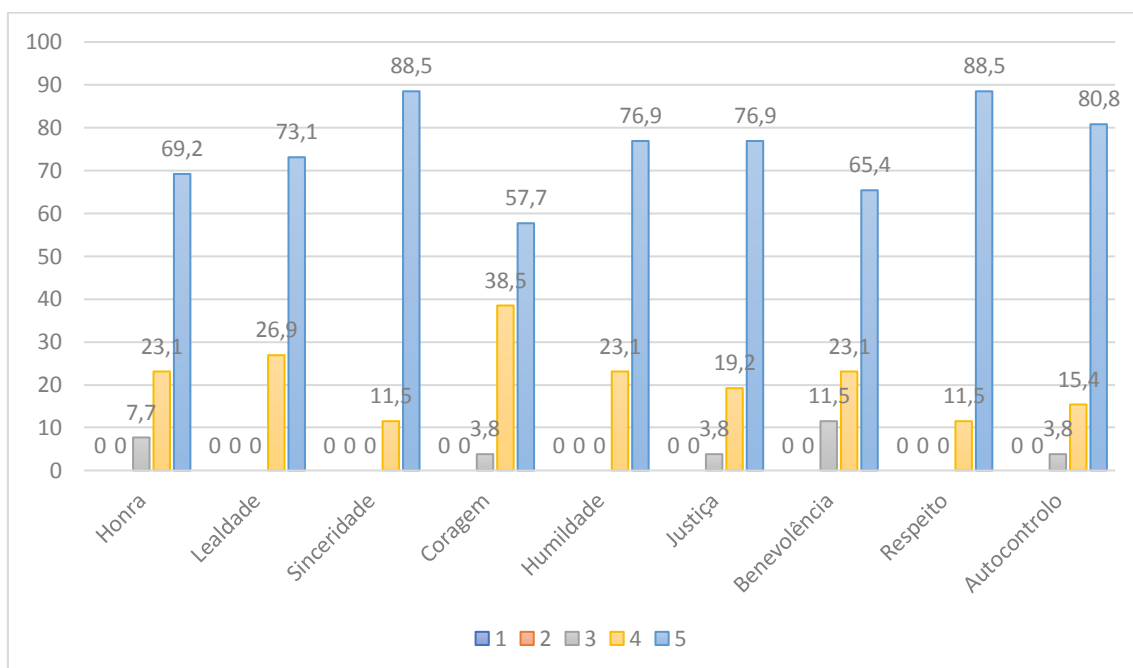


Gráfico 19 - Distribuição segundo valorização da importância de determinadas características de um praticante de Karate-Dō. Valores em percentagem.

Como seria esperado, por serem valores que foram dissecados a partir dos textos dos mestres fundadores do Karate-Dō (tais como códigos de conduta, pensamentos, entre outros) que constroem a filosofia da prática, encontram elevados resultados de valorização, por os praticantes os reconhecerem como parte desta filosofia. Para além deste facto estes valores, na sua maioria, à

exceção da “Coragem”, enquadram-se nos valores universais referidos por Kinnier, Kernes e Dautheribes (2000) no seu estudo, onde observou o código moral das sete maiores religiões mundiais, cruzando-os com documentos laicos (como a Declaração Universal dos Direitos do Homem). A “coragem” foi o valor ao qual os praticantes atribuíram menor pontuação, o que poderá dever-se ao descrito no parágrafo anterior e ao facto de a coragem ser observada como uma virtude “executiva”, ou seja, tem de ser executada para ser validada, pois só na prática ultrapassando situações iminentemente perigosas, é que se assume que a pessoa é corajosa (Dent, 1981). O Karate-Dō, como foi anteriormente esclarecido, evoluiu de uma arte letal de combate medieval para um desporto com componente de autodesenvolvimento, pelo que os *karateca* na sua prática já não se sujeitam a situações perigosas por forma a demonstrar a sua coragem. Cruzada esta variável com as variáveis “anos de prática” (Pearson=-0,237: $p=0,037$) e “idade de início” (Pearson=0,200: $p=0,080$) verifica-se com existe uma ligação com os anos de prática, o que pode demonstrar que as pessoas mais experientes, se encontram mais afastadas do estereótipo que associa Karate-Dō à violência e por isso valorizam menos a coragem.

Denota-se uma maior ligação com a variável “anos de prática” do que “idade de início”, sendo que a primeira apresenta uma correlação significativa estatisticamente com seis das características questionadas enquanto a segunda não acontece em nenhuma ocasião. Este facto permite inferir que é possível que seja mais importante a experiência na prática para identificar e assimilar as características do que propriamente a idade precoce de início, ou então que os indivíduos que iniciam mais precocemente assumem estas características como pertencentes de si, considerando-as naturais no seu comportamento e dos pares. A variável “graduação” não parece aqui ter um aspeto decisivo visto não existir uma constância nos resultados do teste Kruskal-Wallis de ligação entre as variáveis.

No seguimento desta questão foi pedido aos participantes que referissem os três valores que consideravam mais importantes na sua vida, enquanto indivíduos. Procedeu-se a uma análise de conteúdo sumária baseada em unidades de registo do tipo de palavras, sendo referidas as palavras que

apresentam mais de cinco repetições. Podemos observar a seguinte distribuição de respostas (gráfico 20): 5 participantes (6,4%) referem a palavra “caráter”; 31 participantes (39,7%) referem a palavra “sinceridade”; 20 participantes (25,6%) referem as palavras “dedicação”; 9 participantes (11,5%) referem a palavra “humildade”; 32 participantes (41%) referem a palavra “honestidade”; 37 participantes (47,4%) referem a palavra “respeito”. Outras palavras referidas em menor número foram, por exemplo, “lealdade”, “cordialidade”, “autocontrolo”, “integridade”, “justiça”.

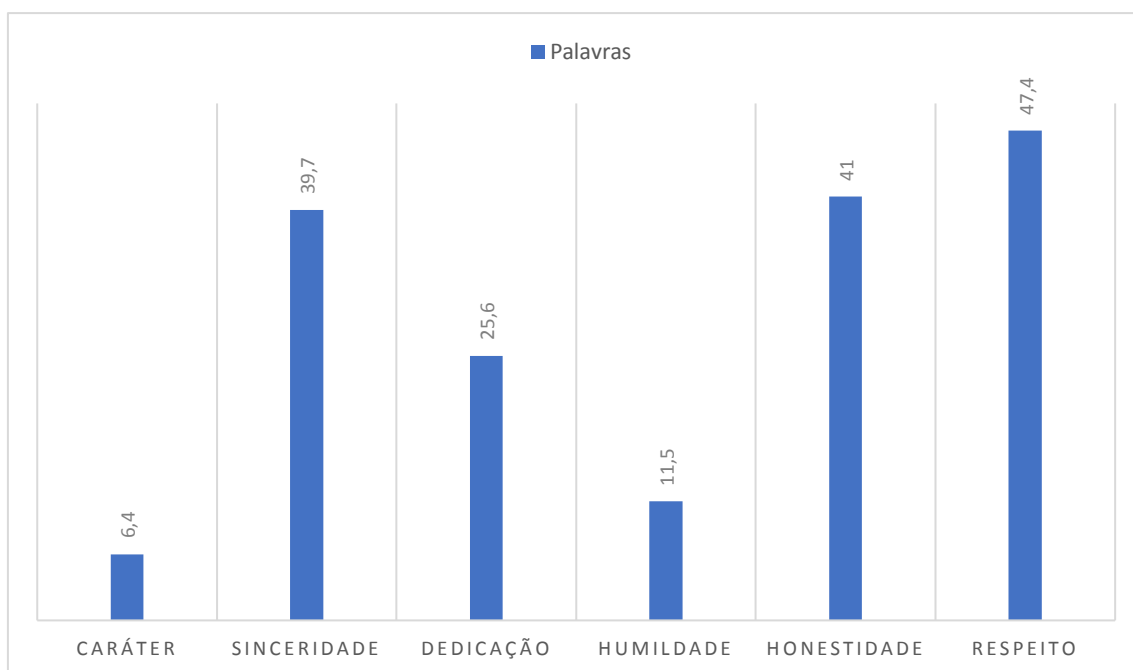


Gráfico 20 - Análise de conteúdo por temas - valores enquanto pessoa. Valores em percentagem

É curioso observar que três dos valores referidos pelos indivíduos enquanto pessoas (sinceridade, humildade e respeito) se cruzam diretamente com os valores associados à prática de Karate-Dō. Indiretamente estão também relacionados, se observarmos, por exemplo, o significado da palavra “honestidade” como:

Qualidade de que age com retidão, de acordo com a verdade, seriedade, probidade; característica daquele que é sincero, e em que se pode confiar, lealdade (Porto Editora, 2017)

O significado deste conceito, como foi apresentado, facilmente encaixa nos valores de honra ou lealdade existentes no Karate-Dō.

Foi solicitado aos participantes para compararem os valores transmitidos na prática de Karate-Dō com diferentes contextos sociais, por forma a compreender o grau de exclusividade que os participantes atribuem ao Karate-Dō como prática distinta de outros agentes de socialização na sociedade. A resposta variou entre 1 (“Nada”) e 5 (“Tudo”). A distribuição das respostas segundo as diferentes questões relacionadas com os diversos domínios foi a seguinte (gráfico 21):

- “Distintos dos transmitidos noutra prática desportiva?” - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (50%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5, com média de 4,31;
- “Distintos dos transmitidos pela sua família?” - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 4 (26,92%), e respostas que variaram entre o 1 e o 5, com média de 3,08;
- “Distintos dos transmitidos no seu meio escolar?” - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 4 (53,85%), e respostas que variaram entre o 1 e o 5, com média de 3,92;
- “Compatíveis com os esperados na sociedade?” - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (46,15%), e respostas que variaram entre o 2 e o 5, com média de 4,04;
- “Compatíveis com os solicitados no seu meio de trabalho?” - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 4 (46,15%), e respostas que variaram entre o 2 e o 5, com média de 4,04;
- “Compatíveis com os esperados no seu meio religioso/espiritual?” - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 3 (34,62%), e respostas que variaram entre o 1 e o 5, sem respostas no valor 2, com média de 3,54;
- “Facilitadores da sua integração em novos grupos?” - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (53,85%), e respostas que variaram entre o 2 e o 5, com média de 4,38;

- “Compatíveis com a cultura do sucesso desportivo?” - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (50%), e respostas que variaram entre o 2 e o 5, com média de 4,27.

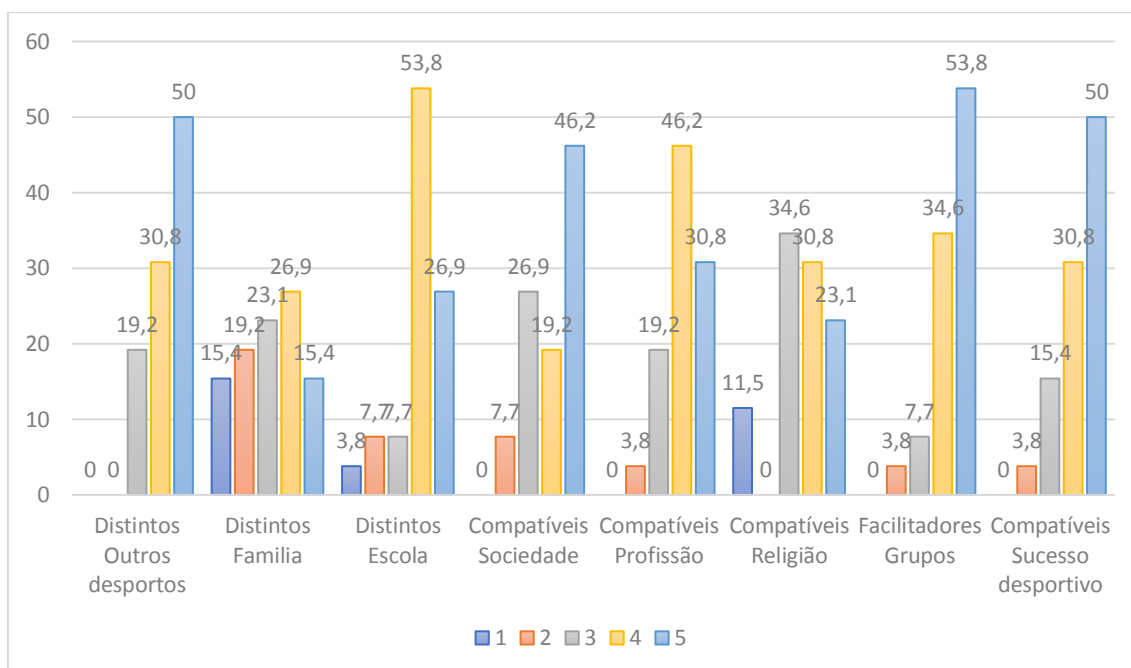


Gráfico 21 - Distribuição segundo comparação dos valores do Karate-Dō com contextos sociais

É importante dividir a análise dos resultados apresentados em dois grupos gerais: o primeiro que inclui os dados relativos ao grau de distinção; o segundo, incluindo as respostas se referem ao grau de compatibilidade com diferentes contextos - irá ser considerado como um valor positivo de resposta os valores 4 e 5, servindo o valor 3 como resposta neutra, e os valores 1 e 2 como negativo.

Quanto ao grau de distinção dos valores transmitidos pelos Karate-Dō relativamente a outros desportos, família e escola, é interessante observar que a larga maioria dos participantes não tem dúvidas que lhe foram transmitidos valores distintos de outras práticas desportivas (média de resposta – 4,3) e do seu meio escolar (média de resposta – 3,9), apesar de o fazerem em ordens de grandeza diferentes. Estes resultados vão de encontro ao esperado e proposto por diversos autores. Por exemplo, Messaoud (2016) distingue a prática de Karate-Dō de outras práticas desportivas pela a existência incorporada do Budō, como filosofia de vida, na sua prática, tornando o Karate-Dō diferente até de outros desportos de combate como a luta livre ou o boxe. Figueiredo (2005:

p.66) também foca este ponto referindo que “o quadro do desenvolvimento do desporto, como jogo institucionalizado, não parece servir para explicar o nascimento dos Budō, e, assim, não servirá para compreender os desportos de combate que emergiram num outro quadro de institucionalização”.

A escola, agente de socialização por excelência nas sociedades contemporâneas, funciona não só como transmissor de conhecimento através de um determinado currículo, mas também como transmissor dos valores mais comuns da sociedade (Giddens, 2006). Lakatos (1990: p. 219) reforça referindo que é esperado que a escola mantenha e transmita “inalterados os padrões de relações, as normas e os valores de uma sociedade dada”. Curioso é perceber que os participantes não apresentam a mesma opinião em relação a outra instituição social com primordial importância na socialização – a família – onde as respostas se encontram bastante dispersas e com uma tendência geral para a neutralidade (média de resposta – 3,1). O facto de os participantes responderem desta forma poderá explicar o porquê de iniciarem a prática de Karate-Dō e a forma como percecionam os valores deste na sua vida e em contraste com os da sociedade onde se inserem. Giddens (2006) indica que a região e a classe social onde o indivíduo nasce afeta os padrões de socialização de forma distinta, tal como as crianças captam as características de comportamento e os valores dos seus pais.

Relativamente ao grau de compatibilidade com diferentes contextos sociais percecionado pelos participantes, é de salientar uma grande uniformidade de respostas positivas em todos os contextos questionados (médias de resposta superiores a 3,5). No entanto, é interessante observar que relativamente ao contexto espiritual/religioso, apesar das respostas se apresentarem tendencialmente positivas por um lado, apresentam uma ordem decrescente de resposta por outro. Este facto é explicável por o Karate-Dō ter inspiração e imensas referências Confucionistas e Budistas, para além das influências do Bushidō (Barreira e Massimi, 2003; Figueiredo, 2005). Diferentes religiões transmitem diferentes mensagens pelo que será compreensível que exista aqui um conflito latente entre os valores e padrões de comportamento esperados em ambos os contextos.

Foram cruzadas estas variáveis com as variáveis relacionadas com a prática de Karate-Dō – graduação, idade de início e anos de prática, por forma a estabelecer alguns graus de ligação. Para tal foram usados o teste de Kruskal-Wallis (na variável graduação) e o teste de correlação de Pearson (nas variáveis idade de início e anos de prática).

É interessante observar que estas variáveis não são aparentemente decisivas na observação desta comparação, ou seja, as correlações de Pearson não se apresentam estatisticamente significativas à exceção da “idade de início” com a “distintos de outros desportos” (Pearson= -0,245; $p=0,019$) e “anos de prática” com “distintos da escola” (Pearson=-0,264; $p=0,031$). Direção semelhante segue a variável “graduação” onde não é constante a ligação estatística com as variáveis em estudo, no entanto é de relevar que esta apresenta uma ligação também com a variável “distintos da escola” ($p=0,003$). A variável “distintos da escola” é a única que apresenta uma ligação destes cruzamentos, o que significa que as pessoas mais experientes (em idade e graduação) identificam existir uma maior distinção entre os valores transmitidos pela prática de Karate-Dō e os transmitidos pelo meio escolar.

A influência percebida da prática de Karate-Dō sobre a atitude do indivíduo relativa a diferentes contextos da sua vida foi questionada de forma a permitir uma resposta variável de 1 (“Nada”) e 5 (“Tudo”). As respostas dos participantes encontram-se entre os valores 2 e 5. A distribuição das respostas segundo as diferentes questões relacionadas com os diversos contextos foi a seguinte (gráfico 22):

- Atitude perante si próprio - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 5 (61,54%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5, com média de 4,54;
- Atitude perante a família - Apresentou a maioria das respostas distribuídas no nível 4 (53,85%), e respostas que variaram entre o 2 e o 5, com média de 4,19;
- Atitude perante os amigos - Apresentou a maioria das respostas igualmente distribuídas entre o nível 4 e 5 (38,46%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5, com média de 4,15;

- Atitude perante o trabalho - Apresentou a maioria das respostas igualmente distribuídas entre o nível 4 e 5 (38,46%), e respostas que variaram entre o 3 e o 5, com média de 4,15;
- Atitude perante o papel na comunidade - Apresentou a maioria das respostas igualmente distribuídas entre o nível 4 e 5 (38,46%), e respostas que variaram entre o 2 e o 5, com média de 4,12.

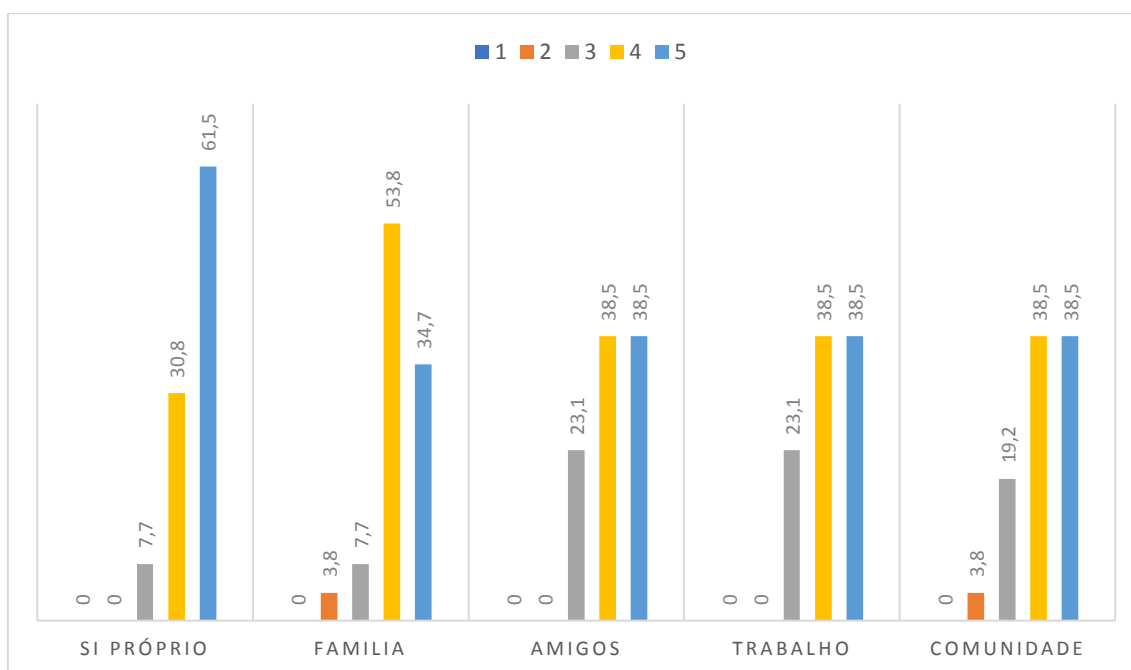


Gráfico 22 - distribuição segundo atitude perante diferentes contextos da vida

Observamos que as respostas se apresentam tendencialmente positiva - em todos os contextos as respostas dos participantes apresentam uma média superior a 4,1 - considerando como um valor positivo de resposta os valores 4 e 5, servindo o valor 3 como resposta neutra, e os valores 1 e 2 como negativo. Estes resultados permitem inferir que os participantes percecionam a prática de Karate-Dō, com todos os seus símbolos e valores incorporados (ou seja, com toda a sua cultura), como importante na sua relação consigo e com os outros. Se observarmos novamente a definição dada por Schaefer (1983; p.100) de socialização: “o processo pelo qual as pessoas aprendem as atitudes, valores e ações apropriadas para os indivíduos como membros de uma cultura particular”, podemos considerar que os participantes no estudo consideram o

Karate-Dō como um agente de socialização, pois este influencia a sua atitude perante diferentes aspetos da sua vida.

Foram cruzadas estas variáveis com as variáveis relacionadas com a prática de Karate-Dō – graduação, idade de início e anos de prática, por forma a estabelecer alguns graus de ligação. Para tal foram usados o teste de Kruskal-Wallis (na variável graduação) e o teste de correlação de Pearson (nas variáveis idade de início e anos de prática).

É interessante observar que estas variáveis não são aparentemente decisivas na observação desta comparação, ou seja, as correlações de Pearson não se apresentam estatisticamente significativas. Isto também acontece perante os resultados do cruzamento com a variável graduação. O único cruzamento que apresenta uma ligação estatisticamente decisiva é com a variável “atitude perante os amigos”, onde a variável idade de início (Pearson=0,224; $p=0,049$) e graduação ($p=0,003$), isto significa que as pessoas que iniciam a prática mais velhas e que têm maior graduações (logo são também mais velhas em idade, como descrito anteriormente) consideram que o Karate-Dō influencia a sua atitude perante os amigos, isto poderá ser devido a estas pessoas estabelecerem as suas relações sociais de forma mais intensa dentro do grupo de praticantes.

Foi perguntado aos participantes qual o grau de importância que atribuem a ligação entre a prática de Karate-Dō e a formação da sua personalidade. A questão permitiu uma resposta de 1 a 5, sendo o nível 1 atribuído “De forma nenhuma” e o nível 5 atribuído “Totalmente”. A maioria das respostas dos participantes encontra-se no nível 5 (50%), variando entre o nível 3 e o nível 5 (gráfico 23).

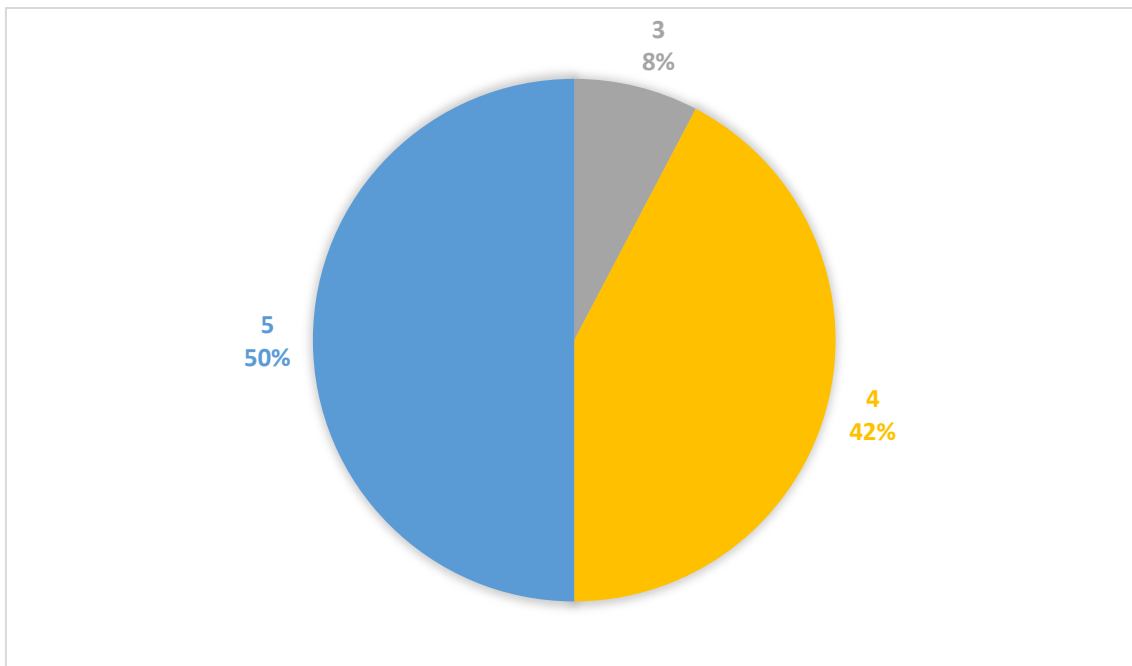


Gráfico 23 - Distribuição segundo influencia do Karate-Dō na formação da personalidade

Analisando os resultados obtidos, e considerando como um valor positivo de resposta os valores 4 e 5 - servindo o valor 3 como resposta neutra, e os valores 1 e 2 como negativo -, pode-se observar que os participantes consideram que a prática de Karate-Dō influenciou em larga medida a formação das suas personalidades enquanto indivíduos.

Note-se que o conceito de personalidade é complexo e sujeito a diferentes abordagens. No entanto, pode ser genericamente assumido como “consistindo em todas as formas consistentes em que o comportamento de uma pessoa difere do comportamento dos outros, especialmente em situações sociais (Kalat, 2008: p.531). Ou seja, personalidade é uma organização dinâmica (mas consistente e estável), interior à pessoa, de sistemas psicossociais que originam os padrões de agir, pensar e sentir característicos dessa pessoa (Allport, 1961). Neste sentido podemos considerar que os praticantes de Karate-Dō aceitam genericamente que a prática deste desporto influencia os seus modos de agir, pensar e sentir.

Foram cruzadas estas variáveis com as variáveis graduação, anos de prática e idade de início, tendo para tal sido usados o teste de Kruskal-Wallis (na variável graduação) e o teste de correlação de Pearson (nas variáveis idade de início e anos de prática).

A única destas variáveis que apresenta uma ligação estatística é a idade de início da prática (Pearson= -0,515; $p = <0,001$). Isto significa que as pessoas que iniciaram a sua prática mais precocemente consideram que esta prática modelou de forma decisiva a sua personalidade, o que é expectável, devido ao contato mais precoce com os padrões de agir, pensar e sentir transmitidos pela prática de Karate-Dō numa fase importante da definição da personalidade (infância e adolescência), o que se verifica.

Foi questionado em seguida aos participantes o porquê de considerarem esta influência. Procedeu-se a uma análise de conteúdo sumária baseada em unidades de registo do tipo de palavras (gráfico 24), sendo referidas as palavras que apresentam mais de cinco repetições. 25 participantes (32,1%) referiram o termo “relações interpessoais” ou sinónimos. 10 participantes (12,8%) referiram o termo “autocontrolo” ou sinónimos. 35 participantes (44,9%) referiram o termo “comportamento” ou sinónimos. 27 participantes (34,6%) referiram o termo “valores”, ou sinónimos. 8 participantes (10,3%) referiram o termo “sucesso”, ou sinónimos.

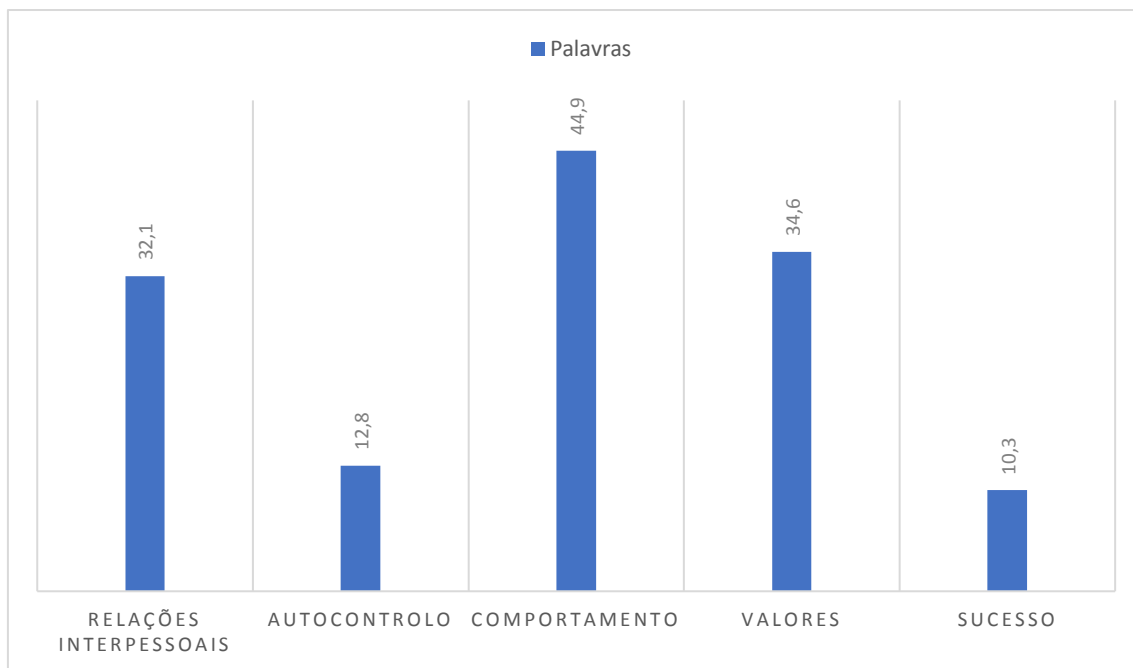


Gráfico 24 - Análise de conteúdo por palavras - porquê da influência na personalidade

A utilização destes termos vai de encontro às definições de personalidade apresentadas anteriormente. “Relações interpessoais”, “comportamento” e “valores” são termos também encontrados nas definições de personalidade apresentadas, pelo que podemos considerar que estas são razões que correspondem ao esperado, e que indicam que os participantes associam a pertença ao grupo de praticantes de Karate-Dō a um mecanismo de formação da personalidade (instrumento de socialização).

Foi também questionado, de forma aberta, o que significava, para o próprio, ser karateca e o que entendia pelo conceito de Budō. Estas duas questões tiveram como objetivo a compreensão mais abrangente do padrão de comportamento, código de conduta e quadro de princípios e valores associados à prática de Karate-Dō. Devido à dimensão das respostas, recorreu-se a unidade de registo do tipo temática, sendo referidas os temas que apresentam mais de cinco repetições.

Começando pela primeira questão, “O que significa, para si, ser karateca?”, podemos observar a seguinte distribuição de respostas (gráfico 25): 20 participantes (25,6%) referiram desenvolvimento biopsicossocial; 35 participantes (44,9%) referiram ser uma forma de vida/seguir uma filosofia de

vida; 11 participantes (14,1%) referiram a partilha com os outros como algo essencial de ser karateca; 8 participantes (10,3%) referiram que ser karateca é ser dedicado ao que faz na vida; 7 participantes (9%) referiram que ser karateca é ser autocontrolado; 18 participantes (23,1%) referiram especificamente que é algo que transcende o espaço de treino (*dojo*).

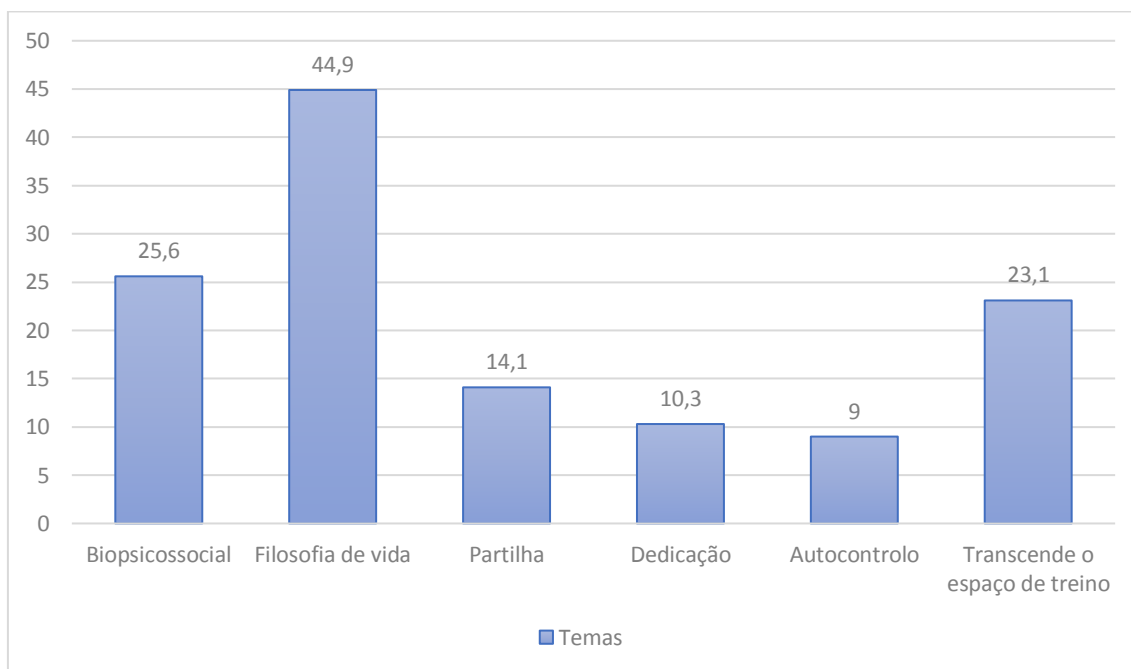


Gráfico 25 - Análise de conteúdo por temas - significado de ser karateca

Podemos considerar que os temas referidos vão de encontro ao referido pelos autores, por um lado relacionados com o Karate-Dō especificamente, por outro lado, relacionados com a integração em uma prática desportiva. Isto é, o facto de um grande número dos participantes considerarem que o Karate-Dō é uma filosofia de vida que transcende o espaço de treino vai de encontro ao descrito por Funakoshi (2003) nos seus “20 princípios do Karate-Dō”, tal como no artigo de Cynarski e Lee-Barron (2014), onde estes referem que em adição ao desenvolvimento pessoal e a busca contínua de autoaperfeiçoamento, a prática de Karate-Dō origina basicamente uma unidade da mente como espírito na ação do artista marcial que ultrapassa as barreiras do dojo. O desenvolvimento biopsicossocial referido está associado à prática desportiva no geral, como refere Galloway (2005) e Sanchez e Estrada (2009), com resultados em melhoria da perceção geral de bem-estar nestes sentidos, o que também se

aplica ao Karate-Dō como atividade desportiva, Cynarsky e Lee-Barron (2014) referem que a prática Karate-Dō melhora a condição geral de saúde tal como mantém elevados níveis de aptidão física e mental.

Relativamente ao aspeto de partilha com os outros, no sentido de relações interpessoais, que foi algo surpreendente, este também é corroborado pelos autores. Se Sanchez e Estrada (2009) referem que nos países mediterrâneos são especialmente importantes os aspetos relacionados com as relações interpessoais na prática desportiva, Messaoud (2016: p.47) assegura que “a prática de Karate promove interações sociais positivas e a consciência social”.

Em relação à segunda questão “O que entende, como karateca, pelo conceito de Budō?”, podemos observar a seguinte distribuição de respostas (gráfico 26): 19 participantes (24,4%) referem que é a envolvente física e psicológica da prática; 23 participantes (29,5%) referem o termo “caminho” ou “via” no sentido de filosofia de vida; 8 participantes (10,3%) referem estar relacionado com os valores e princípios; 12 participantes (9,36%) referem desconhecer o conceito; 27 participantes (34,6%) referem estar na base do desenvolvimento espiritual; 22 participantes (28,2%) referiram este conceito ser a base das artes marciais.

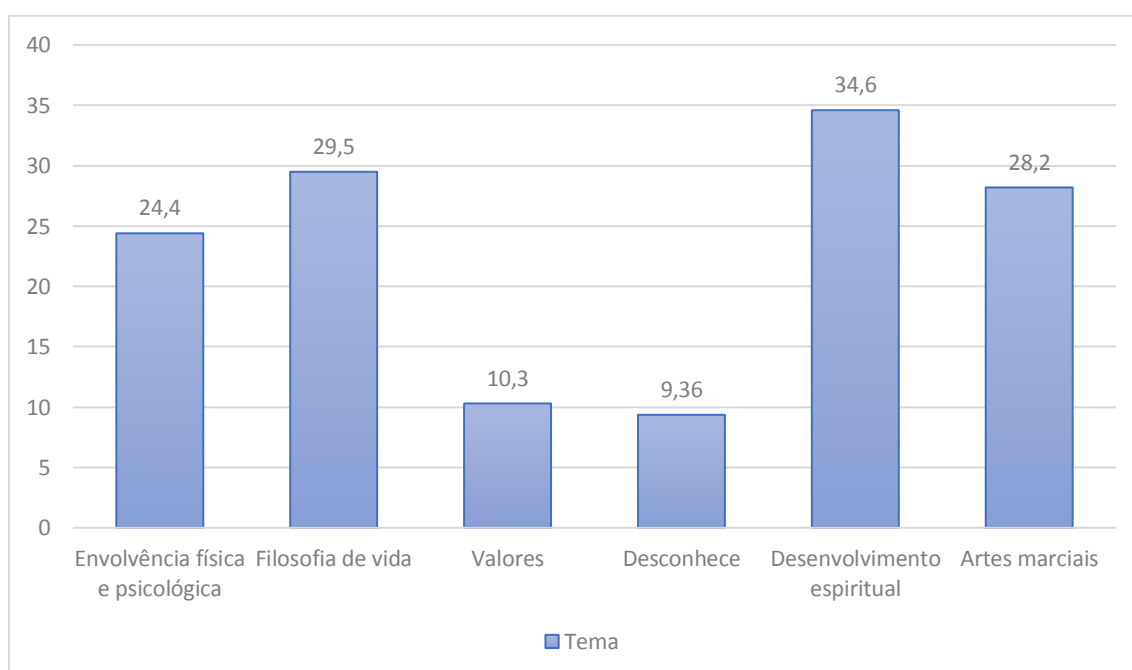


Gráfico 26 - Análise de conteúdo por temas - conceito de Budō

Antes de mais, podemos considerar que as respostas dadas pelos participantes vão de encontro ao esperado e ao descrito na literatura sobre o conceito de Budō. Os inquiridos que conhecem o conceito associam o conceito de Budō ao desenvolvimento espiritual, a uma filosofia de vida, como base das artes marciais, com uma envolvência física e psicológica recheada de valores e princípios morais. Tudo isto pode ser encontrado na definição de Budō já referida:

“Budō – a via das artes marciais japonesas – é uma forma respeita de cultura física. O objetivo de estudar artes marciais é atingir a unidade de mente, técnica e corpo, desenvolvendo o caráter pessoal do praticante, cultivando princípios morais e a perseguição contínua do autoaperfeiçoamento. Nesta via, o estudo e prática permitem o desenvolvimento pessoal das pessoas nela envolvidas e contribui para um harmonioso funcionamento da sociedade.” (Cynarski e Lee-Barron, 2014)

Vários autores clássicos (Higaonna, 1985; Funakoshi, 1988, 2003), tal como outros mais recentes (Figueiredo, 2005; Araújo, 2007), reforçam este ponto de vista de que o Budō abarca os componentes referidos pelos participantes no estudo. Lembra Araújo (2007), “A vida de um praticante de Budō termina quando morre, e está a praticar mesmo fora do Dojo” (Araújo, 2007: p.7).

Tendo em conta as respostas dos participantes podemos concluir que estes têm uma noção real e fundamentada (quer pela prática, quer pelo estudo) do que envolve o conceito de Budō.

No seguimento destes dados recolhidos através das respostas aos questionários elaboraram-se quatro questões nas entrevistas realizadas por forma a compreender de forma mais profunda e “personalizada” as vivências e perceções dos praticantes e esclarecer estes resultados de forma mais abrangente.

A primeira questão colocada foi a seguinte: “como distinguiria o comportamento de um karateca de um de uma pessoa que não pratica Karate-Dō fora do dojo? Ou seja, de que forma são os praticantes de Karate-Dō diferentes dos outros?”. As respostas abordam os mesmos temas, independentemente da idade,

graduação ou método de treino praticado pelo entrevistado. Antes de mais, todos respondem confirmando que os praticantes de Karate-Dō apresentam características distintivas marcantes perante os demais indivíduos na sociedade.

Os temas abordados pelos praticantes nas suas respostas são, universalmente: maior concentração, autocontrolo e serenidade; e maior respeito pelos outros e pelo ambiente.

A concentração, autocontrolo e serenidade são claramente evidenciadas nas seguintes afirmações transcritas das respostas dos participantes:

Os karateca raramente se envolvem em situações de violência, e revelam-se mais controlados.” (63 anos, masculino, 3ºDan, método tradicional);

“O comportamento é diferente. O estado de "alerta" e análise ao meio que nos rodeia é, a quem pratica artes marciais, mais elevado.” (35 anos, masculino, 3ºDan, método desportivo)

Quanto ao respeito pelos outros e pelo ambiente temos afirmações como as seguintes:

“Os praticantes de Karate, por norma, apresentam comportamentos calmos e serenos respeitando tudo e todos em seu redor.” (43 anos, masculino, 1ºDan, método desportivo);

“Os karatecas são mais concentrados nas suas tarefas, mais sensíveis à necessidade de ajuda dos outros para a evolução do indivíduo.” (47 anos, masculino, 4ºDan, método tradicional)

Como é observável, o método de treino não é de todo distintivo nas expectativas relativas ao padrão de comportamento dos praticantes de Karate-Dō, por parte dos praticantes que responderam às entrevistas.

Cynarsky (2012) faz uma afirmação que as artes marciais ensinam o respeito pelos outros e pela tradição, tal como melhoram o autocontrolo emocional, concentração, perseverança, carácter e força de vontade. Esta afirmação vai no sentido do que foi referido pelos praticantes, sendo uma percepção partilhada e

fundamentada por outros praticantes. O mesmo autor (2012) refere, ainda, que quanto maior o nível de desenvolvimento na arte marcial mais os praticantes sentem estes “efeitos” o que torna “natural” que os praticantes entrevistados, pelo seu nível de graduação e tempo de prática, reconheçam mais facilmente e de forma comum e uniforme os mesmos temas quando nos referimos a um padrão de comportamento desejado e expectável para um praticante de Karate-Dō.

No seguimento dos dados apresentados foi formulada uma outra questão para o guião das entrevistas a realizar, a saber: “*quais são as características que considera serem exigidas a um novo praticante para se manter e evoluir na prática de Karate-Dō?*”. O principal objetivo passou por compreender qual a perceção dos praticantes em relação às características que os indivíduos necessitam de incorporar (ou ter incorporadas) para se iniciar e manter no grupo, procurando assim, também, compreender se os praticantes consideram existir uma diferença entre as características necessárias para se iniciar e as necessárias para se manter na prática.

Os praticantes referem universalmente como característica fundamental para se iniciar na prática deste desporto a humildade, aqui entendida no sentido de aceitar as aprendizagens e se encontrar disponível para aprender. Curiosamente, foi a única característica referida pelos participantes. São exemplos desta perceção:

Humildade para aprender (63 anos, masculino, 3ºDan, método tradicional);

Demonstrar um espírito aberto e vontade de aprender (43 anos, masculino, 1ºDan, método desportivo).

Esta perceção da humildade como fundamental para a entrada no grupo de praticantes de uma arte marcial, e do Karate-Dō em particular, é enfatizada pelos autores “clássicos” Funakoshi (1977, 1988, 2003) e Higaonna (1985), quando indicam que um praticante iniciar se deve submeter humildemente ao treino proposto. James e Jones (1982) referem-se a esta característica de abertura e humildade é fomentada quando um iniciado é introduzido na prática de Karate-Dō.

Quanto às características para a manutenção da prática os participantes referem também universalmente a persistência e dedicação. Como se pode observar:

É fundamental cultivar a persistência (35 anos, masculino, 3ºDan, método desportivo);

Capacidade de sofrimento é uma característica fundamental para se aprender Karate ao longo de toda a vida (47 anos, masculino, 4ºDan, método tradicional).

Esta percepção vai no sentido do proposto por Funakoshi (1988) quando este refere que para suportar a dor e a aflição e teste constante dos limites é o caminho certo na prática das artes marciais. Cynarski (2012: p.1) reforça este ponto de vista quando refere “o caminho do guerreiro é sobre desafiar constantemente os seus próprios limites, uma espécie de superação através do esforço constante de autoaperfeiçoamento (...) – melhorando o caráter e a personalidade do praticante através das suas próprias fraquezas”. Sasaki (2008) resume estas afirmações quando refere que o treino deve ser duro e sem fraquezas no coração. Ou seja, a percepção dos praticantes e do autor vão no sentido de que a evolução dentro da prática do Karate-Dō (a manutenção no grupo) exige tempo e dedicação, para além de ser um “caminho” considerado duro e exigente.

Para além destas características, 3 dos praticantes referem ainda o respeito, a responsabilidade e a autocrítica como características importantes para a manutenção no grupo, sendo características propostas no Budō como foi apresentado anteriormente.

No seguimento dos dados apresentados foi formulada uma outra questão para o guião das entrevistas a realizar: *de que forma considera que é a autoridade o poder funciona dentro do dojo? Isto é, de que forma um praticante incorpora no seu comportamento o respeito e coerência com estas relações de poder e autoridade?.* Esta questão teve como principal objetivo compreender qual a percepção dos praticantes em relação às relações de poder estabelecidas dentro de grupo, sob a forma das posições de autoridade, quer pela sua importância dentro de qualquer grupo social em geral, como neste específico devido à sua matriz cultural e filosófica - Budō.

Os praticantes abordaram os mesmos temas universais nas suas respostas: o treinador/sensei como figura de autoridade indiscutível; a hierarquia fortemente marcada; os rituais como expressão destas autoridades e relações de poder. Observemos os exemplos de opiniões dos praticantes:

Viver num meio vincadamente hierárquico e perceber o seu lugar na estrutura, leva-nos a respeitar a cadeia hierárquica existente. Integrar um esquema de respeito em ambos os sentidos faz-nos perceber e aceitar a autoridade (47 anos, masculino, 4ºDan, método tradicional);

O ambiente no Dojo, entre o Sensei e os praticantes e entre praticantes normalmente será suficiente para incorporar o respeito e a autoridade, se pensarmos que a saudação está presente em todas as ações no Dojo, já estamos a demonstrar esse respeito pelo poder e autoridade (43 anos, masculino, 1ºDan, método desportivo);

O professor de Karate, pela hierarquia que representa, pela mística no cinto negro e pela sua sabedoria, é um elemento fundamental nessa consciencialização (35 anos, masculino, 3ºDan, método desportivo).

Os praticantes, na sua maioria, consideram que o respeito pela hierarquia e poder absoluto da figura do treinador/sensei no dojo é algo positivo e uma vantagem da prática de Karate-Dō. Esta figura de autoridade do treinador/sensei e a relação de poder vertical entre os elementos presentes na prática num esquema: treinador/sensei > alunos mais velhos/senpai > alunos iniciados é algo profundamente relacionado com a base filosófica japonesa do Karate-Dō. James e Jones (1982: p.345) refere que os instrutores potenciam a sua” autoridade coletiva uma vez que é esperado, e obrigatório, que todos os *karateca* tenham todo o interesse e compromisso com o que é ensinado na aula, abstendo-se de comentar os esforços ou o estilo de instrução (...) podendo até permitir um uso controlado da força como forma de demonstração”. Para além disto, o mesmo autor (1982) refere que os rituais existentes no Karate-Dō são ferramentas de controlo e socialização dos elementos para os aspetos da autoridade e das relações de poder. Cynarski (2012) reforça este ponto de vista referindo que o Karate-Dō ensina o respeito pela autoridade dentro e fora do espaço de treino. Este respeito pela

autoridade é muito derivado não só da cultura tradicionalmente vertical japonesa, mas também da influência dos métodos militares que foram importados para o ensino do Karate-Dō no pós-guerra (Figueiredo, 2006).

Curiosamente, um dos praticantes referiu estes mesmos temas relativos à questão colocada na sua resposta, mas de um ponto de vista negativo, ou seja, que esta cultura de respeito pela autoridade e o poder “absoluto” do sensei na prática quotidiana do dojo é algo negativo para os praticantes. O praticante disse o seguinte:

O poder e respeito pela autoridade do sensei é observado de forma excessiva. Na minha opinião, desalinhada, o excesso de rituais conjugado com o respeito acrítico pelo saber e autoridade do sensei, limitam a evolução dos praticantes. Por outras palavras, nos dojo pretende-se formar clones dos mestres do estilo, que podem ter sido -- e alguns foram -- umas grandes bestas (63 anos, masculino, 3ºDan, método tradicional).

Apesar desta diferente perspetiva é de reforçar que este praticante refere os mesmos temas do treinador/sensei como figura de autoridade indiscutível, da hierarquia fortemente marcada e dos rituais como expressão destas autoridades e relações de poder, mas apenas numa perspetiva distinta dos restantes.

Por último, foi formulada a questão: “*observando os aspetos relacionados com o desenvolvimento do treino (físicos, psicológicos, sociais, espirituais), de que forma considera que eles se desenvolvem ao longo do treino? Ou seja, de tipo de preparação física o corpo precisa? Que tipo de mentalidade (mindset) se desenvolveu? De que forma o respeito pelos outros é manifestado? De que forma os aspetos cerimoniais transmitidos no Karate-Dō influenciam a espiritualidade?*”. Esta questão teve como principal objetivo obter dados para formular uma perspetiva mais abrangente e complexa da perceção dos praticantes sobre as alterações que se operam nos indivíduos no seu contato prolongado com o Karate-Dō, ou seja, foi levantada na busca pelas disposições duráveis que constituem um *habitus*.

As respostas, para além de deveras extensas, foram bastante curiosas. Um dos temas referido por todos os praticantes nas suas respostas foi a ligação indissociável entre corpo e mente no processo de aprofundamento da prática de Karate-Dō. Este tema foi expresso de diferentes formas, como por exemplo:

O facto de o praticante precisar de estimular o seu corpo com bastante intensidade leva a um desenvolvimento mental cada vez mais resiliente. (35 anos, masculino, 3.º Dan, método desportivo);

O treino tradicional, único conhecido por mim, as capacidades físicas e mentais vão-se desenvolvendo. Umas potenciam as outras. (47 anos, masculino, 4.º Dan, método tradicional).

Como é observado, os praticantes consideram que o autoaperfeiçoamento exigido pela prática de Karate-Dō baseia-se no treino conjunto de componentes físicas e componentes mentais. Este é um aspeto que é referido por Funakoshi (2003) nos seus 20 princípios do Karate-Dō (ver ponto 1.2.3) nomeadamente no 5º princípio. Sasaki (2008: p.48) esclarece esta ligação de uma forma bastante clara:

As práticas no Budō são geralmente chamadas de keiko ou shugyo. Shugyo tem um significado importante na mentalidade japonesa, especialmente nos problemas ligados à mente e corpo. Shugyo, no geral, significa que o treino prático melhora o espírito e personalidade do praticante. Em outras palavras, ‘matéria e lógica e corpo e espírito’ são inseparáveis. (...) O segredo do Budō é a integração da mente e forma, matéria e lógica, e corpo e espírito.”.

Para além deste tema que é transversal a todas as entrevistas realizadas, todos os participantes referem os rituais existentes como mecanismos de transmissão dos valores aceitáveis e de controlo sobre os comportamentos aceitáveis dentro do grupo. São exemplos deste tema:

Todo o cerimonial é fundamental, pois incute valores e o respeito por tudo o que nos rodeia (47 anos, masculino, 4ºDan, método tradicional);

Todo o cerimonial com a importantíssima saudação, a concentração e a mentalização transmitida em todas as ações vai com o decorrer do

tempo influenciar os atletas para o resto da vida. (43 anos, masculino, 1ºDan, método desportivo).

Os participantes valorizam especialmente a realização da saudação como ritual maior na prática quotidiana e aquele que é transmissor do valor “respeito”, quer pelos outros, quer pelo ambiente que o rodeia, sendo visto este valor como fundamental na interação social dos praticantes no *dojo*. E consideram este valor especialmente importante no estabelecimento das relações sociais dentro do *dojo*. Por algum motivo esta saudação é indicada por Funakoshi (2003) como o primeiro princípio do Karate-Dō: “*Não se esqueça que o Karate-Dō se inicia e termina com o rei*”. *Rei* pode ser traduzido, de forma ampla, como etiqueta perante outros, e na forma mais constricta como saudação. O Budō assenta muitas das suas práticas na cortesia, os fundadores de todas as artes marciais tradicionais japoneses referem-se à cortesia (e ao ritual da saudação) como fundamentais para a prática destas (Young, 2009). Por exemplo, Ueshiba (fundador do Aikidō) citado em Young (2009) afirma: “Quando se saúda profundamente o universo, este saúda em retorno”. James e Jones (1982) dedicam toda uma seção do seu ensaio sobre o mundo social do Karate-Dō à cerimónia e sua importância, resumindo de forma clara o que significam os rituais, em particular o da saudação, na prática de Karate-Dō (p.342):

A habilidade e disponibilidade de um recém-chegado para observar o cerimonial e a etiqueta não como algo superficial, mas sim como expressões integrais da arte, representa o primeiro passo para a compreensão dos valores implícitos e o significado do Karate. (...) Os karateca também se saúda entre si, e ao instrutor em vários momentos da sessão; tais trocas de rituais ajudam os karateca a susterem uma atitude mental positiva durante o treino, incentivando a autodisciplina e o controlo social, e garantindo que o respeito e a dignidade estão incluídos em todas as relações no dojo.”

Para além destes dois temas que são transversais a todos os participantes nas entrevistas, 4 dos participantes referem o treino físico duro, metódico e repetitivo com o foco na superação dos limites individuais. Aspeto referido por Sasaki (2008) como essencial nas práticas do Budō, e por Funakoshi (2003) nas suas observações sobre a prática do Karate-Dō, em que fomenta a superação dos limites através do treino físico duro, regular e repetitivo.

Resumidamente, a maioria dos participantes assumem que foi e é o bem-estar psicológico que os motivou a começar e a manter a prática. Para além disto, observa-se uma elevada valorização geral (valores médios de resposta positivos) das questões relacionadas com os símbolos, valores, atitudes e influência na formação da personalidade. No entanto, os resultados obtidos dos cruzamentos entre estas variáveis e aquelas descritivas da prática de Karate-Dō demonstram não existir uma influência decisiva entre estas. Observa-se apenas que as pessoas que iniciaram a sua prática mais cedo consideram que esta prática foi fundamental na modelação da sua personalidade.

Observa-se ainda que os valores referidos como importantes para os indivíduos enquanto pessoas se aproximam dos valores presentes na prática de Karate-Dō.

É possível observar ainda que os participantes reconhecem o conceito de Budō como conjunto de valores, princípios e padrões de comportamento e o associam, de certa forma, ao significado de ser karateca, ou seja à prática de Karate-Dō.

As perceções dos participantes vão também de encontro às práticas, valores, princípios e padrões de comportamento desejados de quem se envolve em artes baseadas no Budō, nomeadamente a ligação indissociável entre corpo e mente no processo de aprofundamento da prática de Karate-Dō (através de treino físico duro e com objetivo de superar os limites), e os rituais existentes como mecanismos de transmissão dos valores aceitáveis e de controlo sobre os comportamentos aceitáveis dentro do grupo.

Os dados recolhidos foram em grande quantidade e qualidade permitindo por si uma resposta (apesar de limitada) aos objetivos propostos.

A apresentação e discussão dos resultados foi realizada de uma forma conjunta. No entanto, foi organizada de acordo com as questões e hipóteses formuladas para o estudo, a fim de facilitar a compreensão do leitor. Não foram propositadamente cruzadas, sendo “apenas” discutidas à luz do conhecimento

existente. Os “cruzamentos” dos diferentes dados recolhidos foram deixados para a reflexão que se impõe na conclusão deste estudo, agora apresentada.

4

CONCLUSÃO

“Para ter sucesso, salta tão rápido para as oportunidades como fazes para as conclusões”

(Benjamin Franklin)

Entramos agora no percurso final desta longa caminhada que foi a preparação, elaboração e apresentação de todo este estudo, uma etapa onde se irão concluir as ideias, concretizar os raciocínios e assumir novas oportunidades de crescimento do conhecimento na matéria.

A grande finalidade deste estudo foi, desde início, produzir conhecimento sociológico sobre a realidade do Karate-Dō, um desporto sobre o qual não abunda a investigação científica, nomeadamente em Portugal. Procura-se, assim, contribuir para uma “sociologia das artes marciais”, um ramo da sociologia do desporto que gradualmente ganha mais adeptos e se torna mais interessante devido à globalização, crescente popularidade e complexidade institucional das artes marciais orientais no Ocidente (Cynarsky e Walczak, 2010).

Especificamente, procurou-se entender a forma como a matriz cultural presente no Karate-Dō, relacionada com a própria institucionalização deste se incorpora nas formas de agir, pensar e agir dos indivíduos e resulta em alterações significativas destas, nomeadamente, na perceção da sua qualidade de vida subjetiva.

Creemos ter sido bem-sucedidos, pois o estudo produz novo conhecimento sobre a realidade portuguesa e, certamente, pode abrir portas a novas investigações.

Um aspeto fundamental a frisar, desde já, é que, quer pela natureza, quer abrangência do estudo, assumidas desde a primeira hora, os resultados não permitem generalizações de nenhuma ordem, cingindo-se aquilo que é uma percepção de parte dos praticantes portugueses de Karate-Dō portugueses que mantêm a sua prática. Inspirados em Polit e Hungler (1978), que defendem dois motivos principais para desenvolver um estudo exploratório, procurar um conhecimento mais rico de uma nova área ou temática e ser uma preparação para um estudo de maior escala, procurando medir os recursos necessários e as dificuldades para este, a nossa motivação foi, principalmente, a primeira. No entanto, no final do estudo, podemos considerar que o segundo motivo acabou por ser atingido, pois ficam bases para realizar outra investigação mais abrangente, mais extensa, com outros recursos de tempo e disponibilidade.

O estudo agora realizado teve algumas dificuldades. A falta de apoio por parte da Federação Nacional de Karate – Portugal (apesar de ter sido acordado esse apoio previamente à sua realização) adensou a dificuldade para “chegar” junto dos possíveis participantes no estudo, originando uma mudança no método de amostragem, provavelmente reduzindo o número de participantes, e a um maior tempo necessário para a recolha dos dados. Apesar disso, conseguiu-se uma participação considerável de diversos participantes. O único aspeto onde não se atingiu a diversidade desejada *a priori* foi relativamente ao género, onde o número de elementos do género feminino ficou abaixo do desejado inicialmente. Como foi apresentado é difícil de equilibrar o aspeto género pela própria participação díspar entre homens e mulheres nesta actividade desportiva, sendo o número de elementos do género feminino muito menor (+25% do total). Esta situação foi agravada pela opção “forçada” do método de amostragem em “bola de neve”, o qual, partindo dos contatos do investigador maioritariamente do género masculino, ainda reduziu mais a probabilidade de surgirem elementos do género feminino na amostra.

Outra situação que foi sentida como uma dificuldade ao longo do processo de investigação respeita à inexperiência do investigador na realização de estudos desta dimensão e profundidade. Tal revelou-se, em alguns períodos, numa gestão menos conseguida na tentativa de compatibilizar a gestão das dinâmicas familiares com as necessidades do desenvolvimento da

investigação, o que originou atrasos e desmotivações, que, no entanto, foram sendo ultrapassadas.

Estas questões, apesar de serem de carácter operacional, são de reflexão fundamental quando procuramos concluir o estudo, pois é o resultado desta reflexão que permite realizar um crescimento como investigadores e compreender as dificuldades existentes, permitindo assim uma antecipação das mesmas e o desenvolvimento de estratégias preventivas, em estudos futuros nesta ou em outras áreas.

Passando concretamente aos resultados do estudo estes serão apresentados na mesma perspetiva que foram apresentados anteriormente os resultados, isto é, de acordo com as questões e hipóteses levantadas no início do estudo, na ordem pela qual foram apresentadas nos resultados. Esta opção é feita por tornar as conclusões do estudo mais claras, perceptíveis e coerentes com os resultados onde estas se sustentam e que foram apresentados anteriormente.

Iniciamos então a reflexão conclusiva com o ponto relativo à interligação dos conceitos de desporto (Karate-Dō) e qualidade de vida (subjéctiva ou percecionada).

A questão que foi originalmente levantada para responder a este objetivo foi a seguinte:

Os praticantes entendem que a sua qualidade de vida percecionada é influenciada pela prática de Karate-Dō?

Relembramos que a hipótese de resposta que foi ponderada e levantada no início do estudo foi a seguinte:

Os praticantes apresentam elevados níveis de qualidade de vida percecionada nos diferentes domínios, independentemente do método de treino preferencial do praticante.

No caso desta questão podemos considerar que a hipótese de resposta colocada foi a comprovada pelos dados obtidos. Os dados são claros neste sentido, quando se demonstra que os praticantes de Karate-Dō apresentam um resultado médio e em todos os domínios da qualidade de vida percecionada positivos (superiores a 5 na escala utilizada). Para além disto, os praticantes associam a prática de Karate-Dō nos diversos domínios ao nível apresentado

de qualidade de vida, reforçada pela forte correlação estatística demonstrada entre esta associação com a prática e a percepção da qualidade de vida

Apesar desta demonstração de que os praticantes de Karate-Dō associam a prática à qualidade de vida que percebem e que apresentam elevados valores de qualidade de vida percebida, não podemos estabelecer uma relação direta entre a prática de Karate-Dō e maiores níveis de qualidade de vida percebida dos indivíduos visto a qualidade de vida ser um conceito multifatorial e multidimensional. No entanto, foram recolhidos dados que nos indicam no sentido que a prática de Karate-Dō poderá ser um fator determinante na melhoria dos níveis de qualidade de vida percebida no geral e nos diferentes domínios.

Os praticantes de Karate-Dō abrangidos neste estudo apresentam um nível médio e em cada domínio da qualidade de vida percebida superior aos da amostra de população em geral (não praticante de Karate-Dō) questionada (apesar das limitações apresentadas). Estes resultados podem significar que existe “algo de diferente” nos indivíduos que praticam Karate-Dō relativamente aos que não praticam, sem que, no entanto, possamos concluir se tal se decorrerá diretamente da prática ou dos aspetos externos a esta que motivam a sua prática.

Neste sentido, foram realizadas relações estatísticas entre os resultados anteriormente referidos e diferentes aspetos sociodemográficos (género, idade, atividade profissional e escolaridade) por forma a esclarecer estas ligações. Nenhuma das variáveis sociodemográficas apresentou relações estatísticas constantes e profundas com os diferentes domínios da qualidade de vida percebida, tal como o inverso. Estes resultados parecem mostrar que a prática de Karate-Dō é um fator mais importante na definição dos níveis de qualidade de vida do que as variáveis sociodemográficas estudadas. No entanto, não podemos afirmar este facto de uma forma definitiva. Seria necessário um estudo mais abrangente para compreender estas variações e ligações de forma mais profunda e concreta, garantindo de uma forma mais assertiva que a prática de Karate-Dō é um fator determinante na melhoria da qualidade de vida percebida de quem o pratica, mais do que as variáveis sociodemográficas.

Estas indicações mostram que é de admitir que a prática de Karate-Dō possa realmente ser um fator decisivo na definição dos níveis de qualidade de vida percebida.

Continuamos a nossa síntese reflexiva com o ponto relativo à definição do método de treino como fator determinante das percepções da prática de Karate-Dō.

A questão que foi originalmente levantada para responder a este objetivo foi a seguinte:

Será o método de treino um aspeto diferenciador na forma como os praticantes percebem os modelos de comportamento e a sua qualidade de vida?

Relembramos que as hipóteses de resposta que foram ponderadas e levantadas no início do estudo foram as seguintes:

A valorização dos valores, princípios e modelos de comportamentos associados é distinta conforme o método de treino preferencial do praticante;

Os praticantes relacionam a prática de Karate-Dō com a qualidade de vida percebida nos diferentes domínios, de forma distinta conforme o método de treino preferencial.

A ideia inicial era de que o método de treino deveria ser um fator decisivo na forma com os praticantes encaram a prática de Karate-Dō, pelos seus diferentes objetivos e abordagens ao treino. No entanto, os resultados obtidos, quer de forma objetiva quer de forma subjetiva, contrariam esta ideia e respondem na forma oposta às hipóteses colocadas. Ou seja, a prática de Karate-Dō é entendida por todos os praticantes, independentemente do seu método de treino preferencial, da mesma forma e dentro dos mesmos moldes.

Para chegarmos a esta conclusão foram comparados todos os resultados obtidos a partir do questionário (à exceção dos obtidos na categoria de dados sociodemográficos) e foi questionado nas entrevistas realizadas qual a razão que os participantes entendiam ser para que não se verificasse distinção nos resultados somente pelo método de treino.

Quanto aos dados recolhidos no questionário, apesar de serem tendencialmente e ligeiramente mais elevados nos participantes do método

tradicional a diferença relativa entre ambos os métodos (inferior a 0,5 em respostas de 1 a 5), tal situação não permite assumir este aspeto como decisivo. Postas estas diferenças em nada significativas, colocava-se como fundamental esclarecer e aprofundar esta perceção utilizando as entrevistas.

Nas entrevistas, as perceções dos participantes vão em dois sentidos: por um lado os participantes do método de tradicional exacerbam mais as diferenças na perceção dos valores, princípios e padrões de comportamento tendo por base o método de treino; por outro lado os praticantes do método desportivo consideram que é perfeitamente esperado que não existam alterações, em suma, identificam-se, acima de tudo, como praticantes de Karate-Dō, não se distinguindo por método de treino, até porque a maioria refere complementar o seu treino desportivo com o treino tradicional. No entanto, todos os participantes referem explicita ou implicitamente que os resultados apresentados obtidos a partir das respostas ao questionário é a, por si, esperada. Ou seja, os praticantes assumem que não é o método de treino que é uma diferença por si. Eles apenas apresentam diferentes justificações para não existir essa diferença, e essas justificações sim, são uniformes e distintas conforme o método de treino preferencial do participante.

Postas estas diferenças não significativas, tanto nas respostas aos questionários como nas perceções descritas nas entrevistas, podemos considerar que os praticantes não consideram o método de treino como algo importante na prática de Karate-Dō apesar de reconhecerem as suas diferenças, e assumirem diferentes perspetivas de justificar um mesmo sentido. Esta é uma conclusão que não deixa de ser curiosa tendo em conta que ambos os métodos de treino apresentam objetivos e metodologias perfeitamente distintas. Porém, após a reflexão destes resultados, a explicação que podemos aduzir para esta resposta oposta às hipóteses colocadas será que os praticantes de Karate-Dō se reconhecem, antes de qualquer tipo de diferença na prática, como pertencentes de um mesmo desporto ou arte marcial. Existe uma identidade apenas, o que torna perfeitamente compatível os elementos praticarem ambos os métodos de forma complementar, pois pertencem ao mesmo grupo. Este facto permite concluir que o código de valores, princípios, padrões de comportamento, símbolos e linguagem é igualmente reconhecido, independentemente do método de treino.

Bem-vista a questão, se as hipóteses colocadas se confirmassem, estaríamos perante duas identidades distintas o que tornaria incompatível a pertença dos elementos a ambos os grupos, ou, pelo menos, que esta pertença ocorresse de forma separada e não complementar.

Os aspetos aqui levantados nesta reflexão relativos à identidade dos praticantes de Karate-Dō e aos códigos de valores, princípios, padrões de comportamento, símbolos e linguagem transpõem-se para o último aspeto abordado neste estudo que foi o descortinar do véu sobre a pertença ao grupo de praticantes de Karate-Dō (prática de Karate-Dō) como instrumento de socialização, e sobre *habitus* marcial dos praticantes de Karate-Dō.

A questão que foi originalmente levantada para responder a este objetivo foi a seguinte:

Os praticantes reconhecem o Karate-Dō como instrumento de socialização?

Relembramos que as hipóteses de resposta que foram ponderadas e levantadas no início do estudo foram as seguintes:

Os praticantes reconhecem a prática de Karate-Dō como decisiva na definição dos seus valores, princípios e modelos de comportamento, em suma, como instrumento de socialização;

O conceito de Budō encontra-se na base do *habitus* do grupo de praticantes de Karate-Dō independentemente do método de treino preferencial.

A principal conclusão que a este respeito se pode retirar deste estudo é que os praticantes de Karate-Dō reconhecem e consideram a pertença ao grupo de praticantes como um instrumento de socialização. Ou seja, o Karate-Dō é considerado como um instrumento de socialização.

Esta conclusão é suportada, antes de mais, por todos os participantes referirem que a prática de Karate-Dō influencia em grande medida a formação da sua personalidade (todas as respostas superiores a 3 numa escala de 1 a 5, com metade das repostas no valor 5). Ou seja, os participantes admitem que são pessoas diferentes somente por praticarem Karate-Dō. Ainda mais, quando na justificação atribuída a estes resultados os praticantes admitem que praticar

Karate-Dō mudou a sua forma de estabelecer relações interpessoais, alterou o seu padrão de comportamento e os valores em que assenta a sua vida.

Esta perceção associada à visão do Karate-Dō como uma filosofia de vida que ultrapassa o espaço de treino referida pela maioria dos participantes, origina a nossa perceção de que os praticantes não só consideram que o Karate-Dō os altera, como consideram que o faz nos diferentes campos da sua vida social, ou seja, muito para além das paredes do *dojo*.

Para além desta perceção e ponto de vista, os praticantes que participaram no estudo referem ainda um aspeto essencial na definição do Karate-Dō como um instrumento de socialização – estes reconhecem uma identidade própria do grupo. Os *karateca* reconhecem que os elementos do grupo partilham determinado tipo de valores, princípios e padrões de comportamento distintos dos restantes grupos sociais, que os faz, de certa forma, reconhecer-se como um grupo com identidade muito própria.

Apesar de não poder ser afirmado com garantias, assumimos que os aspetos aqui referidos determinam o *outcome* da qualidade de vida percecionada. Ou seja, apesar da qualidade de vida percecionada ser multifatorial e multidimensional, o facto é que esta identificação reconhecida pelos praticantes e o grau de influência que estes consideram ter a prática de Karate-Dō na sua vida muito para além da prática da arte marcial, originam maiores valores de qualidade de vida percecionada nos praticantes de Karate-Dō do que nos não praticantes.

Uma questão que fica aqui neste ponto por ressaltar e deverá ser alvo de futura investigação é a diferença neste *outcome* entre os praticantes de Karate-Dō e praticantes de outros desportos coletivos ou individuais que não sejam de origem oriental, pois só um estudo concreto desta diferença poderia reforçar ou retirar a suspeita de que é a prática em si de Karate-Dō (com tudo o que esta envolve) que melhora a qualidade de vida dos seus praticantes e não é derivada apenas da mera prática desportiva.

Após reconhecermos que os praticantes assumem que o Karate-Dō é um instrumento de socialização, partimos para a reflexão do *habitus* marcial proposta como objetivo deste estudo.

Neste ponto específico temos de esclarecer, já inicialmente, que as conclusões aqui apresentadas são particularmente superficiais, uma vez que a busca

aprofundada de um *habitus* é, por si só, uma outra tese de doutoramento que se recorreria de diferentes métodos e abordagens. No entanto, e apesar disto, estamos seguros de ter dados suficientes para poder trazer luz sobre este assunto.

Antes de partirmos para a discussão do *habitus* em concreto é fundamental sublinhar que o conceito filosófico do Budō é reconhecido, não só pelos autores, como pelos participantes no estudo como a matriz filosófica e cultural em que a prática do Karate-Dō se assenta. Este reconhecimento é observado não só pela elevada valorização dos valores, aspetos cerimoniais e rituais, como pelo reconhecimento direto que o Budō é uma filosofia de vida, que promove um caminho de autoaperfeiçoamento.

Posto este reconhecimento do Budō como matriz filosófica e cultural do Karate-Dō é de assumir que o mesmo estará subjacente às disposições duráveis de pensar e agir dos praticantes, ou seja do seu *habitus*, aqui tratado como *habitus* marcial.

A prática como forma de atingir a perfeição/mestria é um dos aspectos que poderá estar relacionado com as disposições que constituem o *habitus* marcial. Isto é, os praticantes referiram, tanto nos questionários como nas entrevistas, que é impossível perceber a prática de Karate-Dō apenas observando, é necessário praticar diligentemente, unindo o autoaperfeiçoamento mental ao técnico/físico, durante um longo período de tempo para compreender o verdadeiro objetivo do Karate-Dō. Quando um indivíduo entra no grupo é imediatamente “socializado” através da própria dinâmica da prática com os aspetos como: longo caminho de cintos coloridos até chegar “à mestria” do cinto negro; exigência de concentração e autocontrolo em todos os movimentos técnicos; e constante recurso à superação física e mental dos limites do indivíduo. Apenas se o indivíduo mantiver esta disposição é que garante a manutenção no grupo, de outra forma, o grupo encontra mecanismos implícitos para o excluir.

Outro aspeto de relevância relacionado com este *habitus* marcial que consideramos ter vislumbrado é a consciência de si e dos outros. Isto é, desde o primeiro dia na prática que o elemento no grupo é “socializado” para que o aprofundamento da prática não dependente apenas da proficiência técnica, mas dependente sobretudo do autoconhecimento e de um processo interior de

autoaperfeiçoamento mental e espiritual. Para além disto, o sistema de rituais existente, nomeadamente a saudação, e nos quais todos os elementos são instigados a participar comprovam a necessidade de consciência dos outros através do respeito mútuo e respeito pela autoridade da hierarquia.

No final, podemos considerar que foi um estudo amplo o suficiente para nos dar a conhecer variada informação e, em simultâneo, concreto o suficiente para se dedicar a uma área da sociologia do desporto em particular e se tornar exequível.

Os resultados, ideias e aspectos que se podem retirar deste estudo são, por si, valiosos por darem a conhecer de forma mais profunda um grupo e um contexto social pouco explorados na nossa sociedade, do ponto de vista sociológico, pelo menos de forma isolada. Permitindo perceber que este grupo se reconhece como um, independentemente de diferentes métodos de treino, baseando a sua identidade num conjunto de valores, princípios e padrões de comportamento associados ao conceito filosófico do Budō.

Concluimos ainda que o nível de qualidade de vida percecionada é mais resultado da pertença ao grupo do que propriamente a fatores intrínsecos a este grupo, uma vez que os fatores distintivos da prática não alteram os resultados significativamente, no entanto, os não pertencentes ao grupo apresentam resultados bastante distintos.

O valor dos resultados obtidos expande-se quando os observamos como uma “porta aberta” para novos estudos, mais detalhados, específicos e profundos, em qualquer um dos conceitos deste estudo, nomeadamente, a exploração do *habitus* marcial.

REFERÊNCIAS

BIBLIOGRÁFICAS

- Adams, A; Adams, C., Anna, L. (2008). Questionnaires, in-depth interviews and focus groups. In: Cairns, P.; Cairns, C.; Anna, L. (Eds), *Research Methods for Human Computer Interaction* (17–34). Cambridge: Cambridge University Press,
- Alexander, G. (1993) Sokon Matsumura, ancient warrior of Okinawa. *Dojo Magazine*, 32-37
- Allport, G. (1961). *Pattern and growth in personality*. Holt, Rinehart and Winston, Austin
- Andrews, F. (1980). Comparative studies of life quality: Comments on the current state of the art and some issues for future research. In Szalai, A. & Andrews, F. (Eds.), *The quality of life: Comparative studies* (273-285). London: Sage Publications.
- Andrews, F., & Withey, S. (1976). *Social of indicators well-being: America's perceptions of life quality*. Plenum Press, New York
- Araújo, L. (2009). *A prática do Budo na sociedade actual*. Paper não publicado, Lisboa
- Baciu, C. & Baciu, A. (2015). Quality of life and student's socialization through sport. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 209, 78 – 83
- Barreira, C. & Massimi, M. (2003). As Idéias Psicopedagógicas e a Espiritualidade no Karate-Dō segundo a Obra de Gichin Funakoshi. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 2003, 16(2), 379-388
- Berger, P. & Luckmann, T. (1986). *La construction sociale de la réalité*. Méridiens Klincksieck, Paris
- Binder, B. (2007). Psychosocial Benefits of the Martial Arts: Myth or Reality? A Literature Review. Working paper retirado de

https://www.researchgate.net/publication/265567929_Psychosocial_Benefits_of_the_Martial_Arts_Myth_or_Reality_A_Literature_Review

Blumer, H. (1986). *Symbolic Interactionism – Perspective and Method*. University of California Press, Berkeley

Bourdieu, Pierre. (1987). What makes a social class? On the theoretical and practical existence of groups. *Berkeley Journal of Sociology*, vol. 32, 1-17

Bourdieu, P. (1988). Program for Sociology of Sport. *Sociology of Sport Journal*, 5, 153-161

Bourdieu, P. (1990). *The logic of practice*. Stanford University Press, Stanford

Bourdieu, P. (2006). *A distinção – crítica social do julgamento*. Porto Alegre: Editora Zouk

Brannen, J. (1992). Combining qualitative and quantitative approaches: an overview. In: Brannen, J. (ed), *Mixing Methods: qualitative and quantitative research*, Ashgate, 3-37

Brock, D. (1993), Quality of life in health care and medical ethics. In: Nussbaum, M. & Sen, A. (eds.), *The Quality of Life*, Oxford, Clarendon Press, 95–132

Brown, J.; Bowling, A. & Flynn, T. (2004). *Models of Quality of Life: A Taxonomy, Overview and Systematic Review of the Literature*. Luxemburg: European Forum on Population Ageing Research

Bryman, A. (1992). Quantitative and qualitative research: further reflections on their integration. In: Brannen, J. (ed), *Mixing Methods: qualitative and quantitative research*, Ashgate, 57-78

Castillo, G. (2002). *Gender, identity and influence: Hong Kong martial arts films*. (tese de mestrado). University of North Texas, Denton

Clarke, M. (2009). *The Art of Hojo Undo - Power training for traditional Karate*. YMAA Publication Center, Wolfeboro

Coakley, J. (1998). *Sport in Society: Issues & Controversies*. 6Th edition, McGraw-Hill

Coakley, J. (2011) Youth Sports: What Counts as "Positive Development?", *Journal of Sport & Social Issues*, 35(3), 306- 324

Cordeiro, A. (2010). *Atlas Desportivo – Município de Penela*. Universidade de

Coimbra – Faculdade de Letras, Coimbra

Coser, L.; Rhea, B.; Steffan, P. & Nock, S. (1983). *Introduction to Sociology*. Harcourt Brace Jovanovich, New York

Costa, C. & Murphy, M. (2015). *Bourdieu, Habitus and Social Research - The Art of Application*. Palgrave Macmillan, New York

Craig, P. & Beedie, P. (2008). *Sport and Sociology*. Learning Matters, Exeter

Creswell, J. (2009). *Research Design*. Sage Publications, Los Angeles

Cummins, R. (1996). *The Domains of Life Satisfaction: An Attempt to Order Chaos*. Social Indicators Research, Vol. 38 (3), 303-328

Cummins, R. (1997). *Comprehensive Quality of Life Scale - Adult*. Deakin University, School of Psychology, Melbourne

Cummins, R. (2000). *Objective and Subjective Quality of Life: An Interactive Model*. Social Indicators Research, Vol. 52 (1), Quality of Life in OZ (Oct., 2000), 55-72

Cynarski W. & Lee-Barron J. (2014). Philosophies of martial arts and their pedagogical consequences. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, vol.14 (1), 11-19.

Diener, E. (1984). *Subjective Well-Being*. Psychological Bulletin, vol. 95, (3), 542-573

Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). *Subjective well-being*. Handbook of positive psychology, 63-73.

Diener, E., R.E. Lucas & C. Napa Scollon (2006), Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, Vol. 61(4), 305-314

Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

Domínguez, S. & Hollstein, B. (2014). *Mixed methods social networks research*. Cambridge University Press, New York

Donnelly, P. & Young, K. (1988). The construction and confirmation of identity in sport subcultures. *Sociology of Sport Journal*, 5 (3), 223–40

Dubar, C. (2005). *A socialização: construção das identidades sociais e profissionais*. Martins Fontes Editora, São Paulo

Elias, N. & Dunning, E. (1992). *A busca da excitação*. Difel, Lisboa

Elliot, A. (2008). *Concepts of the Self*. Polity Press, Stafford

Federação Nacional de Karaté - Portugal (2014). "Federação". Retirado do website www.fnkp.pt em 31/12/2014

Federação Nacional de Karate – Portugal (2017a) “Praticantes ativos – à data de 10 de Abril de 2017”. Retirado de <http://www.fnkp.pt/praticantes-2017/>

Federação Nacional de Karate – Portugal (2017b) “Estatísticas por regiões – à data de 10 de Abril de 2017”. Retirado de <http://www.fnkp.pt/estatisticas-tabela-2017/>

Federação Nacional de Karate – Portugal (2017c) “Estatísticas por associações – à data de 10 de Abril de 2017”. Retirado de <http://www.fnkp.pt/estatisticas-tabela-2017/>

Federação Nacional de Karate – Portugal (2017d) “Estatísticas por treinadores ativos – à data de 10 de Abril de 2017”. Retirado de <http://www.fnkp.pt/estatisticas-tabela-2017/>

Federação Nacional de Karate – Portugal (2017e) “Estatísticas por treinadores ativos – à data de 10 de Abril de 2017”. Retirado de <http://www.fnkp.pt/karate/>

Felce, D. & Perry, J. (1993). *Quality of life: A contribution to its definition and measurement*. Bangor, University of Wales.

Ferrando, M.; Otero, F. & Barata, N. (2013). *Sociologia del deporte*. Madrid, Alianza Editorial

Figueiredo, A. (1994). *A emergência do Karaté-Do Moderno*. Manual de Treinador-Monitor da FNKP, FNKP, Lisboa

Figueiredo, A. (2006). *A institucionalização do Karaté - Os Modelos Organizacionais do Karaté em Portugal* (tese de doutoramento). Universidade Técnica de Lisboa - Faculdade de Motricidade Humana, Lisboa

Figueiredo, A.; Inocentes, A. (2007). *O Karaté do Século XXI - para uma abordagem pós-moderna*. Manual de formação de treinadores nível I, módulo Introdução ao Karate, FNK-P, Lisboa

Filho, B. (2013). *Karate Budo - Os valores no caminho das mãos para o vazio*

(monografia de licenciatura). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre

Freitas, C. (2000). *O significado social do desporto nas classes sociais: uma análise do fenómeno* (tese de doutoramento). Universidade do Porto, Porto

Frey, B. S., & Stutzer, A. (2002). *Happiness and Economics. How the economy and institutions affect human well-being*. Princeton University Press, Princeton

Frey, J. & Eitzen, S. (1991). Sport and Society. *Annual Review of Sociology*, Vol. 17, 503-522

Funakoshi, G. (1975). *Karate-Dō - My way of life*. Kodansha International, Tokyo

Funakoshi, G. (1988). *Karate-Dō Nyumon*. Kodansha International, Tokyo

Funakoshi, G. (2003). *The twenty guiding principles of Karate*. Kodansha International, Tokyo

Funakoshi, G. (1935). Speaking About Karate. *Budo Karate Journal* (1st Quarter 2004), Brisbane, International Ryukyu Karate Research Society, 19-28

Galloway, S. (2005). *Well-being and quality of life: measuring the benefits of culture and sport: A literature review and thinkpiece*. Scottish Executive Social Research, Edinburgh

Gasper, D. (2004). *Subjective and objective well-being in relation to economic inputs: puzzles and responses*. Working Paper, University of Bath, Bath

Giddens, A. (2006). *Sociology*. Polity Press, Cambridge

Giulianotti, R. (2004a) Human rights, globalization and sentimental education: The case of sport. *Sport in Society*, vol. 7, 355-369

Giulianotti, R. (2004b). *Sport and modern social theorists*. Palgrave Macmillan, New York

Goffman, E. (1961). *Asylums: essays on the social situation of mental patients and other inmates*. Anchor Books, New York

Gomes de Sá, M. (2014). *Os filhos das feiras e o campo de negócios agreste*. (tese de doutoramento), Universidade do Minho, Braga

Habersetzer, R. (2003). *Encyclopédie des arts martiaux: Karaté pratique du débutant à la ceinture noire*. Amphora, Paris.

- Higaonna, M. (1985). *Traditional Karate-Dō - Okinawa Goju-ryu: vol.1, fundamental techniques*. Sugawara Martial Arts Institute Inc., Tokyo
- Horton, P. & Hunt, C. (1981). *Sociologia*. McGraw-Hill, Nova Iorque
- Houlihan, B. (2003). *Sport and society: a student introduction*. SAGE Publications, Thousand Oaks
- Hsu, Li-Hong (2005). Revisiting the concept of Sport. *Journal of Humanities and Social Sciences*, vol. 1, n.º2, 45-54
- Hughes, M. (2006). Affect, Meaning and Quality of Life. *Social Forces*, Vol. 85 (2), Oxford University Press, 611-629
- International Wellbeing Group (2006). *Personal Wellbeing Index*. Australian Centre on Quality of Life, Deakin University, Melbourne
- Instituto Português do Desporto e Juventude (2016). *Processo de Candidatura a Financiamento Público*. Lisboa
- Jarvie, G. (2006). *Sport, Culture and Society – an introduction*. Routledge, Abingdon
- Jary, D & Jary, J. (1991). *Collins Dictionary of Sociology*. HarperCollins Publishers, Glasgow
- Javeau, C. (1998). *Lições de sociologia*. Celta Editores, Oeiras
- Schuessler, K. & Fisher, G. (1985). Quality of Life Research and Sociology. *Annual Review of Sociology*, Vol. 11 , 129-149
- Kalat, J. (2008). *Introduction to Psychology*. Thomson Wadsworth, Belmont
- Karate Canada (2009). *Karate for Life – Karate Canada's Long-Term Athlete Development Model*. Karate Canada, Montreal
- Kent, N. (1981). The value of courage. *Philosophy*, 56 (218), 574-577
- Kerce, E. (1992). *Quality of Life: Meaning, Measurement, and Models*. Navy Personnel Research and Development Center, San Diego
- Kimura, M. & da Silva, J. (2009). Ferrans and Powers Quality of Life Index. *Revista Escola Enfermagem USP*, Vol. 43, 1096-1102
- Kinnier, R.; Kernes, J. & Dautheribes, T. (2002). A short list of universal moral values. *Counselling and Values*, 45, 4-16
- Kroll, C. (2011). *Towards a Sociology of Happiness: Examining social capital and subjective well-being across subgroups of society* (tese de doutoramento), The London School of Economics and Political Science, London

- Lahire, B. (2002). *O homem plural*. Editora Vozes, Petrópolis
- Lahire, B. (2005). Patrimónios individuais de disposições - Para uma sociologia à escala individual. *Sociologia, problemas e práticas*, n. ° 49, 11-42
- Lakatos, E. (1990). *Sociologia Geral*. Editora Atlas, São Paulo
- Lassey, W. & Lassey, M. (2001). *Quality of life for older people: an international perspective*. Prentice-Hall, New Jersey
- Lauer, G. (1999). Concept of quality of life in mental health care. In: *Quality of Life and Mental Health Care*, Wrightson Biomedical, Philadelphia, 19-34
- MacAloon, J. (1988). A Prefatory Note to Pierre Bourdieu's "Program for a Sociology of Sport". *Sociology of Sport Journal*, 5, 150-15
- Malcolm, D. (2008). *The SAGE Dictionary of Sports Studies*. SAGE Publications Ltd., London
- Malcolm, D. (2012). *Sport and Sociology*. Routledge, Abindgon
- Marivoet, S. (2000). *Práticas desportivas na sociedade portuguesa (1988-1998)*. Comunicação apresentada no IV Congresso Português de Sociologia
- Marivoet, S. (2001). *Hábitos Desportivos da População Portuguesa*. CEFD, Lisboa
- Mazo, G. (2008). *Atividade Física, Qualidade de Vida e Envelhecimento*. Sulina, Porto Alegre
- Mead, G.H. (1934). *Mind Self and Society from the Standpoint of a Social Behaviorist*. University of Chicago Press, Chicago
- Meier, K. (1981). On the inadequacies of sociological definitions of sport. *International Review of Sports Sociology*, 16 (12), 79-102
- Merton, R. (1968). *Social Theory and Social Structure*. The Free Press, New York
- Messaoud, W. (2016). Karate, and the perception of the sport. *Ido Movement for Culture - Journal of Martial Arts Anthropology*, Vol. 16 (3), 47–56
- Michalos, A. (2014). *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Springer Reference, Dordrecht
- Molénat, X. (2011). *Sociologia: história, ideias, correntes*. Edições texto & grafia, Lisboa
- Mooney, L.; Knox, D. & Schacht, C. (2007). *Understanding Social Problems*. Thomson Wadsworth, Belmont

- Moynihan, C. (1998). Theories of masculinity. *British Medical Journal*, n.º 317, 1072-75
- Nakayama, M. (1983). *Best Karate (2)*. Kodansha International Ltd., Tóquio
- Nitobe, I. (1908). *Bushido – The Soul of Japan*. Teibi Publishing Company, Tóquio
- Nordenfelt, L. (1993). *Quality of life, Health and Happiness*. Avebury: Ashgate
- OECD (2013). *OECD Guidelines on Measuring Subjective Well-being*. OECD Publishing
- Outhwaite, W. (2002). *The Blackwell Dictionary of Modern Social Thought*. Wiley-Blackwell, Nova Iorque
- Öztürk, Ş. (2005). *Pierre Bourdieu's Theory of Social Action*. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (ĐLKE), Muğla Üniversitesi
- Pascale, C-M. (2011). *Cartographies of Knowledge – Exploring Qualitative Epistemologies*. SAGE Publications Inc., Thousand Oaks
- Patrão, J. (2009). *A génese do Karaté em Portugal - 1963-1969*. Centro de Artes Orientais, Lisboa
- Pfeifer, C. & Cornelißen, T. (2009). The impact of participation in sports on educational attainment - New evidence from Germany. *Economics of Education Review*, 29, 94-113
- Polit, D. & Hungler, B. *Nursing research: principles and methods*. J. B. Lippincott, Philadelphia
- PORDATA (2017a). Praticantes desportivos federados: total e por sexo – Portugal. Retirado de <http://www.pordata.pt/Portugal/Praticantes+desportivos+federados+total+e+por+sexo-2229>
- PORDATA (2017b). Praticantes desportivos federados: total e por grupo etário – Portugal. Retirado de <http://www.pordata.pt/Portugal/Praticantes+desportivos+federados+total+e+por+escal%c3%a3o+et%c3%a1rio-2228>
- PORDATA (2017c). População residente com 15 e mais anos por nível de escolaridade – Portugal. Retirado de

[http://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+residente+com+15+e+mais+anos+por+n%C3%advel+de+escolaridade+completo+mais+elevado+\(percentagem\)-884](http://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+residente+com+15+e+mais+anos+por+n%C3%advel+de+escolaridade+completo+mais+elevado+(percentagem)-884)

PORDATA (2017d). População residente segundo Censos: total e por grandes grupos etários. Retirado de: <http://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+residente+segundo+os+Censos+total+e+por+grandes+grupos+et%C3%A1rios-512>

PORDATA (2017e). População inactiva com 15 e mais anos total e por condições perante o trabalho e sexo. Retirado de: <http://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+inactiva+com+15+e+mais+anos+total+e+por+condi%C3%A7%C3%A3o+perante+o+trabalho+e+sexo-784>

PORDATA (2017f). Taxa de desemprego total e por grupo (percentagem). Retirado de: [http://www.pordata.pt/Portugal/Taxa+de+desemprego+total+e+por+grupo+et%C3%A1rio+\(percentagem\)-553](http://www.pordata.pt/Portugal/Taxa+de+desemprego+total+e+por+grupo+et%C3%A1rio+(percentagem)-553)

PORDATA (2017g). População empregada total e por situação na profissão principal (percentagem). Retirado de: [http://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+empregada+total+e+por+situa%C3%A7%C3%A3o+na+profiss%C3%A3o+principal+\(percentagem\)-2576](http://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+empregada+total+e+por+situa%C3%A7%C3%A3o+na+profiss%C3%A3o+principal+(percentagem)-2576)

PORDATA (2017h). Praticantes desportivos federados: total e por todas as federações desportivas - Portugal. Retirado de: <http://www.pordata.pt/Portugal/Praticantes+desportivos+federados+total+e+por+todas+as+federa%C3%A7%C3%b5es+desportivas-2227>

Porto Editora (2017). honestidade in Dicionário infopédia da Língua Portuguesa com Acordo Ortográfico. Retirado de: <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/honestidade>

Porto Editora (2017). Infopédia.pt – Dicionário online Inglês-Português. Retirado de <https://www.infopedia.pt/>

Quivy, R. & Campenhoudt, L. (2005). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Gradiva, Lisboa

- Rapley, M. (2003). *Quality of life research*. Sage, London.
- Rice, R. (1984). Work and the quality of life. In: Oskamp, S. (Ed.), *Applied social psychology annual - Applications in organizational settings* (155-177), Sage
- Ritzer, G (2015). *Introduction to Sociology*. Sage Publications, Los Angeles
- Ritzer, G. (1993). *Teoría Sociológica Contemporanea*. McGraw-Hill, Madrid
- Rosa, V. (2016). Perspetivas e entendimentos dos praticantes portugueses de karaté sobre o conceito de Budô. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, Volumen 10 (2), Julio-Diciembre, 124-134
- Sage, G. (2015). *Sociology of North American Sport*. Oxford University Press, Oxford
- Sánchez, D. & Estrada, E. (2009). *Sport, health and quality of life*. Social Studies Collection, La Caixa Foundation, Barcelona
- Schaefer, R. (1983). *Sociology*. McGraw-Hill, New York
- Schimmack, U. (2007). The structure of subjective well-being. In: Larsen, R. & Eid, M. (Eds.), *Subjective well-being*. Oxford University Press, Oxford
- Setton, M. (2009). A socialização como fato social total: notas introdutórias sobre a teoria do habitus. *Revista Brasileira de Educação*, vol 14, 296-306
- Silva, A. & Pinto, M. (1999). *Metodologia das Ciências Sociais*. Edições Afrontamento, Porto
- Silva, S. et al (2009). Prevalência e fatores associados à prática de esportes individuais e coletivos em adolescentes pertencentes a uma corte de nascimentos. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 23 (3), 263-74, São Paulo
- Smith, E. (2010). *Sociology of sport and social theory*. Human Kinetics
- Stiglitz, J., Sen, A. & Fitoussi, J. (2009). *Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress*. Paris
- Stoleroff, A. & Rosa, V. (2008). *Samurais na modernidade europeia: motivações e entendimentos dos karatecas portugueses*. Comunicação apresentada no VI Congresso Português de Sociologia
- Stuij, M. (2013). Habitus and social class: a case study on socialisation into sports and exercise. *Sport, Education and Society*, 20 (6), 780-798
- Suh, E. & Diener, E. (1999). *The use of emotion information across cultures*,

individuals and persons: The case of life satisfaction. University of Illinois, Urbana-Champaign.

Swartz, D. (2002). The Sociology of the habit: The perspective of Pierre Bourdieu. *The Occupational Therapy Journal of Research*, Vol. 22

Teddlie, C. & Tashakkore, A. (2009). *Foundations of Mixed Research*. Sage Publications, Los Angeles

Uozumi, T. (2010). *The History and Spirit of Budo*. International Budo University, Katsuura Newsletter

Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life: Ordering concepts and measures of the good life. *Journal Of Happiness Studies*, vol 1, 1-39

Veenhoven, R. Bryant, C. & Peck, D. (2007). '21st Century Sociology, A Reference Handbook' Sage. Sage, Thousand Oaks

Wacquant, L. (2007). Esclarecer o habitus. *Educação & Linguagem*, n.º 16, 63-71

Wilson, W. (1982). *Ideals of the Samurai – Writings of Japanese Warriors*. Ohara Publications

Wilson, W. (2010). *Essays on the Martial Arts*. Roaring Tiger Newsletter, Tucson

Woods, R. (2015). *Social Issues in Sport*. Human Kinetics

World Karate Federation (2015). *Karate into the Olympics 2020*. Retirado de www.wkf.net

World Karate Federation (2017). *World Karate Federation – the book*. Retirado de <https://www.wkf.net/thebook/>

APÊNDICES

APÊNDICE 1

QUESTIONÁRIO

QUESTIONÁRIO

Este questionário encontra-se enquadrado no projecto de investigação a ser realizado no âmbito da realização de uma tese de Doutoramento em Sociologia, na Universidade de Évora, com o tema: "Socialização, Desporto e Qualidade de Vida: exemplo dos praticantes de Karate-Dō". Pedimos assim a sua colaboração no preenchimento do mesmo.

O objetivo deste questionário é recolher e analisar informação relacionada com a prática de Karate-Dō em Portugal, tal como as vivências dos seus praticantes. Nesse sentido, gostaríamos que procedesse ao preenchimento do questionário, em anexo, de acordo com as instruções fornecidas.

O anonimato e a confidencialidade dos dados encontram-se garantidos.

O questionário foi construído para ser abrangente, mas breve, por forma a facilitar o seu preenchimento. Demora, no máximo, cerca de 10 minutos a ser preenchido.

Agradecemos desde já a participação.

João Tomás, doutorando

José Saragoça, Professor Doutor

1. *Sexo*

O Masculino O Feminino

2. *Idade*

____ anos

3. *Escolaridade*

O Sem escolaridade O 4º Ano O 6º Ano O 9º Ano O 12º Ano
O Licenciatura O Mestrado O Doutorado

4. *Atividade profissional*

O Trabalhador por conta de outrem O Trabalhador por conta própria
O Desempregado O Estudante

5. *Distrito de Residência*

6. *Anos de prática de Karate-Dō*

____ anos

7. *Idade de início da prática de Karate-Dō*

____ anos

8. *Estilo de Karate-Dō que pratica*

O Shotokan O Goju-ryu O Shito-ryu O Wado-ryu O Outro _____

9. *Método de treino que treina (preferencialmente)*

O Desportivo/Competitivo O Tradicional/Não Competitivo

Se optou pela opção "Desportivo/Competitivo":

Pratica competição federada? O Sim O Não

10. *Graduação (risque a opção que não interessa)*

____° Dan/Kyu

11. *Função no dojo (maioritariamente)*

O Atleta O Treinador O Ambos

12. *Praticou outros desportos, de forma organizada, para além do Karate-Dō?*

O Sim

O Não

Se responde “Sim”, quais?

13. Porque optou pelo Karate-Dō em detrimento de outros desportos?

14. Qual foi o principal motivo que o levou a iniciar a prática de Karate-Dō?

O Bem Estar Físico (e.g. manter a forma física, preparação física)

O Bem Estar Psicológico (e.g. auto-controlo, respeito, disciplina, aumento da capacidade de concentração e de capacidade cognitiva)

O Bem Estar Social (e.g. manutenção ou aquisição de amizades, integração num grupo)

O Outro (especifique) _____

15. Qual é o principal motivo que o leva a praticar Karate-Dō atualmente?

O Bem Estar Físico (e.g. manter a forma física, preparação física)

O Bem Estar Psicológico (e.g. auto-controlo, respeito, disciplina, aumento da capacidade de concentração e de capacidade cognitiva)

O Bem Estar Social (e.g. manutenção ou aquisição de amizades, integração num grupo)

O Outro (especifique) _____

16. O que significa, para si, ser karateca?

17. O que entende, como karateca, pelo conceito de Budo?

18. Qual o grau de importância que atribui aos seguintes aspetos relacionados com o Karate-Dō? (1 – Nenhuma importância; 5 – Toda a importância)

	1	2	3	4	5
Realização de saudação inicial e final					
Presença de símbolos japoneses (bandeira, fotos dos mestres fundadores do Karate-Dō, inscrições em japonês, entre outras) no dojo					

<i>Dojo kun enquanto código de conduta</i>					
<i>Utilização do uniforme (karategi) pelos praticantes</i>					
<i>Existência de cintos coloridos relativos às diferentes graduações</i>					
<i>Posição do Sensei/Treinador como figura de autoridade no dojo</i>					
<i>Noção de exercício físico como catalisador do desenvolvimento espiritual</i>					

19. Nomeie os três valores a que atribui mais importância enquanto pessoa. (Valores - Conjunto de características de uma determinada pessoa ou organização, que determinam a forma como a pessoa ou organização se **comportam e interagem** com outros indivíduos e com o meio ambiente)

20. Que importância atribui às seguintes características no comportamento de um karateca? (1 – Nenhuma importância; 5 – Toda a importância)

	1	2	3	4	5
<i>Honra</i>					
<i>Lealdade</i>					
<i>Sinceridade</i>					
<i>Coragem</i>					
<i>Humildade</i>					
<i>Justiça</i>					
<i>Benevolência</i>					
<i>Respeito pelo outro</i>					
<i>Autocontrole</i>					

21. Em que medida considera que praticar Karate-Dō influenciou diretamente a formação da sua personalidade?

1	2	3	4	5
De forma nenhuma				Totalmente

Porquê?

22. Em que medida sente que os valores transmitidos na prática de Karate-Dō são: (1- Nada; 5-Tudo)

	1	2	3	4	5

APÊNDICE 2

GUIÃO DE ENTREVISTA

GUIÃO DE ENTREVISTA

- Como distinguiria o comportamento de um karateca de um de uma pessoa que não pratica Karate-Dō fora do dojo? Ou seja, de que forma são os praticantes de Karate-Dō diferentes dos outros?
- Quais são as características que considera serem exigidas a um novo praticante para se manter e evoluir na prática de Karate-Dō?
- De que forma considera que é a autoridade o poder funciona dentro do dojo? Isto é, de que forma um praticante incorpora no seu comportamento o respeito e coerência com estas relações de poder e autoridade?
- Observando os aspetos relacionados com o desenvolvimento do treino (físicos, psicológicos, sociais, espirituais), de que forma considera que eles se desenvolvem ao longo do treino? Ou seja, de tipo de preparação física o corpo precisa? Que tipo de mentalidade (*mindset*) se desenvolveu? De que forma o respeito pelos outros é manifestado? De que forma os aspetos cerimoniais transmitidos no Karate-Dō influenciam a espiritualidade?
- Porque considera que o método de treino escolhido (tradicional ou desportivo) não influencia de forma decisiva a forma com os praticantes observam a prática de Karate-Dō?

ANEXOS

ANEXO 1

RESULTADOS DOS TESTES ESTATÍSTICOS
REALIZADOS NO SUB-CAPÍTULO 3.4

Resultados do teste de correlação de Pearson realizados

		Anos de prática de Karate-Do	Idade de início da prática de Karate-Do
Anos de prática de Karate-Do	Pearson Correlation	1	-,241(*)
	Sig. (2-tailed)		,033
	N	78	78
Idade de início da prática de Karate-Do	Pearson Correlation	-,241(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,033	
	N	78	78
Realização de Saudação inicial e final (aspetos karate)	Pearson Correlation	-,029	-,074
	Sig. (2-tailed)	,803	,519
	N	78	78
Símbolos japoneses (aspetos karate)	Pearson Correlation	-,192	,176
	Sig. (2-tailed)	,092	,123
	N	78	78
Dojo kun (aspetos karate)	Pearson Correlation	-,098	,073
	Sig. (2-tailed)	,394	,527
	N	78	78
KarateGi (aspetos karate)	Pearson Correlation	-,015	,204
	Sig. (2-tailed)	,895	,073
	N	78	78
Cintos coloridos (aspetos karate)	Pearson Correlation	,041	-,356(**)
	Sig. (2-tailed)	,721	,001
	N	78	78
Sensei/treinador como autoridade (aspetos karate)	Pearson Correlation	-,088	,033
	Sig. (2-tailed)	,446	,772
	N	78	78
Exercício físico como catalisador do desenvolvimento espiritual (aspetos karate)	Pearson Correlation	,304(**)	-,198
	Sig. (2-tailed)	,007	,082
	N	78	78
Honra (comportamento karateca)	Pearson Correlation	-,273(*)	,099
	Sig. (2-tailed)	,016	,388
	N	78	78
Lealdade (comportamento karatece)	Pearson Correlation	-,474(**)	,052
	Sig. (2-tailed)	,000	,649
	N	78	78
Sinceridade (comportamento karateca)	Pearson Correlation	,070	-,101
	Sig. (2-tailed)	,544	,381
	N	78	78

Coragem (comportamento karateca)	Pearson Correlation	-,237(*)	,200
	Sig. (2-tailed)	,037	,080
	N	78	78
Humildade (comportamento karateca)	Pearson Correlation	-,320(**)	,060
	Sig. (2-tailed)	,004	,602
	N	78	78
Justiça (comportamento karateca)	Pearson Correlation	-,158	,044
	Sig. (2-tailed)	,168	,699
	N	78	78
Benevolência (comportamento karateca)	Pearson Correlation	-,379(**)	,143
	Sig. (2-tailed)	,001	,212
	N	78	78
Respeito pelos outros (comportamento Karateca)	Pearson Correlation	-,071	-,171
	Sig. (2-tailed)	,539	,135
	N	78	78
Autocontrolo (comportamento karateca)	Pearson Correlation	-,472(**)	-,090
	Sig. (2-tailed)	,000	,431
	N	78	78
Distintos outros desportos (valores karate)	Pearson Correlation	,070	-,245(*)
	Sig. (2-tailed)	,540	,031
	N	78	78
Distintos familia (valores karate)	Pearson Correlation	-,033	,132
	Sig. (2-tailed)	,776	,248
	N	78	78
Distinos escola (valores karate)	Pearson Correlation	,264(*)	-,187
	Sig. (2-tailed)	,019	,101
	N	78	78
Compatíveis sociedade (valores karate)	Pearson Correlation	,037	-,148
	Sig. (2-tailed)	,749	,195
	N	78	78
Compatíveis meio profissional (valores karate)	Pearson Correlation	-,142	-,058
	Sig. (2-tailed)	,216	,617
	N	78	78
Compatíveis espiritual/religioso (valores karate)	Pearson Correlation	-,027	-,172
	Sig. (2-tailed)	,817	,133
	N	78	78
Facilitadores integração grupos (valores karate)	Pearson Correlation	-,051	-,069
	Sig. (2-tailed)	,661	,547
	N	78	78
Compatíveis cultura sucesso desportivo (valores karate)	Pearson Correlation	,020	-,049
	Sig. (2-tailed)	,863	,671

	N	78	78
Si próprio (influência da prática karate)	Pearson Correlation	-,213	-,179
	Sig. (2-tailed)	,061	,117
	N	78	78
Familia (influência da prática karate)	Pearson Correlation	,001	-,088
	Sig. (2-tailed)	,992	,444
	N	78	78
Amigos (influência da prática karate)	Pearson Correlation	-,223	,224(*)
	Sig. (2-tailed)	,050	,049
	N	78	78
Trabalho (influência da prática karate)	Pearson Correlation	,042	-,091
	Sig. (2-tailed)	,714	,426
	N	78	78
Papel na comunidade (influência da prática de karate)	Pearson Correlation	-,128	,016
	Sig. (2-tailed)	,264	,890
	N	78	78
Em que medida considera que o Karate-Do influenciou diretamente a formação da sua personalidade	Pearson Correlation	,067	-,515(**)
	Sig. (2-tailed)	,558	,000
	N	78	78

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Resultados do teste de Kruskal-Wallis realizados

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.
Realização de Saudação inicial e final (aspetos karate)	9,675	5	0,085
Simbolos japoneses (aspetos karate)	11,192	5	0,048
Dojo kun (aspetos karate)	9,74	5	0,083
KarateGi (aspetos karate)	5,895	5	0,317
Cintos coloridos (aspetos karate)	30,002	5	0
Sensei/treinador como autoridade (aspetos karate)	18,687	5	0,002
Exercicio fisico como catalisador do desenvolvimento espiritual (aspetos karate)	9,867	5	0,079
Honra (comportamento karateca)	27,041	5	0
Lealdade (comportamento karatece)	13,596	5	0,018
Sinceridade (comportamento karateca)	7,039	5	0,218
Coragem (comportamento karateca)	14,389	5	0,013
Humildade (comportamento karateca)	6,681	5	0,246
Justiça (comportamento karateca)	10,545	5	0,061
Benevolência (comportamento karateca)	20,954	5	0,001
Respeito pelos outros (comportamento Karateca)	8,088	5	0,151
Autocontrolo (comportamento karateca)	21,388	5	0,001
Em que medida considera que o Karate-Do influenciou diretamente a formação da sua personalidade	7,907	5	0,161
Distintos outros desportos (valores karate)	8,037	5	0,154
Distintos familia (valores karate)	24,96	5	0,23
Distinos escola (valores karate)	6,872	5	0
Compatíveis sociedade (valores karate)	18,032	5	0,003
Compatíveis meio profissional (valores karate)	13,53	5	0,019
Compatíveis espiritual/religioso (valores karate)	10,737	5	0,057
Facilitadores integração grupos (valores karate)	11,126	5	0,049
Compatíveis cultura sucesso desportivo (valores karate)	9,379	5	0,095
Si próprio (influência da prática karate)	19,346	5	0,002
Familia (influência da prática karate)	18,254	5	0,003
Amigos (influência da prática karate)	5,938	5	0,312
Trabalho (influência da prática karate)	10,381	5	0,065
Papel na comunidade (influência da prática de karate)	6,512	5	0,26
	a	Kruskal Wallis Test	
	b	Grouping Variable: Graduação	



UNIVERSIDADE DE ÉVORA
INSTITUTO DE INVESTIGAÇÃO
E FORMAÇÃO AVANÇADA

Contactos:

Universidade de Évora
Instituto de Investigação e Formação Avançada — IIFA
Palácio do Vimioso | Largo Marquês de Marialva, Apart. 94
7002 - 554 Évora | Portugal
Tel: (+351) 266 706 581
Fax: (+351) 266 744 677
email: iifa@uevora.pt