

RELAÇÃO ENTRE AUTOESTIMA, IMAGEM CORPORAL E FELICIDADE EM MULHERES PRATICANTES DE DANÇA DO VENTRE

Joyce Pádua Oliveira Silva¹; Liliam de Souza Hraguti²; Adriana Aparecida Ferreira de Souza³ Geovana Mellisa Castrezana Anacleto⁴.

Estudante do Curso de Psicologia; e-mail: joyce_padua@hotmail.com¹

Estudante do Curso de Psicologia; e-mail: liliam_haraguti@hotmail.com²

Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: geovanamc@umc.br³

Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: adrianaaf@umc.br⁴

Área do Conhecimento: Psicologia do Esporte

Palavras-chave: Mulheres; autoestima; felicidade; imagem corporal; dança do ventre

INTRODUÇÃO

Esta pesquisa problematiza as questões da atividade física na modalidade dança como auxiliar na mudança da autopercepção de mulheres, antropológicamente falando, o homem primitivo já usava a dança para obter algo, já tinham a consciência de que tais movimentos traziam um efeito mágico quando eram executados dentro de certo contexto (MENDES, 1987). Uma das modalidades de dança é a dança do ventre que é uma arte antiga, considerada sagrada e misteriosa, que com seus movimentos expressa sentimentos por meio do corpo com a música, somente quem conhecia esses movimentos sagrados eram as altas sacerdotisas, que eram mulheres importantes da cultura egípcia (MORO, 2004), era dançada em rituais religiosos, para deuses e deusas como uma dança de fertilidade, feminilidade, como essência da criação e oração (ABRÃO e PEDRÃO, 2005). O ventre nessa dança simboliza o culto à deusa, que reverencia a terra e o útero (ABRÃO e PEDRÃO, 2005). Segundo VandenBos (2010), a autoestima é a quantidade de qualidades e características contidas no autoconceito do indivíduo que são percebidas como positivas, reflete a autoimagem física e visão de suas próprias realizações, capacidades, valores e sucesso percebido, bem como as formas como os outros veem e respondem àquela pessoa. Um grau alto de autoestima faz muito bem a saúde mental da pessoa enquanto que um grau muito baixa causa sentimentos de inutilidade o que é comum em pessoas depressão (VANDENBOS, 2010). A dança do ventre permite uma melhor percepção corpórea, sendo assim a autoimagem poderá estar adequada ao real após a prática. As mulheres com autoestima e autoimagem, influenciadas pela dança do ventre poderão apresentar-se com o estado de humor alterado sendo assim a felicidade é um conceito comum, muito utilizado pelas pessoas em seu cotidiano, logo o estudo científico do conceito é muito mais abrangente e complexo (DIENER, 2006 apud PAIS-RIBEIRO, 2012).

OBJETIVOS

O presente trabalho teve como objetivo correlacionar autoestima, autoimagem e felicidade subjetiva em mulheres adultas praticante de dança do ventre, baseando-se em verificar a percepção da autoimagem corporal, identificar o nível de autoestima e felicidade em mulheres que praticam a dança do ventre.

METODOLOGIA

Essa pesquisa trata-se de uma pesquisa de delineamento correlacional, que tem objetivo de explorar e comparar algumas variáveis (JONES,1995 apud CAMPOS, 2008), indicando uma regra entre duas ou mais variáveis, para assim encontrar as relações entre a autoestima, a autoimagem corporal e a felicidade subjetiva (RUDIO, 1985 apud CAMPOS, 2008). Esta pesquisa apresenta uma análise quantitativa que segundo Marconi e Lakatos (2003) é uma análise das características de fenômenos, avaliação de programas, ou a separação de variáveis principais. Foram elaboradas as tabelas, aplicada a estatística descritiva para os dados sociodemográficas e o teste de Correlação de SPERMAN para as variáveis autoestima, autoimagem e felicidade, adotando um nível de significância estatística de 5%.

DISCUSSÃO/RESULTADOS

As características sociodemográficas: idade, raça, religião, escolaridade, tipo de instituição em que a participante estudou, estado civil, com quem mora e renda familiar. Sendo que 33,33% das participantes têm idade entre 24 – 29 anos, 56,67% se consideram de raça branca, 46,67% são da religião Católica. Mostra também que 36,67% têm ensino superior completo, 36,67 % das participantes que estudaram ou estudam em escolas públicas é a mesma porcentagem de quem estuda em escolas privadas. 63,33% das participantes são solteiras, onde 60,00% moram com os pais, 43,33% têm a renda familiar mensal de aproximadamente 4 a 6 salários mínimos. Em relação à prática de dança do ventre, 70,00% das participantes envolvidas na pesquisa não têm nenhum nível de competição, somente 16,67% participam de competições regionais, 06,67% participam de competições estaduais e 06,67% de competições nacionais. Quanto ao início de prática 86,67% iniciaram sua prática com a dança entre os anos de 2006 e 2016 e 13,33% iniciaram entre os anos de 1995 e 2005. Respondendo a hipótese levantada com esse estudo, foram correlacionadas as variáveis autoestima e felicidade; autoestima e imagem corporal; e imagem corporal e felicidade. Para os dados de imagem corporal optou-se pelos valores REAIS de IMC. Pode-se observar que ao correlacionar a autoestima com a felicidade houve diferença estatisticamente significativa, $p=0,0055$, e correlação positiva, ou seja, conforme há aumento da autoestima, paralelamente há aumento da felicidade também. Ao correlacionar Autoestima e Imagem corporal, e Felicidade com Imagem Corporal, não foi observada a significância estatística.

CONCLUSÕES

O estudo mostra que a maioria das participantes têm uma média ou alta autoestima segundo a Escala de Rosenberg, mostra também um alto nível de felicidade subjetiva segundo a Escala de Lyubomirsky e Lepper e um leve desvio de percepção de autoimagem segundo a adaptação de Kakeshita. Os resultados envolvendo Autoestima e Felicidades foram estatisticamente relevantes, quando um aumenta o outro acompanha, já os resultados envolvendo felicidade e imagem corporal, autoestima e imagem corporal não foram estatisticamente relevantes, pois quando a felicidade ou a autoestima aumentam o IMC diminui, ou seja quando há melhor satisfação com a imagem corporal há menor insatisfação com a silhueta. Este estudo mostrou que as mulheres praticantes de dança do ventre têm uma autoestima e felicidade elevadas, ou seja a prática da dança do ventre aumenta a autoestima e a felicidade das mulheres. Entretanto, o estudo também apontou um leve desvio na percepção de Imagem corporal das participantes avaliadas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRÃO, Ana, Carla; PEDRÃO, Luiz, Jorge. A contribuição da dança do ventre para a

educação corporal, saúde, física e mental de mulheres que frequentam uma academia de ginástica e dança. **Latino-americana de Enfermagem**, v.13, n.2, p.243 – 248, Março/Abril. 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v13n2/v13n2a17.pdf>>. Acesso em: 10 ago. 2015.

CAMPOS, Luiz, Fernando, Lara. **Métodos e técnicas de pesquisa em psicologia**. 4ª Ed. São Paulo: Alínea, 2008.

CONTI, Maria, Aparecida; HEARST, Norman; LATORRE, Marla, Rosário, Dias, Oliveira. Tradução e validação para o Brasil da escala de imagem corporal para adolescentes – Offer Self-Image Questionnaire (OSIQ). **Bras Epidemiol**, v.14, n.3, p.508 – 521, 2011. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v14n3/15.pdf>>. Acesso em: 11 fev. 2017.

MARCONI, Mariana, de Andrade; LAKATOS, Eva, Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 4.ed. ver. São Paulo:Atlas, 2001.

MENDES, Miriam, Garcia. **A dança**. 1º Ed. São Paulo: Ática S.A., 1987.

PAIS-RIBEIRO, Jose. Validação transcultural da escala de felicidade subjectiva de Lyubomirsky e Lepper. **Psicologia, saúde & doenças**. v.13, n.2, p. 157-168, Maio. 2012. Disponível em:< <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/psd/v13n2/v13n2a03.pdf>>. Acesso em 05 de mai. 2016.

VANDENBOS, Gary, R. (Org). **Dicionário de Psicologia**. 1ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.