

INICIAÇÃO CIENTÍFICA

KARATE: EM BUSCA DE UMA PRÁTICA NÃO-AGRESSIVA

Natalie Simone Graue*

Universidade Estadual de Campinas

Resumo

Este artigo tem como objetivo estabelecer uma relação entre a agressão e o esporte, percebendo como esta se manifesta especificamente na prática do *karate*, a fim de melhor compreender determinadas atitudes durante as aulas e treinos. Para tanto, o trabalho fundamenta-se em uma das teorias psicológicas, a Teoria da Aprendizagem Social. Ao abordarmos este tipo de comportamento, deparamo-nos com os diversos fatores que o influenciam, os quais pretende-se elucidar ao longo deste texto.

Palavras-chave: esporte; agressão; psicologia do esporte; caratê.

Introdução

O lema do *karate-do*, chamado *dojo kun*, tem como um de seus valores a busca pela contenção do espírito de agressão. A disciplina, o respeito ao ser humano, o intuito do esforço, a busca para a formação do caráter e a fidelidade para com o verdadeiro caminho da razão são outros princípios do *karate*. Este lema pode ser encontrado nas paredes das muitas academias de *karate* espalhadas pelo país, juntamente com a fotografia do mestre Funakoshi, responsável pela grande propagação desta arte marcial por todo o Japão, visto que, a pedido do ministro da Educação Nacional, fixava seus ensinamentos mediante demonstração dos katas essenciais. Tal popularização do *karate* ocorreu depois da restauração moderna do Japão, quando as escolas de Okinawa incorporaram o *karate* à instrução física.¹

O *karate* vem sendo praticado desde então por todo o mundo e as pessoas vêm adotando esta forma de atividade física por inúmeros motivos. Poderíamos dizer que a busca desta prática se dá, na maioria das vezes, como em qualquer outra modalidade esportiva: o desejo pelo movimento; a vontade de estabelecer novos contatos com outras pessoas; uma possibilidade de conhecer outros esportes, com uma prática e/ou cultura diferenciada; uma tentativa de descarregar o stress e a tensão do dia-a-dia; além da manutenção e/ou melhora da saúde. O trabalho, a falta de opções de lazer e a escassez de tempo livre faz com que as pessoas procurem formas de eliminar o nervosismo, este que não é sanado apenas no convívio do lar ou entre amigos. O

* Este estudo contou com a orientação do Prof. Dr. Pedro José Winterstein.

¹ Estas informações não possuem uma referência exata, visto que foram adquiridas a partir de nossa própria experiência na prática desta modalidade esportiva.

esporte se mostra, então, como uma boa maneira de se buscar o bem-estar (Hannak & Nabit, 1979).

A partir de nossas próprias experiências, notamos que outra razão muito citada para a procura de artes marciais em geral é a violência de hoje em dia: as pessoas buscam inúmeras formas de se defender. A vida na cidade grande, o mundo moderno, as formas de se relacionar, tudo acaba envolvendo uma certa partícula de agressividade. O *karate* passa a ser visto como uma maneira de aprendizado de auto-defesa, onde as pessoas aprendem técnicas para serem utilizadas em casos de necessidade, o que mostra uma relação com o princípio da contenção do espírito agressivo. Isso nos faz pensar sobre os motivos psicológicos que o levaram a uma busca por uma prática de possível auto-defesa e, conseqüentemente, a um estudo sobre sua motivação interna e como a agressividade acaba, por vezes, se manifestando. Cabe ressaltar aqui que a complexidade e a diversidade de motivos é uma constante neste tema, sendo necessário que se conheça algumas características do *karate* para compreender melhor a manifestação deste tipo de comportamento.

Podemos citar também o fato de que, hoje em dia, ocorre uma maior esportivização do *karate*, o que exige cada vez menos contato nas lutas, tanto nas academias quanto nas competições. É obrigatório o uso de luvas, de protetor bucal e de protetor genital no caso dos homens durante os combates, sendo que nos treinos é cada vez mais freqüente o uso de proteção, já que é possível – e temos conhecimento de tal fato – ocorrer acidentes. Além disso, qualquer contato abaixo da linha da faixa é proibido, com exceção da rasteira (*shibarai*), qualquer golpe mais forte que tenha sido sentido por um dos combatentes e identificado pelos árbitros é punido com uma advertência e, se um dos lutadores é nocauteado ou perde sangue, seu adversário é imediatamente desclassificado. Assim, é interessante notar como o próprio esporte acaba sustentando a idéia de não-agressão.

Por outro lado, sendo o *karate* uma luta, há uma certa legitimação da agressão nesta modalidade esportiva por parte de seus praticantes, uma crença de que é preciso mostrar quem é o mais forte e medir forças com os outros (fator muito freqüente nas competições), uma vontade de provar se as técnicas são realmente eficientes (Hannak & Nabit, 1979). Além disso, é interessante observar como a agressividade se manifesta nas características específicas do *karate*, como o *kata* (simulação de combate) e o *kumite* (luta propriamente dita, na presença de um adversário).

Por estas razões acima apresentadas, sentimos a necessidade de fazer um estudo teórico a respeito da questão da agressividade no *karate*, no sentido de alcançar algumas respostas para, no futuro, podermos intervir pedagogicamente e com propriedade nos treinos/aulas, sejam elas em academias ou na própria escola, trabalhando o *karate* aqui como mais uma modalidade esportiva a ser vivenciada. Para tanto, os estudos psicológicos nos serviram como referencial teórico, sendo que a definição do conceito de agressão é explicitada a seguir, bem como a teoria psicológica abordada.

A agressão

Considerando a agressão como um dos aspectos da motivação, faz-se necessária uma definição deste conceito, visto que, se não for devidamente esclarecido, pode comprometer a compreensão da abrangência do termo. Como exemplo, podemos citar a experiência vivenciada em competições de *karate*, onde muitas vezes presenciamos o técnico dizendo ao atleta para ser mais agressivo no ataque ou ainda para ser mais agressivo durante as defesas aos golpes do adversário. Na primeira situação, entendemos que o técnico pede para que seu atleta seja mais ousado e procure o caminho do ataque com mais vigor e na segunda, para que tome a iniciativa de evitar que o adversário obtenha êxito. Percebemos que o uso deste tipo de linguagem pode confundir o próprio atleta que, no seu entendimento, pode contribuir para um ato agressivo. Porém, para o presente estudo a compreensão da agressividade será delimitada da seguinte forma: momentos no esporte em que o atleta busca ferir o outro, intencionalmente. Apresentamos a seguir algumas definições deste termo.

“O comportamento agressivo é um ato verbal ou físico e pode prejudicar psicológica ou fisicamente outra pessoa ou o próprio indivíduo. O comportamento agressivo não é acidental; o agressor pretende injuriar, e o comportamento selecionado para tanto está sob seu controle.”²

Segundo Heckhausen (1989), a agressão é definida informalmente como um conjunto de comportamentos que visam lesar ou destruir a integridade corporal ou psicológica de uma pessoa, em seus objetivos, interesses, direitos e bens. O comportamento agressivo, via de regra, não age simplesmente em reação às condições de uma situação, mas está ligado a importantes acontecimentos passados relativos ao agressor e à vítima.

É interessante notar que a agressão também pode ser classificada a partir de suas intenções. Desta maneira, teremos a agressão *expressiva*, que consiste de uma explosão involuntária de raiva e ódio, como bater uma porta, não carregando o objetivo de ferir alguém ou alguma coisa; a agressão *hostil*, tendo como objetivo a lesão de outros; e a agressão *instrumental*, que tem um objetivo não agressivo, e a agressão é um meio para alcançá-lo. A agressão instrumental pode ser dissociada em agressão *motivada pessoalmente* e agressão *motivada socialmente*, sendo esta última novamente dividida entre agressão *pró-social* e *anti-social*. Os aspectos de premeditação, impulso, reação e espontaneidade também se encontram nas agressões *hostil* e *instrumental*, sendo mais um fator de classificação (Heckhausen, 1989).

“Assim, pode-se afirmar que um atleta é agressivo se este possui a determinação de prejudicar ou dar estímulos desagradáveis a outra pessoa” (Ribas, 1995).

No esporte, o conceito de agressividade torna-se muito mais complexo em determinadas situações. Tratando especificamente do caso do *karate*, o *kata*, por ser uma simulação, não apresenta situações nítidas de agressão, visto que os adversários

² Silva & Weinberg, 1984, *apud* Porto, Fiamenghi & Winterstein, 1996.

são imaginários. No entanto, muitas vezes os praticantes afirmam visualizar pessoas de quem não gostam ou estão com raiva. Isto confere, muitas vezes, maior vivacidade e realidade ao *kata*, proporcionando movimentos mais firmes e enérgicos, o que conta pontos para a classificação e determina a vitória ou a derrota numa competição.

Já o *kumite* aparece como a luta propriamente dita, onde os combatentes podem manifestar comportamentos agressivos, estes entendidos aqui como ações que venham a prejudicar outra pessoa intencionalmente. Neste caso, os golpes de mão no rosto e no tórax, quando executados com muita força e precisão, bem como os golpes de perna, podem prejudicar, até seriamente, uma pessoa. Contudo, estas formas de entendimento da agressão são extremamente subjetivas, visto que passam sempre pela visão do agressor, da vítima ou de um observador. Ressaltamos, desta forma, que esta definição específica de agressividade está relacionada com as regras do combate e será julgada pela arbitragem.

Segundo Buss (1975) *apud* Ribas (1995), podemos dizer que a agressão instrumental se inicia a partir de uma competição ou pelo fato do reforçador desejado ser possuído por outra pessoa; neste caso a intenção é de vencer a competição ou adquirir o reforçador. Na agressão hostil, a intenção é provocar sofrimento na vítima, iniciada por qualquer estímulo que induza a cólera: insulto, ataque ou presença de elementos desagradáveis, sendo que ambas as formas de agressão “[...] são situações em que a grande carga emocional provoca este tipo de comportamento”. Assim,

“O esporte possui um ambiente que propicia estes dois tipos de agressividade. Na instrumental, o esporte de alto nível é sinônimo de competição, isto é, quanto maior o nível em que é praticado, mais enfatizada será a competição. O outro tipo de agressão [...] não importa tanto o nível em que é praticado. Muitas vezes pode-se observar um esporte de alto nível com um número de comportamentos agressivos inferiores àqueles encontrados em esportes escolares ou em outros ambientes.”³

A teoria da aprendizagem social

Através da literatura é possível constatar que existem inúmeras formas de se enfocar a agressividade. No entanto, optamos por um estudo a partir de uma única teoria, que se adequava ao nosso estudo na busca de entendermos o *karate* e as demais artes marciais e suas relações com os fenômenos agressivos. Além disso, seria extremamente trabalhoso e mesmo difícil abordar outras teorias, visto que cada uma possui sua compreensão a respeito da agressividade, as quais diferem entre si.

Podemos citar portanto a questão da agressão determinada pelas condições do meio no qual o sujeito vive. Elaborada por Albert Bandura, chamamos esta teoria de agressividade como aprendizagem social, um comportamento adquirido em função de um processo de aprendizagem a partir da observação de modelos, principalmente com relação às crianças (Heckhausen, 1989). Os determinantes da agressão são, pois, os

³ RIBAS, J. F. M. 1995, p. 15.

comportamentos que os pais, os familiares e os amigos modelam e as atitudes que demonstram.

Entre os aspectos que determinam a aprendizagem social, Bandura os separa em três fontes: a influência familiar, a influência subcultural (caracterizada pelo bairro, vizinhança ou grupos que convivem diariamente) e o modelamento simbólico (representado pelos meios de comunicação). Resumindo, pode-se dizer que é possível formar uma criança agressiva, se essa tiver um modelo de agressividade e este for reforçado positivamente (Balague, 1981 *apud* Ribas, 1995).

Além disso, a posição teórica de Bandura é múltipla e orientada por uma concepção teórico-estimuladora do comportamento. É, portanto, uma união das tradições teóricas que tratam da aprendizagem e daquelas que tratam dos aspectos cognitivo-motivacionais. A maneira de orientação do comportamento é, principalmente, determinada pelos estímulos provocados pelas ações. Sobre essas ações, têm um papel principal não somente as influências de terceiros, mas também as próprias do indivíduo, as quais são dependentes do padrão de comportamento pessoal. Desta forma, a partir de situações que são aparentemente iguais, podem ocorrer outros tipos de comportamento que não a agressão, tais como a dependência, a psicossomatização, a resignação e o afastamento, a resolução de problemas, entre outros (Heckhausen, 1989).

“Bandura e Walters afirmam que a aquisição inicial de conjuntos de comportamento ou respostas resulta principalmente da observação de eventos próximos no tempo e, em seguida, da imitação mental ou expressa de respostas. Por outro lado, a força subsequente de comportamentos inicialmente adquiridos, através da observação e depois das respostas depende do reforçamento [...]. A contribuição importante da teoria da aprendizagem observacional, portanto, consiste em sua explicação de como os comportamentos são aprendidos inicialmente.”⁴

Com relação à influência familiar na aprendizagem da agressão, podemos perceber que determinadas famílias tomam por normal alguns tipos de formas físicas de agressão entre eles. Isto pode causar dificuldades quando a pessoa for conviver em outro ambiente, tal como o esportivo. Ainda que ele se adapte às regras da modalidade, é improvável que ele abandone o ato agressivo como forma de resolver seus problemas. Da mesma maneira se dá a influência subcultural, caracterizada por grupos de convívio que possuem suas normas, as quais estão baseadas em diferentes culturas.

No que diz respeito à agressão no *karate*, podemos dizer que a aprendizagem de modelos agressivos pelos atletas é, de certa forma, proporcionada também pelos modelos e regras transmitidos pelos meios de comunicação e pela mídia em geral, que sugere que a violência nos esportes é legítima. Tal influência é o que Bandura chamou de “modelamento simbólico”.

Os filmes, desenhos e notícias violentas, que possuem uma quantidade muito grande de atos agressivos, mesmo que, em alguns casos, de forma até cômica, podem servir de modelos para os mais diversos tipos de agressão, principalmente para as

⁴ KLAUSMEIER, H. J. 1977, pp. 34-5.

crianças. São elas que também presenciam, na maioria das vezes, os desenhos violentos que, por mais engraçados que sejam, se trouxerem cenas que sublimem o ato agressivo, também poderão influenciar no comportamento. Ainda de acordo com esta teoria, se não houver um posicionamento por parte da imprensa diante de atos violentos transmitidos pelos teletornais ou ainda se forem exploradas cenas violentas, tais imagens podem servir como modelo de agressividade (Ribas, 1995).

Diante disso, é possível alegar que tal fato se repete na prática do *karate*, já que o atleta encontra diversas contradições dentro do esporte. Suas regras permitem o contato leve no corpo da cintura para cima, incluindo rosto, pescoço e estômago, sendo que os meios de comunicação sempre transmitem os momentos em que os atletas “perdem o controle” sobre suas ações e se utilizam de mais força para golpear, chegando a lesar fisicamente o adversário.

Qualquer tipo de competição possui normas, regulamentos e regras que estabelecem o que é e o que não é permitido dentro de cada modalidade. Entretanto, nem sempre existe um cumprimento total destas regras e normas, onde observamos atletas e técnicos burlando tais regulamentos. Assim, no momento em que identificamos atos de agressão que não são devidamente punidos pela arbitragem e ainda há uma ênfase da mídia em lances de agressividade no esporte, temos um modelo de comportamento que possui um grande reforço positivo, caracterizado pela soma das atitudes da arbitragem e dos meios de comunicação. Este modelo pode ser copiado por atletas iniciantes, visto que o êxito é comprovado ao observarmos os atletas mais experientes.

Tal imitação possui muitos fatores que a afetam. Um deles consiste nas conseqüências das respostas para o modelo e para o observador. O outro está centrado nas características do observador propriamente dito.

“As conseqüências das respostas podem ser examinadas em termos de recompensas e punições. A imitação é facilitada quando o modelo, na presença do observador, é recompensado por algum comportamento. A imitação é sustada quando o modelo é punido.”⁵

No que tange às características do observador, estas também estão relacionadas com o comportamento imitativo, sendo que as pessoas mais imitativas são aquelas que carecem de auto-estima e competência por terem experienciado poucas recompensas até então, aquelas que foram previamente recompensadas por exibir comportamentos competitivos e aquelas que têm sido recompensadas freqüentemente por seus comportamentos bem adaptados e que, portanto, se tornaram dependentes (Klausmeier, 1977).

Podemos observar tais características dentro das academias de *karate*, onde o professor é tido como “mestre”, dotado de todas as qualidades físicas desejáveis e possuidor de todo o saber a respeito das técnicas e táticas de luta. Há uma espécie de exaltação da pessoa do professor, até mesmo um “endeusamento”, provocado pela admiração e a vontade dos alunos de se tornarem grandes *karatecas*. Desta forma,

⁵ Idem, p. 36.

notamos o quanto seu comportamento pode influenciar a prática de seus alunos e permitir uma conseqüente imitação. Se o professor exibir atos de agressividade, obtiver êxito em competições manifestando tais atos e se deparar com um grupo de alunos que possua alguma das características acima citadas, é bem provável que a imitação seja inevitável.

Agressividade e Karate: apontamentos finais

Perceber como a agressividade se manifesta no esporte e, especificamente, na prática do *karate* foi o objetivo do presente trabalho, buscando um maior entendimento de suas situações e demonstrações, bem como suas razões. Desta maneira, acreditamos que as considerações aqui apresentadas podem contribuir para a compreensão deste fenômeno, pois acreditamos que a visão psicológica do assunto tem muito a acrescentar. É interessante citar que a questão da agressividade ainda permanece muito indefinida hoje, de tal forma que os estudos sobre a agressão no esporte devem ter uma continuidade, no intuito de colaborar para uma melhor visão sobre o tema e, quem sabe, permitir uma prática não-agressiva do *karate*.

Abstract

This article aims to establish a relation between aggression and sport, noticing how it manifests itself particularly in the practice of karate, in order to better comprehend some attitudes during the classes and trainings. Therefore, this study is based on one of the psychologic theories, the social learning theorie. When we broach this behaviour, we see ourselves in front of many factors that have influence upon it, which will be discussed in this text.

Keywords: sport; aggression; sports psychology; karate.

Referências bibliográficas

- HANNAK, R. & NABITZ, U. Psychologische Aspekte im Judo. In: GABLER, H. et al. *Praxis der Psychologie im Leistungssport*. Berlin: Bartels und Wernitz, 1979.
- HECKHAUSEN, H. *Motivation und Handeln*. 2. Auflage, Berlin: Springer, 1989.
- KLAUSMEIER, H. J. *Manual de psicologia educacional*. São Paulo: Harper and Row, 1977.
- PORTO, E.; FIAMENGI, M. C. & WINTERSTEIN, P. Reflexões sobre os fenômenos agressivos e o esporte. *Revista Metropolitana de Ciências do Movimento Humano*, Faculdade de Educação Física, FMU, São Paulo, ano III, n. 3, pp. 31-40, 1996.
- RIBAS, J. F. M. *Situações de agressividade em competições de handebol*. Campinas: FEF/Unicamp, 1995. (Tese, dissertação de mestrado em Educação Física)

Natalie Simone Graue é aluna do curso de graduação da FEF/Unicamp.