

## RESUMO

Cerca de 25 por cento dos portugueses sofre de depressão. Esta doença mental tem tendência a aumentar, embora passe muitas vezes despercebida. O facto de uma pessoa ter um auto-conceito positivo poderá ajudar na prevenção deste tipo de patologias. A adolescência constitui um período privilegiado de reconstrução e reconhecimento de si próprio. Este trabalho pretendeu compreender qual o sistema desportivo organizado (escolar e federado) que influencia de forma mais positiva o auto-conceito dos adolescentes. A amostra total (n=120) foi composta por um grupo de Não Praticantes (n=40), Praticantes Desporto Escolar (n=40) e um grupo de Praticantes Federados (n=40) do concelho de Cabeceiras de Basto com idade entre os 12 e os 17 anos (média: 14,5 anos – desvio padrão: 1,5). Foi utilizado o Piers-Harris Children's Self-Concept Scale 2 (PHCSCS 2) adaptado por Veiga (2006) para a população Portuguesa para recolher os resultados relativos ao auto-conceito global e às suas dimensões ansiedade, aspecto comportamental, estatuto intelectual, aparência física, popularidade e satisfação/felicidade. Para comparação das médias obtidas nas dimensões avaliadas foi utilizado o programa SPSS e o teste não paramétrico de Mann-Whitney-U (Wilcoxon W) ( $p < 0,05$ ). Os resultados mostram que o desporto federado promove de forma positiva, mais significativamente o auto-conceito global, assim como a dimensão aparência física, em comparação com o desporto escolar. Em relação aos resultados dos praticantes de desporto escolar e os não praticantes, não foram encontradas diferenças significativas entre estes dois grupos, sugerindo desta forma que o desporto escolar não influencia significativamente o auto-conceito dos sujeitos estudados. Os resultados obtidos indicam também que os adolescentes do sexo feminino têm um auto-conceito mais frágil em comparação com os do sexo masculino.

**Palavras-chave:** Auto-conceito, Desporto Escolar, Desporto Federado.

## **ABSTRACT**

Nearly 25 per cent of Portuguese people suffer from depression. This mental illness tends to increase, although a lot of people aren't careful with it and don't know it. People must have a positive self-concept and it's the key to eradicate this pathology. Adolescence consists of an important moment in construction and consideration of oneself. This essay intends to understand which organized sport system (scholastic or federate) influences in a more positive way the self-concept of teenagers. The sample (n=120) is composed by a group of teenagers who don't practice sports (n=40), a group of teenagers who practice sports just at school (n= 40) and a group of teenagers who practice sports in federation (n=40). These groups belong to the council of Cabeceiras de Basto and they are between 12 and 17 years old (average is 14, 5, standard deviation 1, 5). It was used the Piers-Harris Children's Self-Concept Scale 2 (PHCSCS 2) program, adapted by Veiga (2006) to the Portuguese population, to get results about the global self-concept and about its dimensions as anxiety, comportamental aspect, intellectual statue, physical aspect, popularity and satisfaction/happiness. To compare the average obtained in the evaluated dimensions it was used the SPSS program and the non parametric test of Mann Whitney U (Wilcoxon W) ( $p \leq 0, 05$ ). Results show that federate sports promote in a more positive way the global-concept, as the dimension physical appearance, comparing it to school sports. About the results of those who practice sports at school and those who don't practice sports at all, there were found no significant differences between these two groups. This way, we suppose school sports don't influence in a significant way the self-concept of the studied individuals. The obtained results also show that female teenagers have a more fragile self-concept comparing it to male teenagers.

**Words keys :** Self-Concept, School Sports, Federate Sports

*“ O Homem deseja ser confirmado em seu Ser pelo Homem,*

*e anseia por ter uma presença no Ser do outro...*

*– Secreta e timidamente, ele espera por um sim que lhe permita ser,*

*e que só pode vir de uma pessoa humana a outra”.*

Martin Buber