



**INTENÇÕES DE ENVOLVIMENTO NA PRÁTICA DE FUTEBOL DE
RENDIMENTO**

Estudo com Jovens Atletas entre 16-18 anos.

ORIENTADOR: Professor Doutor Sidónio Serpa
CO-ORIENTADOR: Professor Doutor Jorge Fernandes

Rui Alexandre Figueiredo Caeiro

Évora, 2011



**INTENÇÕES DE ENVOLVIMENTO NA PRÁTICA DE FUTEBOL DE
RENDIMENTO**

Estudo com Jovens Atletas entre 16-18 anos.

Rui Alexandre Figueiredo Caeiro

DISSERTAÇÃO ELABORADA COM VISTA À OBTENÇÃO DO GRAU
DE
MESTRE EM TREINO DESPORTIVO

ORIENTADOR: *Professor Doutor Sidónio Serpa*
CO-ORIENTADOR: *Professor Doutor Jorge Fernandes*

Évora, 2011

AGRADEDIMENTOS

A Deus que se manifesta sempre que o ser humano acredita e “O” procura.

Família: pelo apoio incondicional diário ao longo da vida. Desde sempre me incentivaram a seguir em frente e não desistir, a eles dedico todo este trajecto académico. A vocês a minha homenagem, Obrigado Mãe, Pai, Mana.

Um sincero agradecimento a uma pessoa muito especial, Ana Beatriz Gomes Leite pela amizade sincera, esperança, carinho, paz, amor e Fé. Obrigado meu Amor.

Aos amigos Marco Madeira, Gonçalo Barrenho, Paulo Cecília, pela motivação, confiança, serenidade, conselhos preciosos, companhia e amizade.

Francisco Alface pela alegria, bons conselhos e entusiasmo em momentos difíceis de solidão nas salas da Universidade.

Ao colega Bruno Matos pela disponibilidade e colaboração durante o 1º ano do Mestrado.

Ao Prof. Doutor Sidónio Serpa pelos conselhos soberanos, orientação serena, ponderada e séria.

Um agradecimento especial ao Prof. Doutor Manuel Agostinho que me ajudou em pontos-chave na construção desta tese.

Ao Prof. Jorge Fernandes co-orientador, Serviços de Acção Social da UÉ, Câmara Municipal de Évora, Associação de Futebol de Évora.

ÍNDICE

Índice geral
Índice quadros
Índice de histogramas de gráficos e anexos

Resumo
Abstract

1. Introdução.....	8
1.1. Estrutura do trabalho.....	9
2. Revisão da Literatura.....	11
2.1. Modelos teóricos sobre transições da carreira desportiva.....	14
2.2. Fases e transições da carreira desportiva.....	24
2.3. Participação desportiva.....	28
2.3.1. Motivação.....	28
2.3.2. Motivos para a prática desportiva.....	30
2.4. O Abandono Desportivo.....	32
2.4.1. Definição de abandono desportivo.....	32
2.4.2. Estudos sobre o abandono da carreira desportiva.....	33
2.4.3. Planeamento da carreira do jovem atleta.....	36
2.4.4. Programas de apoio à carreira do atleta.....	38
2.4.5. Contexto cultural.....	41
2.4.6. Motivos que levam ao abandono desportivo.....	41
2.4.7. Investigação desenvolvida em Portugal.....	43
2.5. Problema.....	45
2.6. Objectivos.....	45
2.7. Hipóteses.....	45
3. Metodologia.....	46
3.1. Participantes.....	47
3.2. Instrumento de medida/avaliação.....	47
3.3. Procedimentos.....	48
4. Apresentação dos Resultados.....	50
5. Discussão dos Resultados.....	61
6. Conclusões.....	63
7. Sugestões para futuros estudos na área.....	77
8. Bibliografia.....	79
9. Anexos.....	87

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro Nº 1 - Periodização da Carreira Desportiva.....	16
Quadro Nº 2 - Modelo de desenvolvimento da carreira desportiva in: Wylemmann & Lavallee, 2004.....	22
Quadro Nº 3 – Fases e transições da Carreira Desportiva.....	25
Quadro Nº 4 – Principais Programas Internacionais de Apoio ao Atleta.....	39
Quadro Nº 5 – Classificação das Dimensões e das Categorias Encontradas (Razões para Abandonar o Clube).....	51
Quadro Nº 6 – Frequências e Percentagens das Razões Apontadas para Abandonar o Clube.....	53
Quadro Nº 7 – Classificação das Dimensões e das Categorias Encontradas (Razões para Abandonar a Modalidade).....	53
Quadro Nº 8 – Frequências e Percentagens das Razões/Categorias Apontadas para Abandonar a Modalidade.....	54
Quadro Nº 9 – Classificação das Dimensões e das Categorias Encontradas (Razões para Continuar no Clube).....	55
Quadro Nº 10 – Frequências e Percentagens das Razões Apontadas para Continuar a Praticar a Modalidade no Mesmo Clube.....	57
Quadro Nº 11 – Intenção de continuar a praticar o desporto que pratica actualmente.....	58
Quadro Nº 12 – Intenção de abandonar o desporto que pratica actualmente.....	59
Quadro Nº 13 - Classificação numérica dos valores globais em grupos.....	59
Quadro Nº 14 – Escolha global da intenção de continuar ou abandonar.....	59

ÍNDICE DE HISTOGRAMAS

Histograma nº 1- Frequências Globais de Intenção (continuar /abandonar).....60

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico Nº 1 – Gráfico Representativo da Previsão Global da Intenção de Prática no Desporto que Pratica Actualmente, na Próxima Época.....72

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo A – Carta de Apresentação / Informação

Anexo B – Questionário sobre a Intenção de Praticar Desporto (QIPD) (Fonseca, 2007)

RESUMO

A pesquisa pretende explorar factores relacionados com a intenção de envolvimento no futebol por parte de atletas portugueses do distrito de Évora, numa fase crítica da adolescência: a passagem de júnior para sénior. O estudo foi realizado através de entrevistas a 133 atletas de futebol, do sexo masculino, na faixa etária 16-18 anos. Como método, para a colheita dos dados utilizámos um questionário de intenção da prática desportiva (QIPD). Concluimos que os motivos mais indicados para intenção de continuar no clube e na modalidade são a paixão pelo clube e as razões afectivas, como sentir-se bem tratado/acarinhado. Os motivos mais indicados para intenção de abandonar o clube e a modalidade são o conflito com os estudos, a falta de condições do clube, o conflito com outras actividades e interesses e a percepção de incompetência/falta de potencial.

Palavras-chave: Futebol, Intenções de Prática, Transição de Carreira, Abandono, Desporto Juvenil.

ABSTRACT

INTENTIONS OF INVOLVEMENT ON PRACTICE OF YIELD FOOTBALL

Study with Young Athletes between 16-18 years.

The research aims to explore factors related to intention of involvement in football by Portuguese athletes in the district of Évora, on a critical stage of the adolescence: the transition from junior to senior. The study was conducted through interviews with 133 soccer players, males, aged between 16-18 years. As a method for the collecting data we used a questionnaire of intent in sport practice (QIPD). Conclude that the reasons more indicated for intention to continue at the club and on the sport are the passion for the club and for emotional reasons, such as feeling well treated / cuddled. The reasons more indicated for the intention of giving up the club and the modality were the conflict with the studies, the lack of conditions of the club, conflict with other activities and interests and the perception of incompetence / lack of potential.

Keywords: Football, Practice Intentions, Career Transition, Abandonment, Youth sports.

INTRODUÇÃO

1. INTRODUÇÃO

O desporto é considerado um dos maiores fenómenos sociais do século, pois está presente no dia-a-dia de todos, como praticante ou espectador. Hoje em dia, muitas modalidades desportivas são alvo da atenção dos meios de comunicação social e de empresas interessadas em relacionar a sua marca a atletas vitoriosos. Deste modo o desporto de rendimento apresenta-se cada vez mais profissionalizado e com altos índices de organização, fazendo com que os atletas apresentem sempre a sua máxima performance, pois exige-se que ultrapassem os seus limites a cada performance (Fonseca, 2001).

Desta forma, o desporto actual tem reunido em torno de si um número cada vez maior de áreas de investigação, como a medicina, fisiologia, nutrição, psicologia do desporto, demonstrando uma tendência à interdisciplinaridade, com o objectivo de aperfeiçoar cada vez mais o desempenho do atleta a saúde e a qualidade de vida de indivíduos praticantes de actividade física.

O futebol faz parte da identidade do País, é considerado paixão nacional, e visto como uma oportunidade de ascensão social e profissional. Ser jogador de futebol profissional, faz parte do imaginário e dos sonhos de milhares de crianças e jovens, e deste modo adquirir status social e melhores condições económicas para si e para a sua família. Este tipo de ambição está presente em muitos jogos de rua e escolas de Portugal e no mundo.

A investigação desta etapa da carreira desportiva possibilita um novo foco de acção para psicólogos do desporto, profissionais de educação física, do treino desportivo e fornece novas perspectivas de formação e capacitação de treinadores, dirigentes e outros profissionais que lidam com estes atletas.

Num artigo de revisão de literatura (Brandão et al, 2000) afirmam que as transições do desporto infantil para o juvenil, do desporto amador para o profissional e do fim da carreira, têm características próprias, sendo, portanto, necessário estudá-las separadamente. Vários foram os estudos feitos sobre a fase de final de carreira, no entanto, poucos focaram as transições anteriores como objecto de estudo (Alfermann 2005).

A Sociedade Internacional de Psicologia do Desporto (ISSP) já se posicionou no sentido de chamar a atenção de desportistas e pesquisadores para perceberem o atleta não apenas no momento ou situação actual, mas no processo de desenvolvimento da sua carreira, e mesmo em contexto histórico, cultural e social mais amplo no qual está inserido (Alfermann & Stambulova, 2007).

Os conhecimentos produzidos a partir do estudo deste tema poderão ser relevantes no que diz respeito à intervenção e aconselhamento junto de atletas, pais de atletas, treinadores e dirigentes desportivos, possibilitando um maior entendimento dos processos organizacionais, sociais e psicológicos da trajectória desportiva.

Muitas vezes não é dada a devida atenção à preparação da carreira desportiva, o que pode resultar num aproveitamento inadequado do potencial atlético, falta de apoio social e institucional, desorganização da vida não desportiva, dificuldade de adaptação a novas fases da carreira e até mesmo abandono da prática desportiva.

O abandono da pratica desportiva é um problema que o sistema desportivo português enfrenta e para o qual terá de arranjar soluções. Muito trabalho é necessário, para que o desporto cative os jovens e não, como se tem vindo a verificar, os afaste (Barros, 2002).

1.1. Estrutura do trabalho

O trabalho que apresentamos está organizado em diferentes capítulos, na Introdução enquadrámos e apresentamos o problema, os objectivos e hipóteses, assim como a estrutura do trabalho.

O capítulo Revisão de Literatura está organizado em quatro partes fundamentais:

- . Modelos teóricos sobre transições da carreira desportiva;
- . Fases e transições da carreira desportiva;
- . Motivação para a prática;
- . Abandono desportivo.

No capítulo Material e Métodos iniciamos com a caracterização da amostra, seguido da apresentação dos materiais utilizados e dos procedimentos para a recolha e análise

estatística dos dados.

No capítulo Apresentação dos Resultados, apresentamos os resultados referentes à estatística inferencial.

O capítulo Discussão de Resultados está organizado de forma a interpretar o comportamento de cada uma das variáveis referentes aos objectivos do estudo.

No capítulo seguinte apresentamos as Conclusões mais relevantes, assim como as Limitações do estudo e Sugestões para a realização de futuros trabalhos.

Finalmente apresentam as Referências Bibliográficas utilizadas e os Anexos relativos ao trabalho.

REVISÃO DE LITERATURA

1. REVISÃO DE LITERATURA

O futebol constitui para a sociedade uma força mobilizadora. Não se trata de estar contra ou a favor, de ser ou não adepto, de considerar que a modalidade prejudica, estagna ou desenvolve, trata-se de constatar uma simples realidade: o futebol interage com uma comunidade, o futebol tem influência na sociedade, o futebol faz parar um país inteiro.

Existem muitos outros desportos cujo objectivo consiste em levar uma bola até à extremidade contrária, mas só o futebol conquistou tamanha intimidade para nós: quer queiramos ou não somos obrigados a falar dele quase todos os dias, mesmo por parte de quem o faz só para expressar horror perante a sua influência, ou repugnância pelos seus escândalos. Como explicar o fascínio por aquilo que os cínicos resumem a não mais do que duas dezenas de homens ou mulheres a correr atrás de uma bola? Diversos estudos e tratados sociológicos têm-se dedicado a tentar explicar as razões desta inédita empatia da humanidade com uma modalidade desportiva. Poderá ser da simplicidade das regras, que todos conhecem desde a infância; poderá ser da componente democrática do jogo, inventado por aristocratas, mas praticado por qualquer número de jogadores em qualquer descampado, até com uma bola de trapos; poderá ser do seu lado espectacular, ajudado pelas rasgadas dimensões do campo; poderá ser das múltiplas capacidades exigidas aos seus praticantes (fintar, correr, cabecear, rematar, desarmar, defender, combinar força e subtilidade, interpretar estratégias, calcular trajectórias, construir jogadas com os outros, antecipar intervenções do adversário, fugir de faltas, etc.), poderá ser pela expectativa de ver a bola penetrar numa baliza que o solitário guarda-redes tenta manter virgem (daí a comparação entre golo e orgasmo sentida por muitos adeptos); poderá ser pelo lado tribal do ser humano, por encontrar no clube ou na selecção um espírito de pertença; poderá ser porque alguns vêm no jogo um bailado, outros um desafio de boxe e outros ainda uma extraordinária combinação entre uma coisa e a outra. Poderá ser por diversas razões. Mas nada disso altera a percepção do peso do fenómeno e da sua progressiva consolidação nas sociedades contemporâneas.

O jogo tem servido para escapar às guerras da realidade para fortalecer a auto-estima dos

cidadãos, das comunidades e das nações, para canalizar sentimentos ou frustrações, individuais ou de grupo.

O futebol tem sido ao longo da história, um bom substituto na descompressão de tensões larvares, de confrontos entre orgulhos comunitários que encontram neste terreno o seu domínio de expressão. O futebol actua como factor de equilíbrio e harmonia sociais.

Existem milhões de praticantes de futebol em todo o mundo, todos eles com sonhos, intenções e motivos para a prática desta modalidade fascinante. Neste sentido procuramos saber quais as razões para a prática e quais as razões para o abandono desta modalidade extraordinária. Desta forma é importante enquadrarmo-nos com os estudos e investigações na área.

Os trabalhos de investigação na área do abandono desportivo apareceram entre os anos setenta e oitenta, no entanto ainda são poucos os estudos publicados, apesar de ser um tema de extrema importância e interesse (Gould, 1987).

Um facto que terá contribuído para o desenvolvimento desta linha de pesquisa da psicologia do desporto foi o início dos trabalhos de um Grupo especial de estudos em transições da carreira desportiva, no 8º Congresso mundial de psicologia do desporto realizado em Lisboa em 1993 (Lavalee et al, 2000). Deste então o tema vem sendo abordado em congressos internacionais com várias publicações de livros e artigos em revistas de renome mundial.

O termo “carreira desportiva” é entendido como a prática voluntária e plurianual de uma actividade desportiva escolhida pelo atleta com o objectivo de alcançar altos níveis de desempenho em um ou vários eventos desportivos (Alfermann & Stambulova, 2007). No entanto, devemos levar em consideração o contexto desportivo no qual esta carreira vai ser percorrida.

A carreira desportiva de um atleta passa por diversas fases desde a iniciação até ao abandono. Os atletas passam por processos de captação e selecção, longos períodos de formação envolvendo treino e competições, socializam-se no ambiente desportivo, alcançam ou não o alto rendimento e finalmente cessam a prática sistemática do desporto (Salmela, 1994). Entre cada uma das fases da trajectória desportiva de um atleta, há um período chamado de transição. Uma transição na vida de uma pessoa é definida “como um

acontecimento ou processo que resulta numa mudança de percepção sobre si mesmo e o mundo, o que conseqüentemente requer uma mudança correspondente no comportamento e forma de relacionamento desta pessoa” (Schlossberg, 1981).

A transição é uma descontinuidade no espaço de vida de uma pessoa (Crook & Robertson, 1991).

Na revisão serão abordados estudos identificados na literatura, relativos à carreira desportiva, às fases e às transições da carreira desportiva, as transições de jovens atletas e o abandono da carreira propriamente dito, de forma a criar bases para a discussão dos resultados encontrados na pesquisa.

2.1. Modelos Teóricos sobre Transições da Carreira Desportiva

Os primeiros estudos consideravam a transição como um evento e não como um processo dinâmico (Taylor & Ogilvie, 1998) e não considerava todas as fases e transições da carreira desportiva, apenas o fim da carreira. Os teóricos sugeriram então que o fim da carreira deveria ser visto mais como um renascimento do que uma morte social e passaram a ver tal facto como uma transição (Lavalley, 2000).

O modelo de transição mais frequentemente aceite pela literatura desportiva é o da adaptação humana (Schlossberg, 1981). Este estudo adopta o conceito de transição proposto pelo autor citado que percebe a transição como processo e não apenas como um acontecimento isolado. Este modelo considera três aspectos que se interligam durante a transição: as características do indivíduo que passa pela transição (idade, sexo, nível socioeconómico, experiências anteriores e valores), a sua percepção da transição e os ambientes pré e pós transição (Lavalley, 2000).

Neste período, para muitos estudos da área o foco continuou a ser apenas a transição pós-carreira desportiva.

Stambulova, (1993, 1994, 1995, 1997), num estudo com atletas russos refere três modelos descritivos da carreira desportiva:

. **Modelo descritivo sintético** assenta em quatro conceitos do mesmo nível (tempo,

espaço, informação, energia) e um quinto conceito integrativo (substrato). Ao usar este modelo, quatro objectivos característicos da carreira desportiva são alcançados: duração (tempo), generalização/especialização (espaço), nível de realização (informação) e custo (energia). No primeiro objectivo, a avaliação determina o número de anos dedicados ao desporto, a idade com que iniciou a carreira desportiva, a realização da culminação e o fim da carreira desportiva. O segundo objectivo é caracterizado pela quantidade de provas que o atleta realiza e pelos patamares que o atleta deve passar ao longo da sua carreira desportiva. O terceiro objectivo apresenta dois aspectos: o resultado da actividade desportiva no sentido restrito (títulos, qualificações, rankings do atleta, resultados das provas, recordes etc.) e o resultado da actividade desportiva no sentido lato, ou seja, realização no desenvolvimento do atleta (desporto e experiência de vida, características da personalidade que podem ser vistas sob outras esferas da vida, estatuto social e liberdade nos envolvimento sociais e o nível atingido graças ao desporto). Este terceiro objectivo representa o que o atleta adquiriu no decurso da carreira desportiva, enquanto o quarto objectivo representa o custo da carreira. O preço pago inclui a energia, tempo gasto, dinheiro e saúde, bem como outras perdas (estudo, preparação profissional para enfrentar outra carreira, contactos com os amigos, *hobbies*, assumir a sua própria família, etc). Associados a estes quatro objectivos devem estar os complementos subjectivos de valorização do próprio atleta e das restantes pessoas. Relativamente à primeira valorização, falamos do nível de sucesso que representa a reputação social do atleta, ou seja, como os outros vêem a sua carreira desportiva.

Para Stambulova o principal factor de satisfação numa carreira desportiva é a coordenação entre nível de objectivos e o seu nível de alcance. Se o nível alcançado é igual ou superior ao nível de objectivos traçados, então há razões para saírem satisfeitos.

. **O modelo descritivo analítico** baseia-se na análise do percurso da carreira desportiva no qual é expresso pela predição de patamares de desenvolvimento. A lógica temporal da carreira desportiva é representada por períodos de actividades plurianuais: a preparação, o início, a culminação e o fim (Stambulova, 1993). A estes períodos da carreira correspondem os períodos plurianuais do treino desportivo patamar preliminar, início da especialização desportiva, treino intensivo para a competição e a perfeição desportiva. Este último patamar

divide-se em três fases de realização desportiva: a zona dos primeiros grandes sucessos, a zona das possibilidades óptimas e a zona de manutenção de altos resultados desportivos (Stambulova, 1993). Adicionalmente, são considerados três níveis desportivos e três categorias de idades nos períodos da carreira desportiva (quadro 1).

Quadro 1: Periodização da Carreira Desportiva (Stambulova, 1993; 1994)

Períodos do treino desportivo	Períodos da carreira	Nível do desporto	Categorias de idade desportiva
-Preparação preliminar desportiva	- Preparação	- Desporto de massas	- Crianças
-Início da especialização desportiva	- Início		
-Treino especial para escolha desportiva		- Desporto de alto nível amador	- Jovens
-Desporto - Perfeição : 1-Zona dos primeiros grandes sucessos 2-Zona de óptimas possibilidades 3-Zona de manutenção dos altos resultados desportivos	- Culminação	- Desporto profissional	-Adultos
	- Fim		

No modelo adaptado por Stambulova (1994), no início da especialização, os atletas aceitam o desporto como prazer; no estágio de treino intensivo especial, encaram-no como esfera de aprendizagem; na culminação da carreira desportiva, o desporto torna-se um modo de vida. Com o fim da carreira, o desporto transforma-se numa parte da história da sua vida.

. **O modelo descritivo estrutural** considera a dinâmica dos resultados desportivos em coordenação com a dinâmica do desenvolvimento do atleta ao longo da carreira desportiva, apresenta três direcções do desenvolvimento do atleta no desporto (desenvolvimento da motivação, qualidades e estilo) e também três níveis de determinantes psicológicas dos resultados desportivos: nível operacional (objectivos); nível situacional (motivos, comportamentos); e nível cultural (necessidades, qualidades). O nível operacional apresenta-se como o mais dinâmico influenciando directamente os

resultados; o nível situacional determina o resultado desportivo, via o primeiro nível, sendo o nível cultural que apresenta os elementos mais estáveis e influência os resultados desportivos através dos dois níveis anteriores.

A autora, que realizou o estudo da carreira desportiva em atletas russos entre 1991-1996, distingue estes três modelos da seguinte forma: o modelo sintético diz respeito à descrição das características objectivas e subjectivas da carreira desportiva, assim como os factores de satisfação; o modelo analítico diz respeito aos conteúdos psicológicos dos patamares da carreira desportiva, assim como da transição; o modelo estrutural está relacionado com os patamares dinâmicos dos resultados desportivos, tal como do desenvolvimento do atleta a nível de motivação, estilo e qualidade.

As fases de transição entre cada período da carreira desportiva, podem despoletar crises, essas características apresentam-se da seguinte forma:

. Origem da crise: aparecimento de contradições e problemas no desenvolvimento do atleta no desporto e nas suas actividades relativas (treino, competições, atitudes com o treinador, adversários, colegas, árbitros, adeptos, etc.)

. Sintomas: características de compreensão subjectiva e experiências emocionais de contradições, que se manifestam através do comportamento do atleta, exemplos: diminuição da auto-estima; várias formas de desconforto emocional (dúvida, ansiedade, culpa, agressão, medo, etc.); aumento da quantidade de barreiras psicológicas; falta orientação no processo de tomada de decisões.

. Principais circunstâncias que reforçam as crises: barreiras objectivas (lesões, falta de condições para treinar, etc.); comportamento incorrecto do treinador e de outros que interagem com o atleta; posição de dependência dos atletas, passividade e recusa em enfrentar os problemas da crise.

. Caminhos para sair da crise: concretamente, os caminhos para resolver as contradições são diversos e dependem da especificidade dos problemas, do tipo de desporto, das circunstâncias da vida e das particularidades psicológicas individuais do atleta. Porém,

existe um facto em comum: o principal caminho para escapar da crise é através do aperfeiçoamento do próprio atleta, definindo direcções que levam à resolução da crise.

. A influência das crises na realização desportiva: a fase inicial da crise está comumente associada à estabilidade ou à decadência dos resultados desportivos e a saída da crise ao progresso dos mesmos. De maneira geral, as crises na carreira desportiva são ciclos de grande acumulação de experiências desportivas e mesmo de experiências de vida.

. Assistência psicológica ao atleta: os atletas procuram o treinador, o psicólogo, família, amigos, o médico, o massagista e, menos frequentemente o conselheiro, como pessoas que lhe prestam auxílio durante as situações de contrariedade nas suas carreiras. Dois tipos básicos de assistência psicológica estão identificados: i) assistência profiláctica, ou seja, prevenção do início de algum sintoma de crise, tal como uma barreira psicológica; ii) assistência correctiva: melhoria dos sintomas negativos que já se tinham erguido;

. Manifestações de dificuldades para a saída de uma crise: por norma estas situações abarcam: i) uma saída prematura do desporto; ii) uma mudança no tipo de desporto ou no papel que desempenha; iii) lesões, desordens, “neuroses”, doenças somáticas e psicossomáticas; iv) diversas formas de degradação da personalidade (álcool, drogas, crimes, etc).

A mesma autora conseguiu, por meio dos seus estudos, identificar problemas e dificuldades em cada uma das sete possíveis crises ao longo da carreira desportiva de elite:

Início da especialização desportiva: adaptação às exigências do tipo de desporto, treinador, grupo desportivo e novo regime de vida. As bases problemáticas são:

. Decepção das expectativas do jovem atleta, ou seja, a não correspondência entre: as suas ideias relativas aos desportos em geral; a especificidade das escolhas das modalidades desportivas; o actual processo de treino. Geralmente, as crianças e os jovens obtêm a informação relativa aos desportos e aos acontecimentos desportivos por meio de programas televisivos e como espectadores das competições. Esta informação reflecte unicamente uma das faces da vida desportiva. Os jovens ficam com ideias erradas acerca do processo de treino, na escolha dos tipos de desportos;

- . A capacidade para comprovar um alto nível de treino e de habilidade para a modalidade eleita, irá ser posta à prova, mesmo dentro da sua equipa face à concorrência;
- . A presença de espírito nas primeiras competições, apesar da falta de experiência competitiva. Muitas vezes, nesta altura, os jovens atletas ganham medo pelas falhas nas competições.

Neste período a um grande nível, as habilidades, bem como a motivação, são colocadas à prova. Uns conseguem ultrapassar a crise, passando a outros graus de exigência. No entanto, outros não conseguem superar as exigências, sendo então orientados para outras formas de actividade.

Transição para treino intensivo especial: neste período começa o trabalho para os resultados, constitui novas e mais dificuldades, nos altos níveis de competição, modificação na coordenação entre geral e específico, com predomínio principal da preparação específica. Os desafios dos atletas nesta crise são as seguintes:

- . A necessidade de se adaptar a novas cargas. Aqui encontramos contradições. Por um lado, medo de enfrentar a carga; por outro lado, a grande vontade do atleta e do treinador de aumentar o treino e alcançar resultados a todo o custo. Isto pode levar o atleta, por vezes, à lesão, doença ou sobre carga de treino;
- . A reconstrução da técnica dos exercícios competitivos e problemas ligados com a automatização de antigos hábitos motores;
- . O aumento do nível competitivo, traduzido pela maior concorrência, face à semelhança no rendimento dos atletas, o que os leva a precisar de uma preparação psicológica específica;
- . A necessidade do atleta comprovar um alto nível de resultados desportivos ou a confiança em cada competição;
- . A necessidade de harmonizar actividades desportivas com o estudo, treino profissional e outros interesses do atleta, tendo em conta que o desporto requer acréscimo de tempo e de energia.

O alcance do primeiro grande sucesso em competição, eleva o atleta ao alto nível desportivo, marca a solução desta crise. Os atletas que não conseguem vencer esta crise,

ainda que com motivação, passam a dedicar-se ao desporto popular, de manutenção, ou elegem uma profissão dentro do desporto (treinador, etc.). Uma importante percentagem de atletas abandona o desporto neste patamar, permitindo-lhes, concentrar noutros problemas da vida (carreira profissional, família própria, etc.).

Transição do desporto popular para o desporto de alta realização: directamente ligado com a própria crise, ambas ao mesmo tempo;

Transição de desporto júnior para o desporto adulto: baseia-se no facto de, aquando da entrada dos atletas no desporto de alto nível, começam automaticamente a participar na competição adulta, independentemente da idade cronológica. Para estes atletas de elite é o início da culminação da carreira desportiva, sendo que é mais fácil atingir o alto nível, mas muito mais difícil manter-se lá. Neste sentido torna-se fundamental para estes atletas, orientarem-se pelos objectivos traçados e sujeitar o estilo de vida à modalidade, concentrando todos os esforços na adaptação às novas prioridades do alto nível desportivo e aos novos níveis de competitividade.

O desenvolvimento básico das tarefas é da seguinte forma:

- . A necessidade de atingir objectivos desportivos com outros objectivos da vida (escolha de profissão, etc.) e a devida troca de estilo de vida com a introdução de algumas limitações;
- . A necessidade de procura de criatividade no percurso individual da modalidade. O atleta começa a compreender que, alcançar modelos, não é uma ajuda suficiente para vingar no desporto adulto. O atleta precisa de algo mais, uma demonstração individual de si próprio, por exemplo. Novos desafios incluem na sua especialidade, a familiarização com o treino teórico, com os princípios biomecânicos, bioquímicos, fisiológicos e psicológicos e no treino, generalização da sua própria experiência e a formação de um estilo de vida individual saudável. O atleta nem sempre vai conseguir estar pronto para todos estes desafios;
- . A pressão da selecção e a dificuldade em utilizar diferentes estratégias para progredir em

competição, de forma a poder manter-se a perspectiva de continuar elegível;

. A necessidade de alcançar prestígio e autoridade na sua própria equipa e entre companheiros, juizes e espectadores, convivendo com a experiência da glória;

. A crise das relações atleta – treinador, atletas principiantes no alto nível - atletas veteranos no alto nível e atletas - pais.

O sucesso nestas crises é conotado com a obtenção de experiências desportivas, maturidade e personalidade própria.

Transição do desporto amador para o desporto profissional: é conotada com a adaptação aos assuntos específicos e regulamentos do desporto profissional, isto é, competições entre adversários de qualidade idêntica, bem como, a necessidade de um treino individual e autónomo. O êxito nesta crise é atestado pelos altos resultados em competições profissionais e pelos honorários desportivos.

Transição da culminação para o fim da carreira desportiva: em média, acontece cinco a quinze anos após se ter chegado à elite desportiva, quando os resultados diminuem, devido a numerosos factores como: fadiga crónica, consequência de lesões e desordens de várias ordens, oposição de companheiros mais novos, problemas noutras áreas da vida, etc.

Aqui o atleta enfrenta dois problemas: i) a necessidade de procurar reservas naturais para manter os resultados a um alto nível. Como regra, isto é possível na base da individualização de todos os aspectos do treino desportivo, usando os pontos fortes da experiência atlética: ii) o problema da preparação individual para abandonar o desporto e a busca de uma nova carreira profissional. Isto ajuda a resolver o primeiro problema, estimulando a autoconfiança;

Fim da carreira desportiva: é conotada com a adaptação à nova situação de vida, causada pela troca do papel e lugar do desporto na sua vida pessoal. O desporto passará para a categoria das recordações e história pessoal. Os principais desafios do fim da carreira desportiva são: i) a necessidade de se adaptar a um novo status social, modo de vida e círculo de relacionamento; ii) a procura de uma nova carreira profissional; iii) começar a sua própria

família ou a procura de novas bases para fortalecer a sua família;

Concluindo, as saídas das crises estão sempre associadas com a troca no lugar e no papel que o desporto ocupa na vida pessoal do atleta. Inicialmente, o desporto é um jogo do qual se retira prazer; depois, passa por ser uma esfera de aprendizagem; depois, como um modo de vida, passando de seguida, a ser um caminho para se viver e, finalmente, como parte da história de vida.

O modelo desenvolvimentista da carreira desportiva (Wyllemann & Lavallee, 2004) faz uma integração da vida desportiva com a vida não desportiva do atleta, entrelaçando diferentes esferas da vida de uma pessoa a partir da fase desportiva, do nível de desenvolvimento psicológico, nível psicossocial e nível de escolaridade (Quadro. 2)

Quadro 2 - Modelo de desenvolvimento da carreira desportiva in: Wyllemann & Lavallee, 2004

<i>IDADE</i>	10	15	20	25	30	35
Fase da Carreira Desportiva	<i>Iniciação</i>	<i>Desenvolvimento</i>	<i>Excelência</i>		<i>Fim de Carreira</i>	
Nível Psicológico	Infância	Adolescência	Idade Adulta			
Nível Psicossocial	Pais, Irmãos e Amigos	Amigos, Treinador e Pais	Parceiro(a), Treinador		Parceiro(a) e Família	
Escolaridade	Ensino Primário	Ensino Secundário	Ensino Superior		Ocupação Profissional	

Nota: as linhas sinuosas a duplicado indicam a idade em que a transição acontece, aproximadamente.

Esta percepção integrada da carreira desportiva e não desportiva ajuda a entender a vida do atleta como um todo e destaca a importância das outras facetas para além da vida desportiva,

tais como o nível de maturidade psicológica (infância, adolescência e idade adulta), as referências de relacionamento (família, amigos, parceiros e treinadores) e o nível de estudos. É importante ressaltar que a relação entre a idade cronológica e as fases nas diferentes esferas, é apenas uma aproximação e deve novamente ser tratada de forma individualizada e conforme o contexto sócio cultural do atleta e da modalidade. A carreira desportiva de um atleta de ginástica artística, por exemplo, tem seu ciclo geralmente dos 6 (seis) aos 25 (vinte e cinco) anos, enquanto no golfe ele pode durar dos 10 (dez) aos 50 (cinquenta) anos de idade e no futebol normalmente dos 6 (seis) aos 35 (trinta e cinco) anos.

O modelo mais recente que pode ser aplicado a qualquer fase é o de transição da carreira desportiva (Alfermann & Stambulova, 2007). Os princípios deste modelo baseiam-se na capacidade do atleta mobilizar recursos para lidar com a transição e as dificuldades encontradas. Os recursos do atleta envolvem factores internos e externos: capacidade intelectual, habilidades, traços de personalidade, motivação, disponibilidade de apoio social e financeiro. Da mesma forma, as dificuldades envolvem factores internos e externos: falta de conhecimento ou habilidades, conflitos interpessoais, falta de condições de treino, falta de apoio social e financeiro. O modelo sugere ainda intervenções preventivas e até mesmo intervenções psico-terapêuticas ou clínicas quando se torna evidente que o atleta entrou em crise.

Em relação às intervenções, as análises sugerem que o foco deve mudar do uso de abordagens terapêuticas tradicionais ao lidar com possíveis experiências traumáticas de fim da carreira atlética para aquele tipo de transições da carreira e programas de desenvolvimento de habilidades para a vida com o objectivo de oferecer suporte e educação aos atletas passando por transições atléticas e não atléticas (Wyllemann et al, 2004).

Acrescentam ainda que futuros estudos devem considerar as características específicas de cada transição, as influências culturais e sócio económicas, a especificidade da modalidade desportiva, da mesma maneira, a aceitabilidade e aplicabilidade de intervenções e programas de apoio aos atletas.

2.2. Fases e Transições da Carreira Desportiva

As fases de transição na carreira desportiva são vividas de maneira diferente pelos atletas. Esta diversidade contribuirá para a sua permanência ou abandono. O atleta pode encerrar a sua carreira no período de formação, ou ainda no período de especialização ou profissionalização. O período entre a iniciação desportiva e o desporto de alto rendimento é designado pela teoria do treino desportivo como um período de formação, onde se procura desenvolver bases que permitam aos atletas alcançar, no futuro, os tão esperados resultados. Estudos anteriores revelam que a exigência de resultados elevados nos desportistas em processo de formação leva ao abandono do atleta. De acordo com os especialistas, os resultados só devem ser valorizados na última de três etapas que compõem o período de formação.

A carreira desportiva de um atleta passa por diversas fases desde a iniciação até ao abandono. Estas fases podem estar associadas à idade cronológica e à progressão ao longo das categorias de um determinado desporto (ex: infantil, juvenil e adulto). Estas fases podem também estar associadas ao nível de rendimento que o atleta alcança, conforme constatou Bloom (1985) num estudo pioneiro sobre desenvolvimento de talentos. Com ponto de partida deste estudo, outros autores (Salmela, 1994); (Stambulova, 1994); (Côté, 1999); (Wylemann & Lavallee, 2004) desenvolveram modelos de fases da carreira desportiva (Quad.3).

Outros autores (Bloom, 1985); (Côté, 1999) focaram os seus estudos a partir da perspectiva das fases de desenvolvimento do talento, sem enfatizar as transições. Consideram cada transição, sendo que os dois últimos autores aprofundam a sua análise considerando outros aspectos do desenvolvimento da vida do atleta. Esta é uma abordagem importante para analisar a carreira de jovens atletas, pois considera aspectos psicossociais, psicológicos e as etapas escolares. (Salmela, 1994); (Stambulova, 1994); (Wyllemann & Lavallee, 2004).

Quadro 3 – Fases e transições da Carreira Desportiva
in: Alfermann & Stambulova, 2007

<u>MODELOS</u>	BLOOM (1985)	SALMELA (1994)	STAMBULOVA (1994)	CÔTÉ (1999)	WYLLEMANN & LAVALLE (2004)
Fases da Carreira Atlética	1. Iniciação 2. Desenvolvimento 3. Excelência	1. Iniciação 2. Desenvolvimento 3. Excelência 4. Descontinuação	1. Estágio preparatório 2. Início da especialização 3. Treino intensivo na modalidade escolhida 4. Estágio de culminação 5. Estágio final seguido de descontinuação	1. Anos de experimentação 2. Anos de especialização 3. Anos de investimento 4. Anos de recreação	1. Iniciação 2. Desenvolvimento 3. Excelência 4. Descontinuação
Transições Normativas	Transições Não Enfatizadas	1. Da iniciação para o desenvolvimento 2. Do desenvolvimento para a excelência 3. Da excelência para a descontinuação	1. Início da especialização desportiva 2. Transição para o treino intensivo na modalidade escolhida 3. Do desporto infantil para o desporto juvenil / alta performance 4. Do desporto amador para o desporto profissional 5. Da culminação para o estágio final 6. Fim da carreira atlética	Transições Não Enfatizadas	1. Transição para o desporto organizado 2. Transição para um nível intenso de treino e competição 3. Transição para o desporto de alto nível ou de elite 4. Transição para fora do desporto de competição Obs.: as quatro transições atléticas coexistem com transições em outras esferas da vida do atleta

As transições apontadas no quadro 3 são conceitualizadas como normativas por serem relativamente previsíveis e estarem associadas aos estágios progressivos de uma trajectória atlética (Alfermann & Stambulova, 2007). Já as transições não normativas são situacionais e têm menor grau de previsibilidade, por exemplo, uma contusão ou dispensa precoce de uma equipe – transições conhecidas também como “não evento” (Pepitas et al, 1997). A imprevisibilidade e muitas vezes o facto destas transições serem involuntárias demandam que os estudiosos desenvolvam mecanismos específicos que auxiliem os atletas a lidarem com este tipo de transição (Wyllemann et al, 2004).

As principais características das fases apontadas no Quadro 3 (Alfermann & Stambulova, 2007), são analisadas a seguir:

Fase de iniciação / experimentação – As crianças estão envolvidas em actividades de recreação, não estão preocupadas com o desempenho desportivo e experimentam diferentes desportos. Esta fase refere-se às escolinhas desportivas ou brincadeiras de rua, dependendo do nível sócio económico.

Fase de desenvolvimento / especialização – Nesta fase é feita o atleta opta somente por uma única modalidade desportiva, as crianças começam a participar em competições regulares e o nível de compromisso passa a ser crescente, o que exige uma maior organização da rotina do atleta.

Fase de excelência – Nesta fase, o atleta assume que deseja investir na sua carreira desportiva, tendo mesmo em alguns desportos a opção de profissionalização. O estilo de vida do atleta passa a ser exclusivamente dedicado ao desempenho desportivo.

Fase de abandono – A partir desta fase, o atleta passa a diminuir o seu envolvimento com os treinos e as competições. Em algumas modalidades a diminuição da carga de treino pode aparecer gradualmente, mas no caso do desporto profissional envolve o afastamento de competições oficiais.

Vários são os autores que (Sinclair & Orlick, 1993) destacam a importância de analisar a

transição como um processo e não apenas como um facto ou acontecimento e acrescentam que cada processo de transição pode durar entre um mês a dois anos. Durante este processo, os atletas podem enfrentar desafios no âmbito social, psicológico, financeiro e ocupacional (Hackfort & Huang, 2005).

Caracterização de cada transição em que o atleta se vai adaptar às novas exigências atléticas do desporto (Wyllemaan et al, 2000):

Transição da fase de iniciação para a fase de desenvolvimento – Caracteriza-se por adaptações a um estilo de vida diferente em função do aumento da carga de treino. O atleta passa a sofrer uma maior interferência por parte do treinador (Salmela et al, 2000) e a conviver mais frequentemente com os companheiros de equipa. A opção pela maior dedicação a uma determinada modalidade desportiva deve ser feita pelo próprio atleta com o apoio da família.

Transição da fase de desenvolvimento para a fase de excelência – Fase de total dedicação, especialização do treino, onde muitas vezes, há mesmo a oportunidade de profissionalização (Wyllemaan et al, 2000). A orientação dos treinadores e outros profissionais do desporto, tais como psicólogos, directores e supervisores é essencial para o atleta se adaptar bem à transição. O desempenho desportivo passa a ser o centro da vida do atleta em detrimento do convívio social não desportivo.

Transição da fase de excelência para a fase de abandono/fim de carreira – A maioria dos estudos científicos desenvolvidos até hoje focaram esta transição. As causas de abandono/fim de carreira desportiva mais comuns identificadas são a idade, processo selectivo, lesões e escolha própria (Alfermann, 2000). A fase de abandono pode envolver momentos de crise, alívio ou uma mistura de ambos, dependendo da percepção que o atleta tem da situação. (Sinclair e Orlick, 1993).

Transição da fase de abandono/fim de carreira desportiva para outra actividade profissional – Talvez seja a transição mais problemática, pois envolve adaptações sociais, físicas, pessoais, ocupacionais e financeiras (Brandão *et al.*, 2000). Esta fase de transição deve ser vista como meta fundamental do planeamento da carreira desportiva de um atleta de alto nível.

A transição para o abandono desportivo é o objecto de estudo mais focado dos estudos na área.

2.3. Participação Desportiva

2.3.1. Motivação

Na relação ensino aprendizagem, em qualquer ambiente, conteúdo ou momento, a motivação constitui-se um dos elementos centrais para sua execução bem sucedida. Pode-se supor que sem motivação não há comportamento humano ou animal. A motivação é um factor muito importante na busca de qualquer objectivo pelo ser humano (Becker Júnior, 1996). Os treinadores reconhecem esse facto como sendo o principal, tanto nos treinos como nas competições. Assim sendo, a motivação é um elemento básico para o atleta seguir as orientações do treinador e praticar diariamente as sessões de treino.

A motivação está associada à palavra motivo, e este é definido como alguma força interior, impulso, intenção etc., que leva uma pessoa a fazer algo ou agir de uma certa forma. Sendo assim, qualquer discussão sobre motivação implica em investigar os motivos que influenciam num determinado comportamento, ou seja, todo o comportamento é motivado, é impulsionado por motivos. (Maggil, 1984). Segundo vários autores (Eduards, 1968); (Davidoff, 1983); (Maslow, 1987), os motivos classificam-se em:

- Impulsos básicos: Estimulam comportamentos que visam satisfazer necessidades básicas, baseadas na Fisiologia. Exemplo: ar, água, sexo, fuga da dor (desprazer) e equilíbrio biológico interno (homeostase). Podem ser muito influenciados pela cultura (experiência);

- **Motivos sociais:** Surgem para satisfazer as necessidades de sentir-se amado. Está intimamente ligado ao contacto com outros seres humanos, o que é decisivo para o sucesso na adaptação.
- **Motivos para estimulação sensorial:** As pessoas e animais precisam dessa estimulação, que pode ser um estímulo externo (do meio) ou interno (auto estimulação, como cantar de boca fechada, por exemplo). Sem esses estímulos, que são experiências sensoriais, os indivíduos alucinam, no intuito de gerar essa auto estimulação.
- **Motivos de crescimento:** São os que levam os indivíduos ao aperfeiçoamento pessoal, sem se importarem com o reconhecimento. Acham-se intimamente ligados aos motivos de estimulação, exploração e manipulações sensoriais. O motivo de realização, muitas vezes, é considerado um motivo de crescimento.
- **Ideias como motivos:** As ideias podem ser intensamente motivadoras, proporcionando comportamentos motivados por sugestões, que podem até mesmo comprometer a integridade física do indivíduo. Essas ideias podem gerar conflitos, quando ocorre a dissonância cognitiva, mas geralmente as pessoas são motivadas a manterem as suas cognições coerentes.

A Hierarquia dos Motivos segundo Maslow:

- **A Pirâmide de Maslow (1987):** O psicólogo Abraham Maslow concluiu que é inato dos seres humanos cinco sistemas de necessidades, dispostos hierarquicamente em forma de pirâmide, na qual podemos constatar que, por mais que as pessoas estejam socializadas, elas continuam a ser "animais carentes" durante toda a suas vida. Após alcançarmos um estágio de necessidades, um outro o substitui, fazendo-nos subir através de sistemas de necessidade cada vez mais elaboradas, desde que essas novas necessidades não comprometam ou abatam as necessidades inferiores, mais básicas e essenciais do ser humano. Quando uma pessoa é privada de alimento, ela tende a pensar que apenas a comida a faria plenamente feliz e que nunca precisaria de outra coisa. Do mesmo modo, uma pessoa tenderá a abrir mão de tudo o que possui, para satisfazer as necessidades

básicas como ar, alimentação, água etc. Uma vez satisfeitas as necessidades fisiológicas básicas, aparece a necessidade da pessoa sentir-se protegida, até mesmo para que essa necessidade sirva de protecção para que as necessidades básicas continuem a ser preenchidas. Surge então o desejo pelo emprego estável, cadernetas de poupança etc, ou ainda se fundamentar em religiões e filosofias para que suas vidas fiquem organizadas, gerando, assim, uma sensação de segurança. Quando as necessidades de segurança são satisfeitas, aparecem as necessidades de afeição, aceitação e fazer parte de um grupo. As pessoas procuram amar e ser amadas. Segundo Maslow, a quebra dos laços familiares faz com que o ser humano busque noutra pessoa a satisfação das necessidades de amor. Se essas necessidades forem atingidas, os humanos dominam as necessidades de estima, que são as realizações, as aprovações e o reconhecimento da sociedade. Finalmente, quando todas as outras necessidades estão garantidas, as pessoas procuram a auto-realização, mas apenas 1% da população a consegue. É importante observar que os dois conjuntos de necessidades na base da pirâmide estão relacionados ao "pessoal", enquanto que os conjuntos de necessidades acima estão relacionados ao "social", no qual se conclui que o ser humano não conseguirá se relacionar ou se adequar numa sociedade caso a integridade das necessidades fisiológicas e de segurança estiverem comprometidas e/ou abaladas.

2.3.2. Motivos para a Prática Desportiva

Relativamente ao desporto jovem, um dos grandes desafios da sociedade moderna é a necessidade de identificar os factores que fazem os jovens praticantes a aderirem e permanecerem na prática desportiva (Catita, 2009).

O interesse dos investigadores sobre o fenómeno desportivo e o estudo das motivações vem desde os anos setenta. Desde sempre as crianças e jovens dedicam uma parte importante do seu tempo ao jogo e ao desporto, usufruindo do prazer da prática dessas actividades, deixando para segundo plano outras ocupações nos seus tempos livres (Feliu, 1997).

Essa mesma actividade desportiva assume um papel relevante na estrutura social dos mais jovens, promovendo ora a aceitação ora a rejeição destes por parte do grupo, em função do

nível de habilidade e desempenho demonstrado.

Aquele que foi um dos primeiros estudos que buscavam identificar as razões que levavam os jovens à prática desportiva referiram a Afiliação (fazer amigos), Desempenho (fazer qualquer coisa bem feita) e activação (excitação proporcionada pela modalidade) (Alderman & Wood, 1976).

Um estudo qualitativo com 45 crianças, no qual o objectivo era examinar quais as fontes que proporcionavam o prazer e o desprazer em praticar actividades desportivas nos anos iniciais. Os principais resultados indicaram que as fontes de prazer para os praticantes foram: envolvimento social, relação com os amigos e um envolvimento com o ambiente desportivo. Já as principais fontes de desprazer foram cobranças excessivas dos pais e *feedback* negativo por parte dos treinadores (McCarthy & Jones, s.d).

Num estudo com uma amostra de jovens entre os dez e os dezoito anos, registaram como razões para a prática da modalidade: divertimento, aprender novas habilidades, fazer algo que seja bom, estar com os amigos fazer novos amigos, estar em forma, fazer exercícios e ter experiências de sucesso. (Gould et al, 1982).

Em Portugal os pioneiros nesta área de estudos (Cruz et al, 1988); (Cruz, 1996); (Cruz & Costa, 1997), fizeram estudos com jovens praticantes de andebol e voleibol, que apontaram como motivos para a sua participação: divertimento; desenvolvimento de capacidades; promoção da saúde e da forma física; gosto pelo espírito de grupo e pela amizade.

Embora os estudos indiquem que há diferenças no que respeita aos motivos de prática, as investigações referem algumas muito frequentes, tais como: melhorar capacidades técnicas; aprender novas destrezas; melhorar o estatuto; estar com os amigos; pertencer a uma equipa; obter sucesso; divertimento; vencer e obter recompensas, (Gould & Horn, 1984).

Os jovens portugueses valorizam essencialmente estar em boa condição física, trabalhar em equipa e aprender novas técnicas (Serpa, 1992).

2.4. Abandono Desportivo

O *boom* do fenómeno desportivo dos últimos anos, fez o desporto entrar em vários sectores da sociedade e faça hoje parte do dia-a-dia de milhões de pessoas através de clubes, escolas, empresas, federações e instituições variadas. O mercado financeiro desportivo aumenta de ano para ano através de eventos, divulgação de matérias e patrocínios com atletas de elite.

Os grandes eventos desportivos constituem momentos importantes para a divulgação do desporto e respectivas modalidades, influenciando a preferência do público acerca da sua modalidade de eleição. (Vasconcelos, 1998) As modalidades sofrem diariamente uma grande divulgação, assim hoje em dia as modalidades que antes eram consideradas de elite, são hoje praticadas por pessoas de quase todos os estratos sociais.

2.4.1. Definição de Abandono Desportivo

O abandono desportivo é um fenómeno caracterizado pela interrupção voluntária de uma modalidade desportiva (Burton & Martens, 1986). Este pode representar um afastamento definitivo da prática desportiva ou somente uma mudança na modalidade ou no tipo de prática desportiva, sem que deixe de praticar actividade física. Pode ainda se caracterizar por intervalos de tempo de inactividade entre períodos de prática desportiva.

O abandono desportivo deve ser entendido em função de um *continuum* que vai desde o abandono de uma actividade específica acompanhado de uma transferência para outra actividade, até ao abandono total de toda a actividade desportiva. (Gould, 1987).

O abandono da prática desportiva pode ser entendido como uma interrupção permanente da prática desportiva (Carvalho citado por Silva et al, 2005), no contexto de que o atleta não se encontra satisfeito, de que os seus direitos e necessidades não foram satisfeitos ou

de simplesmente não ser capaz de continuar com esse estilo de vida, o que normalmente resulta numa sensação de perda (sentimentos negativos e contraditórios) e num período de adaptação (Crook & Robertson, 1991).

O abandono desportivo que resulta de troca de modalidade não é prejudicial para o atleta, sendo preferível que a troca aconteça se significar uma mais eficaz adequação aos objectivos propostos. (Fonseca, 2004b).

Um dos fenómenos que está ligado à prática desportiva é o fenómeno do Abandono Desportivo ou *Dropout* Desportivo. O *Dropout* desportivo é caracterizado pela escolha voluntária de uma modalidade em detrimento de outra, pelo abandono temporário, ou mesmo definitivo, de uma modalidade desportiva. Outro tipo de abandono é o *Burnout* causado por stress crónico, que se verifica normalmente em atletas de alta competição, quando apresentam esgotamento físico, psíquico e social. (Burton & Martens, 1986); (Gould, 1987).

2.4.2. Estudos Sobre o Abandono da Carreira Desportiva

Em primeiro lugar importa destacar que os estudos publicados sobre o tema do abandono desportivo têm sido escassos (Fonseca, 2004). Foram apenas publicados 30 estudos na literatura internacional desde os anos 70, sobre o abandono da prática desportiva juvenil (Guillet et al., 2000). Estes estudos são muito importantes, pois sabe-se que o número de crianças e jovens que decidem deixar de praticar uma modalidade desportiva é significativo, não podendo deixar de ser uma preocupação para todos nós (Fonseca, 2004).

Independentemente das razões que levam um atleta a abandonar, tal facto deve ser sempre considerado como um processo de múltiplos factores (Fernandez et al, 2006).

Numa extensa revisão de estudos sobre as reacções de ex-atletas ao fim da carreira desportiva, o resultado encontrado indica que 19% dos atletas experimentaram algum

distúrbio emocional. A idade, baixos índices de desempenho e contusões são as causas associadas (Grove et al, 1998).

O motivo preponderante para o abandono precoce da prática desportiva é a incompatibilidade entre a formação académica e a vida desportiva (Carvalho, 2003 citado por Silva et al, 2005). A pressão exagerada na busca de resultados e altos desempenhos provoca lacunas na educação destes, e conseqüentemente dificulta-lhes a adaptação (Simões et al citado por Silva et al, 2005).

O abandono ocorre por vezes, precisamente nos períodos críticos da carreira desportiva, ou seja, no início da fase de obtenção de resultados de expressão internacional, que coincidem com a importante fase de transição académica, obtendo desse processo vários prejuízos (Vasconcelos, 2003 citado por Silva et al, 2005).

O massivo abandono desportivo e decréscimo dos padrões de actividade física estão associados ao termo da escolaridade obrigatória (Stephens et al. 1985 citado por Silva et al, 2005).

As quatro principais causas para o fim da carreira desportiva segundo autores (Taylor e Ogilvie, 1998); (Hackfort e Huang, 2005) são: idade, o não alcance de índices de desempenho, lesão e escolha própria. Outros motivos também mencionados são: desejo de mudança, falta de apoio financeiro, perda da motivação, conflito com o treinador e desejo de dedicar mais tempo a relacionamentos pessoais (Sinclair & Orlick, 1993). O fim da carreira desportiva, quase sempre resulta da combinação destes factores (Alfermann, 2000).

Apesar de inicialmente o fim da carreira desportiva passar a impressão de que é sempre um acontecimento negativo, alguns estudos já identificaram conseqüências positivas do fim da carreira. A primeira distinção a ser feita é se a decisão de se retirar foi voluntária ou

involuntária. O abandono voluntário leva a uma transição mais positiva (Alfermann & Stambulova, 2007; Alfermann, 2000; Taylor & Ogilvie, 1994) por tratar-se da liberdade de escolha do atleta. As causas de abandonos voluntários estão normalmente associados ao esgotamento do estilo de vida, realização de todas as metas desportivas, decisão de dedicar-se à vida pessoal e familiar e outras oportunidades de trabalho (Alfermann et al ,2004).

A decisão de abandonar voluntariamente está associada também a um planeamento prévio. Segundo alguns estudos (Sinclair & Orlick, 1994; Grove et al, 1997; Lavallee, 2005), atletas que realizaram uma transição planeada adaptaram-se de forma mais positiva do que aqueles que enfrentaram transições não planeadas.

Gradualmente os pesquisadores ampliaram o foco de pesquisa, não se limitaram apenas às causas e consequências do final da carreira desportiva (Wyllemann et al, 2004) e viraram-se para a identificação de factores relacionados à qualidade da transição. Vários estudos abordaram a relação do abandono da carreira desportiva com a perda ou construção de uma nova identidade não desportiva (Brewer et al , 2000); (Torregra et al , 2004); (Lally, 2007); (Lavallee & Robinson, 2007). Novamente, foi sugerido que o planeamento pré-abandono poderia facilitar a transição, pois permite que gradualmente o foco seja mudado para envolvimento não desportivos. Toda a transição tem potencial para ser uma crise ou um alívio, dependendo da percepção individual que cada um tem da situação (Sinclair & Orlick, 1993).

Outros estudos focaram também aspectos interculturais, comparando como atletas de diferentes países reagiam ao fim da carreira, considerando diferenças culturais e sociais (Alfermann et al, 2004; Stambulova et al , 2007; Schmidt & Hackfort, 2001; Huang et al, 2001). De uma maneira geral, os resultados mostraram aspectos convergentes e divergentes e destacaram que os aspectos culturais têm um papel fundamental para o entendimento dos factores que influenciam na transição. Sugerem, portanto, que os programas nacionais de apoio ao atleta devem considerar as particularidades sociais e culturais do país.

O objectivo de um estudo (Pooley, 1980, cit. p/ Gould et al., 1981) na área do futebol era perceber quais os motivos que levariam os jovens a abandonar o programa competitivo de futebol jovem do Canadá.

Cinquenta rapazes entre os 10 e os 15 anos representavam a sua amostra. Amostra esta que estava dividida em duas partes, um formado por rapazes com idades compreendidas entre os 10 e os 12 anos e outro grupo de rapazes com idades entre os 13 e os 15 anos. Segundo o autor, as principais razões apontadas (11 e 12 anos) foram: conflito de interesses com 54 % (33% com outras actividades e 21% com outros desportos); a elevada importância da competição, com 25% (21% por causa do treinador e 4% pelo programa desportivo); comunicação pobre com o treinador e seus colegas com 13% e por outras razões como não encontrar equipa, com 8%. As principais razões apresentadas pelos pré-adolescentes (13 a 15 anos) foram: conflito de interesses com 39% (27% com outras actividades e 12% com outros desportos); mais uma vez a elevada importância dada a competição, 38% (23% treinador e 15% pelo programa); por problemas de comunicação com 12% e com outras razões como a falta de equipa, com 12 %.

2.4.3. Planeamento da Carreira do Jovem Atleta

Os estudos sobre o fim da carreira de atletas adultos realçam a utilidade de um planeamento antecipado para se atingir uma transição positiva. A melhor forma de promover adaptações positivas deve ser o planeamento desde o início da carreira. A estabilidade da escola com o treino, as rotinas diárias, as relações sociais e o investimento são aspectos que devem integrar o projecto do atleta desde cedo.

Dentro desta linha de pesquisa, um outro estudo (Bobridge et al ,2003) avaliaram os efeitos de um programa de assistência à carreira. De acordo com os atletas, os aspectos mais relevantes foram as intervenções práticas, tais como organização do currículo, preparação para entrevistas, estabelecimento de metas e compreensão das opções de trabalho. Relatam também um aumento da confiança sobre as habilidades de tomada de decisão e o desenvolvimento de recursos e habilidades para alcançar metas relativas às suas carreiras. Reconheceram ainda que a aquisição destas habilidades práticas e

autoconfiança os capacitaram a desenvolver oportunidades de trabalho fora do ambiente desportivo.

As dificuldades mais comuns são relativas às restrições nos relacionamentos sociais (sair com os amigos, namorar, ir a festas), à organização do tempo e das rotinas diárias (Wylemann et al, 1999).

No 12º Congresso Europeu de Psicologia do Desporto, foram anunciados (Stambulova, 2007) os resultados de 6 (seis) estudos desenvolvidos com atletas de modalidades diferentes que fizeram a transição do desporto juvenil para o desporto adulto. Os resultados indicaram que os atletas estavam sob altos níveis de stress e necessitavam encontrar tempo e energia para tudo. Entre as estratégias usadas pelos atletas para lidar de forma positiva com a transição, foram apontados o planeamento prévio, estilo de vida equilibrado, controle do stress, do tempo e da energia, e mecanismos eficientes de recuperação. O aconselhamento e a orientação prática para a utilização destes recursos devem, portanto, fazer parte da formação e da rotina do jovem atleta.

Os atletas precisam de apoio institucional, estabelecido através de programas de aconselhamento de pré-abandono. Atletas capazes de perspectivar as suas vidas a longo prazo estão mais bem preparados para o processo de abandono (Svoboda & Vanek, 1983). Através de um plano de pré-abandono será possível reforçar o envolvimento em assuntos e pessoas exteriores ao núcleo desportivo, desenvolver e encorajar tomadas de decisão activas pelo atleta durante a sua carreira (Crook & Robertson, 1991). Ajudar a criar objectivos para a carreira pós-desportiva e fomentar o desenvolvimento de estratégias que englobem o atingir de objectivos quer desportivos quer de carreira.

Os praticantes desportivos devem envolverem-se na definição dos objectivos a perseguir durante a prática desportiva, solicitando a colaboração dos atletas na elaboração do planeamento desses objectivos (Botterill, 1994). Para o autor, poderá ser um passo importante para o desenvolvimento de uma maior maturidade psicológica e de um conjunto de hábitos de condução dos comportamentos individuais. Assim, a definição de objectivos globais, tende a fazer aumentar a realização dos objectivos competitivos traçados, criando um ambiente positivo de trabalho, que lhe permite aprender a movimentar-se na vida depois da prática desportiva com um sólido conjunto de

capacidades de orientação e de gestão dos aspectos humanos.

Por outro lado, inúmeras dificuldades foram reportadas, devido à resistência de atletas em aceitarem um plano de pré-abandono (Svoboda & Vanek, 1983).

Um plano de pré-abandono estruturado que envolva conferências, workshops, ingresso em organismos de paz, de saúde, através de associações nacionais e internacionais, ou, mesmo, entrada na vida política são oportunidades interessantes para os atletas planearem um trabalho e uma vida com significado no pós-abandono. Pensamos ainda ser importante que os atletas saibam gerir as suas economias, através de investimentos seguros, tendo a assessorá-los pessoas da sua confiança.

Torna-se importante que exista uma preparação e um planeamento atempado e adequado, contando com o apoio de pessoas e entidades ligadas à esfera do atleta (Fernandes, 1991).

A Federação Europeia de Psicologia do Desporto (FEPSAC, 1999) afirma que os efeitos dos estudos da carreira desportiva podem ser vistos através de duas visões: uma visão restrita, que considera somente as conquistas desportivas, e uma visão mais ampla, que considera o progresso individual do atleta. Seria importante saber qual a visão adoptada pelos clubes e órgãos desportivos reguladores, aos quais os atletas estão ligados.

2.4.4. Programas de apoio à carreira do atleta

Uma vez identificada a importância do planeamento da carreira desportiva de atletas e treinadores, diversas organizações desportivas passaram a oferecer programas especializados de apoio ao atleta. Estes programas são geralmente organizados por Confederações Desportivas Nacionais (Estados Unidos), Comités Olímpicos (Alemanha e Canadá) ou Instituições Desportivas Governamentais (Austrália e Reino Unido).

O objectivo destes programas é atender principalmente atletas estudantes, atletas de alto nível e ex-atletas. Oferecem também mecanismos de suporte relativamente a: necessidades individuais e formação integral do atleta, organização do estilo de vida, orientação vocacional e pedagógica, apoio psicológico e suporte nas transições da carreira, principalmente no fim da carreira (Alfermann & Stambulova, 2007). Muitas vezes estas iniciativas visam exclusivamente a melhoria do desempenho do atleta estudante ou do

atleta de alto nível, através do controlo do seu estilo de vida, no entanto, os programas actuais tendem a adoptar uma proposta preventiva direccionada aos jovens atletas, aos pais, treinadores e administradores a partir de uma visão holística que visa o crescimento individual e o desenvolvimento social do atleta e não somente o sucesso e a vitória (Gordon et al, 2005).

O Quadro 4 mostra os principais programas de apoio à carreira do atleta no mundo

<u>País</u>	<u>Instituição</u>	<u>Programa</u>
Austrália	Instituto de Desportos Australiano	Programa de Educação e Carreira do Atleta (ACE)
Canadá	Comité Olímpico do Canadá	Centro de Carreiras de Atletas Olímpicos
E.U.A.	Comité Olímpico Americano	Programa de Assistência à Carreira de Atletas (CAPA)
Reino Unido	Instituto de Desportos do Reino Unido	Programa de Educação e Carreira do Atleta (ACE)

Quadro 4 – Principais Programas Internacionais de Apoio ao Atleta
In P. Wylleman, D. Alfermann, D. Lavallee, 2004

O *Athletic Career and Education Program* - ACE (Programa de Educação e Carreira do Atleta) lançado na Austrália em 1989, é o programa mais citado na literatura e enfatiza a preparação do atleta para enfrentar a vida pós-desportiva (Anderson & Morris, 2000). Oferece serviços no âmbito do estilo de vida, orientação educacional, aconselhamento da carreira, aconselhamento de empregos e apoio nas transições (Wylemmann et al, 2004; Queensland Academy of Sport, 2006). Investigadores fizeram uma avaliação deste programa e detectaram que os serviços mais utilizados pelos atletas foram o planeamento da carreira, orientação educacional e programas de desenvolvimento profissional (Gorely et al, 2001).

O programa do Canadá teve início em 1985, com o objectivo de auxiliar atletas de alto rendimento a transitar para uma carreira não desportiva, através de um programa de planeamento educacional. Inclui acções práticas tais como a orientação na preparação do

currículo, técnicas para procurar emprego, criação de cartões pessoais e cartas de referência (Sinclair & Hackfort, 2000).

Ao analisar o programa norte-americano, destacam-se os seguintes serviços de apoio ao atleta: compreender o processo da carreira desportiva e não desportiva, desenvolver habilidades relevantes, identificar oportunidades no mercado de trabalho e identificar necessidades próprias para adaptação a outra carreira (Murphy, 1995).

O programa do Reino Unido é o mais recente. Já se percebeu que há a necessidade de desenvolvimento de programas de carreira desportiva direccionados especificamente a jovens atletas para que eles passem a considerar as suas necessidades a longo prazo (Gordon et al, 2005).

As maiores dificuldades encontradas na implantação e manutenção destes programas são de carácter organizacional (Alfermann & Stambulova, 2007). Muitas vezes os programas são implantados e logo em seguida abandonados por falta de verba (Tate, 2005). Outra dificuldade é divulgar o programa e convencer o atleta da importância e eficácia destes serviços (Wylemann et al, 2004; Alfermann & Stambulova, 2007).

Não contabilizando os países enumerados antes, os programas e serviços de apoio ao atleta são raros e há infelizmente atletas que não dão importância à construção de um plano de carreira, “iludidos de que a notoriedade atlética irá resolver todos os seus problemas” (Brandão *et al.*, 2000, p.49). O planeamento propicia uma vida desportiva e pós-desportiva muito mais estável do ponto de vista emocional e social, além do financeiro, se for feito um planeamento com investimentos, negócios próprios ou preparação para assumir uma nova actividade profissional.

As estratégias de intervenção mais eficientes para a implementação de um programa de apoio ao atleta são: oficinas (workshops) com a duração de 1 (um) a 3 (três) dias, aconselhamento individual, palestras e painéis de discussão (Petitpas & Champagne, 2000).

2.4.5. Contexto Cultural

O futebol é uma forma de manifestação cultural detentora de vários significados e implicações no âmbito desportivo, social, político, económico e religioso.

Só recentemente, os estudos sobre desenvolvimento e transição da carreira desportiva começaram a considerar o contexto cultural no qual estes fenómenos ocorrem (Stambulova et al, 2007). Valores, crenças, normas e tradições podem, muitas vezes ajudar a perceber determinados resultados encontrados em pesquisas.

2.4.6. Motivos para o Abandono Desportivo

Relativamente aos motivos que levam os atletas a abandonar a modalidade desportiva, 50% dos atletas deixam o seu clube para ingressarem noutras modalidades desportivas. Outra das razões é o carácter excessivamente sério das competições e o lugar demasiado importante que tem para os jovens a rivalidade, a existência de relações conflituosas com o treinador e o sentimento de não progredir, não melhorar (Duram, 1988).

Muitos jovens decidem abandonar a prática de uma modalidade por razões pessoais, por quererem praticar outra modalidade ou por um conflito de interesses (outras modalidades, trabalhos de casa ou outras actividades recreativas) mesmo estando muito satisfeitos com a experiência desportiva que possam estar a viver. Há ainda outros motivos como o “abandonar para recuperar”, embora os estudos demonstrem que a percentagem de lesões no desporto juvenil é baixa, 3-5%, não podemos desprezar esta possibilidade. Esta decisão de abandonar antes de regressar novamente pode ser influenciada por terceiros, como os médicos ou os pais. (Robertson, 1998).

São muitas as causas apontadas, sendo as mais frequentes: ter outras coisas para fazer; a modalidade não ser tão boa como pensava; a modalidade não ser suficientemente divertida; querer praticar outra modalidade; sentir-se aborrecido; não gostar do treinador e o treinador ser demasiado duro (Gomes, 2001).

Alguns motivos para os atletas abandonarem a prática desportiva: o primeiro é simplesmente por não quererem continuar. Esta razão é frequentemente apresentada e quando se trata de camadas mais jovens, uma conversa com os seus pais, para esclarecer melhor este motivo, poderá ajudar bastante (Cooke, 2003). Outro motivo apontado pelo autor é o facto de os jovens terem uma vida extra-desporto, que lhes causam alguma pressão. Este argumento tem vindo a ser muito enumerado, e o autor apresenta uma solução para o combater: por exemplo permitir ao atleta que falte a alguns treinos. É muito comum na adolescência o namorado/a pensar que o atleta gasta muito tempo com os treinos e jogos. Esta é uma idade em que o desporto exige mais seriedade e empenho. Nestes casos o treinador deverá reforçar o papel que o desporto pode assumir na formação dos praticantes, transformando-os em pessoas melhores. Outro motivo que leva os atletas a desistir é pensarem que não vão a lado nenhum e que não conseguem fazer nada de jeito. Quando isto acontece o treinador deverá dar sinais de reafirmação do valor do atleta durante os treinos. Caso o praticante não consiga mesmo atingir os objetivos, o treinador deverá apontar os benefícios da modalidade.

O “abandonar por ser afastado” é outro motivo invocado pelo autor. Muitas vezes os jovens sentem que não tem oportunidades, uma vez que são afastados por razões ligadas a idade, ao número excessivo de praticantes, a falta de equipamentos ou instalações e aos inadequados programas de prática desportiva.

Outros resolvem “abandonar por não gostar”. O autor considera que este é o argumento menos admissível para abandonar a prática desportiva. O jovem não deve decidir abandonar por inadaptação sua em lidar com a pressão, alimentando nele sentimentos negativos para com a prática desportiva, uma sensação de incapacidade para a prática e uma elevada ansiedade frente a futuras actividades desportivas. As crianças que abandonam por razões negativas, geralmente apresentam como argumento o facto de não se adaptarem à preocupação excessiva com a vitória.

O abandono total da prática desportiva por parte dos jovens é um final que devemos procurar evitar. Já o mesmo não se passa com o abandono da prática de uma determinada

modalidade desportiva, quando a esse abandono se sucede a prática de uma outra modalidade desportiva, ou da mesma modalidade mas praticada num clube ou num contexto diferente do anterior. (Fonseca, 2004). O autor menciona algumas destas razões e, segundo o autor estas parecem destacar-se pelo modo como exercem influência na decisão dos jovens em abandonar a prática desportiva. São elas: “o conflito de interesses”, “a falta de prazer”, a percepção de (in) competência, o “excessivo ênfase na competição” ou as lesões.

A transição da fase amadora para a fase profissional no futebol ocorre em função do nível de desempenho do atleta. Caso não seleccionado, este indivíduo pode ter que parar de jogar involuntariamente por falta de uma equipa que o admita.

2.4.7. Investigação Desenvolvida em Portugal

Foi na década de 80 que a investigação relacionada ao abandono da prática desportiva mereceu a atenção dos investigadores em Portugal. Os primeiros trabalhos publicados foram da autoria de José Cruz e colaboradores, na Universidade do Minho em Braga.

Um estudo sobre o abandono desportivo nas lutas amadoras em Portugal, indica que os praticantes dão um grau de importância muito grande à vitória e colocam esse critério como único para se diferenciarem dos adversários. No momento do abandono os resultados referem que os atletas já tinham elegido outra modalidade na hora de abandonar. Como justificação para o abandono eles adiantam o lazer como categoria mais citada, seguida de razões pessoais e ligadas à competição (Torres, 1997).

Relativamente aos motivos que estão na base do abandono da prática desportiva, os poucos estudos realizados em Portugal (Cruz e Costa, 1997; Cruz et al, 1988; Cruz et al ,1995; Gonçalves, 1996; Matos & Cruz, 1997; Silva et al, 2005), à semelhança do confirmado nos estudos internacionais, o abandono desportivo deve-se não a uma, mas sim a várias razões. Motivos como o conflito de interesses com outras actividades (desportivas e não desportivas), como os estudos, conflitos com o treinador e o pouco

tempo de jogo foram enumerados como os principais motivos para o abandono da prática desportiva.

Num estudo (Barros, 2002) sobre o abandono da prática desportiva no basquetebol com ex-atletas do distrito de Coimbra, com idades entre os 11 e 18 anos, ao autores descobriram que 21 abandonaram o basquetebol no escalão de iniciados, 23 no escalão de cadetes e 27 no escalão de juniores. Os ex-atletas do escalão de iniciados indicaram “tive que dar prioridade aos estudos” como o grande motivo que levou ao abandono. O item “interessei-me por outra modalidade desportiva” é o segundo motivo mais invocado. Para os ex-atletas que abandonaram o basquetebol no escalão de cadetes, “tive que dar prioridade aos estudos” continuou a ser o principal motivo para o abandono. A “falta de reconhecimento do trabalho do jovem” e “falta de oportunidades para jogar” são itens muito invocados como motivos para o abandono no escalão de cadetes.

Quanto aos ex-atletas do escalão de juniores “tive que dar continuidade aos estudos” continua a ser o mais invocado.

Numa pesquisa feita sobre “a procura satisfeita e razões para o abandono da prática desportiva na população jovem da ilha do Faial” em que amostra foi constituída por 87 rapazes e 89 raparigas analisaram-se as razões evocadas para abandonar, quer para rapazes como para raparigas, tanto em modalidades individuais como colectivas, há 5 itens relacionados com a gestão do tempo que aparecem sempre entre os 10 principais: “não tinha tempo disponível”, “interessei-me por outros passatempos”, “tive que dar prioridade aos estudos”, “tinha outras coisas para fazer”, “os treinos consumiam muito tempo” (Coelho & Silva e Garcia da Silva, 2003). O item “o meu esforço não era recompensado” só é revelado pelos rapazes. A razão “tinha problema com outros colegas de equipa” não está entre as 10 principais apontadas pelos rapazes e raparigas que abandonaram modalidades individuais.

A frequência de abandono foi de 23% para os rapazes e 22% para as raparigas.

2.5. Problema

O problema do nosso estudo é saber a intenção de prática dos atletas de futebol, numa fase de transição importante da sua carreira desportiva.

Outro problema é que existe uma percentagem elevada de sedentarismo no Alentejo, assim pretendemos descobrir os motivos do abandono na carreira desportiva de atletas de futebol, de modo a criar mecanismos de acção para tentar alterar esta tendência. Penso que a melhor forma de combater este problema, será perceber quais os reais motivos que levam os jovens a abandonar ou a permanecer numa modalidade desportiva, o futebol neste caso.

Segundo Fonseca (2004), os estudos publicados sobre o problema do abandono da prática desportiva por parte de crianças e jovens têm sido escassos.

Em Portugal, não existem estudos sobre esta temática no Sul do país.

2.6. Objectivos

- . Perceber as intenções de envolvimento na prática desportiva, em atletas de futebol júnior do distrito de Évora;
- . Identificar causas/motivos do abandono da prática do futebol na fase de transição de Júnior para Sénior;

2.7. Hipóteses:

1. Existe uma percentagem elevada de atletas de futebol que abandonam a carreira desportiva na fase de transição de júnior para sénior, no distrito de Évora;
2. Os atletas abandonam a prática desportiva (futebol neste caso específico), nesta faixa etária devido a razões extrínsecas ao desporto;

METODOLOGIA

3. METODOLOGIA

3.1. Participantes

Os participantes foram 133 atletas de futebol do escalão de juniores do distrito de Évora. Estes atletas têm entre 16 e 18 anos de idade, são do sexo masculino e participam do campeonato nacional e distrital de futebol da federação portuguesa de futebol.

3.2. Instrumento

Para avaliarmos as intenções dos atletas em continuar a praticar ou abandonar o desporto que praticavam, utilizámos o QIPD – Questionário Sobre a Intenção de Praticar Desporto, desenvolvido e validado por Fonseca, (1997). Em termos estruturais o questionário é constituído por 8 itens. Cinco itens predizem uma possível continuidade dos atletas na prática desportiva actual (e.g., “na próxima época tenho intenção de continuar a praticar o desporto que pratico actualmente”) e três itens preditores de um possível abandono desportivo a curto prazo (e.g., “na próxima época não estou a pensar continuar a praticar o desporto que pratico actualmente”). Procedeu-se à inversão dos 3 itens relativos ao abandono, fundindo-se deste modo as duas subescalas (i.e., intenção de praticar e intenção de abandonar) numa única escala, em que foram considerados como valores indicadores da continuidade na prática da modalidade as médias das respostas superiores ou iguais a 4 pontos e, como indicadores da intenção de abandono, as respostas cuja média foi igual ou inferior a 3, formando-se assim dois grupos: os que não manifestavam qualquer dúvida relativamente à sua intenção em continuar a praticar (IC) e aqueles que manifestavam intenção de abandonar (IA). Os atletas cujos valores se situaram entre 3.1 e 3.5 não foram considerados pelo estudo, em virtude da sua posição em termos de intenção para praticar ou abandonar não ser suficientemente explícita.

Os atletas indicaram o seu nível de concordância relativamente a cada afirmação através de uma escala de Likert de 5 pontos, que se situava entre 1 (Discordo Totalmente) e 5 (Concordo Totalmente). O Teste de Fiabilidade da Escala de Likert foi avaliado através do

teste Alfa-Cronbach, tendo-se obtido o resultado de 0,80 (Fiabilidade Alta).

Os participantes no estudo responderam também a duas questões relativas as suas expectativas de continuidade na prática da modalidade actual na próxima época. Na primeira, era perguntado ao sujeito: “se tencionas continuar a praticar o desporto que praticas pensas fazê-lo no mesmo clube?”, retendo-se o motivo no caso da resposta ser positiva ou negativa; na segunda, a questão colocada era: “se não tencionas continuar a praticar o desporto que praticas, indica a principal razão porque não o pretendes praticar”.

Face a diversidade de respostas encontradas, e no sentido de melhor classificar e interpretar os dados descritivos, centrámo-nos na forma em como se destacavam certas palavras e frases procedendo-se à construção de categorias de codificação, as quais foram construídas à medida que os dados eram analisados, e ao mesmo tempo que as unidades de registo começaram a ser semanticamente semelhantes, comparando e aferindo posteriormente, com as existentes noutros estudos sobre abandono desportivo.

3.3. Procedimentos

Contámos com a colaboração da Associação de Futebol de Évora, que forneceu a lista de atletas e clubes inscritos no escalão de juniores do distrito, fornecendo também a lista de contactos dos dirigentes de cada clube.

Os treinadores dos clubes do distrito foram previamente contactados no sentido de colaborarem na mobilização dos atletas para a participação no estudo.

Foi entregue um termo de consentimento informado, para que os atletas aprovassem e rubricassem o termo comprovando a sua participação na investigação. Seguidamente foram aplicados os questionários aos 133 atletas do escalão de juniores do distrito de Évora.

O objectivo do estudo devidamente explicado e fornecidas as informações necessárias, nomeadamente: instruções sobre as normas de preenchimento do questionário e a garantia do anonimato das respostas dadas. O preenchimento teve lugar nos dias das unidades de treino, antes ou depois da sessão.

Foi feita uma única aplicação do questionário na época desportiva de 2009/2010.

Na tentativa de perceber as respostas dadas pelos atletas foi efectuada uma rigorosa análise de conteúdos. No seguimento encontrámos dimensões e categorias que melhor definiram e qualificaram essas respostas.

A análise quantitativa dos dados foi realizada com suporte no programa estatístico SPSS, versão 17,0 para Windows. Tentámos perceber as intenções de envolvimento dos atletas na prática do futebol, através de uma análise de frequências e assim analisámos a ou as: Razões apontadas para abandonar o clube; Razões apontadas para abandonar a modalidade; Razões apontadas para continuar no clube; Previsão da Intenção de Continuar ou de Abandonar o Desporto que Pratica Actualmente, na Próxima Época

RESULTADOS

4. APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS

Neste capítulo apresentam-se os resultados da análise (qualitativa - de conteúdos - e quantitativa – SPSS-) efectuada, de forma a responder à pergunta de partida, de forma global, analisando o abandono na carreira desportiva e, especificamente a cada uma das questões de investigação formuladas, ou seja, as razões para abandonar e razões para continuar. Os resultados revestem a forma de categorias que compõem as dimensões encontradas. Estas questões tentam retirar os motivos da intenção de abandono na carreira desportiva do atleta. A análise quantitativa dos dados foi realizada com suporte no programa estatístico SPSS, versão 17,0 para Windows.

4.1. Razões Apontadas Para Abandonar o Clube.

Passamos a expor os resultados através de um quadro classificativo das dimensões e das categorias encontradas, seguido de uma breve explicação do significado da categoria e de um exemplo.

Quadro 5 – Classificação das Dimensões e das Categorias Encontradas (Razões para abandonar o clube)

Dimensão	Categorias
Razões Para Abandonar o Clube	Exigência do nível competitivo
	Competência/falta de potencial
	Falta de condições do clube
	Mudança de clube/conveniência
	Preferência por outra modalidade
	Conflito com outras actividades e interesses
	Conflito com os estudos

Categorias:

Exigência do nível competitivo:

Nesta categoria incluem-se as afirmações relativas ao sujeito que afirma que o clube é exigente e tem um nível competitivo alto.

Exemplo:

“Não, **Porque é muito difícil jogar numa 2ª divisão**”. (A-1-1)

Competência/falta de potencial:

Nesta categoria incluem-se as afirmações em que a ênfase da resposta se centra na falta de competência e / ou potencial do atleta.

Exemplo:

“Não, **Não tenho capacidade para continuar neste clube, vou para um com mais baixa exigência**”. (A-9-1)

Falta de condições do clube:

Quando a ênfase é a não existência de possibilidades de continuar por não haver a modalidade no seu escalão.

Exemplo:

“Não, **Porque não tem seniores**”. (D-7-1)

Mudança de clube:

Quando o atleta manifesta o desejo de mudar de clube.

Exemplo:

“Não, **Porque vou jogar para o clube da minha terra**”. (E-1-1)

Preferência por outra modalidade:

Quando o atleta abandona o futebol por preferir outra modalidade.

Exemplo:

Não, **Porque tenho intenção de ir jogar futsal**”. (G-9-1)

Conflito com outras actividades e interesses:

Quando o atleta manifesta intenção de abandonar por incompatibilidade com outras actividades e interesses pessoais.

Exemplo:

“Não, **Porque preciso de novas experiências**”. (G-12-1)

Conflito com os estudos:

Quando a atleta abandona por dar prioridade a formação académica.

Exemplo:

“Não. **Devido aos estudos na universidade.** (I-2-1)”

O quadro 6 mostra as frequências e percentagens para cada categoria encontrada, relativas à intenção de abandono, do clube onde desenvolve a sua carreira desportiva.

Quadro 6: Frequências e percentagens das razões apontadas para abandonar o clube.

Categorias	<i>N</i>	%
Exigência do nível competitivo	4	12.9
Competência/falta de potencial	6	19.4
Falta de condições do clube	10	32.3
Mudança de clube/conveniência	5	16.1
Preferência por outra modalidade	1	3.2
Conflito com outras actividades e interesses	1	3.2
Conflito com os estudos	4	12.9
Total	31	100

As categorias com maior percentagem são: **Falta de condições do clube (32.3%)** e **Competência/Falta de potencial (19.4%)**. As categorias com menos percentagem são: **Conflito com outras actividades e interesses (3.2%)** e **Preferência por outra modalidade (3.2%)**

4.2. Razões Apontadas para Abandonar a Modalidade.

Passamos a expor os resultados relativos às respostas obtidas, através de um quadro classificativo das dimensões e categorias encontradas, seguido de uma breve explicação do significado da categoria e de um exemplo.

Quadro 7 - Classificação das Dimensões e das Categorias Encontradas (Razões para abandonar a modalidade)

Dimensão	}	Categorias
Razões Para Abandonar a Modalidade		Insustentabilidade económica
		Conflito com os estudos
		Preferência por outra modalidade
		Conflito com outras actividades e interesses
		Falta de condições do clube/mudança de escalão/não existe/não me aceitam

Categorias:Insustentabilidade económica

Quando o atleta sente não vai tirar rendimentos da sua pratica desportiva

Exemplo: Porque há poucas oportunidades que valham a pena neste ramo, (A-1-3) não da para viver do futebol. (A-1-4)

Conflito com os estudos

Quando o atleta refere existir um conflito na relação entre estudos e prática desportiva

Exemplo: A universidade não me permite ter tempo (A-13-2)

Preferência por outra modalidade

Quando o atleta declara prioridade/preferência na prática de outra modalidade desportiva.

Exemplo: Não, Porque também gosto de praticar ciclismo.(A-15-2)

Conflito com outras actividades e interesses

Quando há uma incompatibilidade entre a prática da modalidade com outra actividade ou interesse pessoal. Exemplo: Não, Gostaria de continuar mas vou para a tropa (D-11-2)

Falta de condições do clube / Mudança de escalão/ Não existe /Não me aceitam

Quando o atleta refere que o clube não apresenta condições suficientes para a sua continuidade. Exemplo: Não, devido ás condições (A-7-3) e ao não aproveitamento dos jogadores da terra.

Quadro 8: Frequências e percentagens das razões/categorias apontadas para abandonar a modalidade

Categorias	<i>N</i>	%
Insustentabilidade económica	1	8.3
Conflito com os estudos	3	25
Preferência por outra modalidade	2	16.7
Conflito com outras actividades e interesses	3	25
Falta de condições do clube/mudança de escalão/não existe/não me aceitam	3	25
Total	12	100

As categorias com maior percentagem são: **Falta de condições do clube/mudança de escalão/não existe/não me aceitam (25%), Conflito com os estudos (25%) e Conflito com outras actividades e interesses (25%)**. As categorias com menos percentagem são: **Preferência por outra modalidade (16,7%) e Insustentabilidade Económica (8,3%)**.

4.3. Razões Apontadas Para Continuar no Clube.

Passamos a expor os resultados através de um quadro classificativo das dimensões e categorias encontradas, seguido de uma breve explicação do significado da categoria e de um exemplo.

Quadro 9: Classificação das Dimensões e das Categorias Encontradas (Razões para Continuar no Clube)

Dimensão	Categorias
Razões Para Continuar no Clube	Continuidade/ Continuidade na Formação
	Razões afectivas/ sentir-se bem tratado; acarinhado
	Paixão pelo clube
	Imagem do clube/ clube está ao nível da ambição do atleta
	Conveniência
	Falta de alternativas
	Gosto pela modalidade
	Gosto pela prática desportiva
	Empatia com o treinador
	Empatia com os colegas
	Qualidade das condições
	Saúde

Categorias:

Continuidade na formação

Quando o atleta refere a intenção de se manter na formação do mesmo clube.

Exemplo: “Sim, **Porque ainda sou júnior de 1º ano,**” (A-2-1)

Razões afectivas/sentir-se bem tratado, acarinhado

Quando o atleta diz sentir se bem no clube.

Exemplo: **“SIM, Porque me tratam cá bem”.** (I-18-1)

Paixão pelo clube

Quando o atleta revela um amor ao clube que influencia as suas opções.

Exemplo: “Porque é o clube da terra e gosto de o representar”. (C-4-1)

Imagem do clube está ao nível da ambição do atleta

Quando o clube esta na mesma linha de ambições do atleta.

Exemplo: “Sim. Porque é onde tenho possibilidade de jogar/andar”. (G-7-1)

Conveniência

Quando o atleta se mantém no clube por achar mais conveniente/ser a melhor alternativa no momento. Exemplo: “Sim. Porque estou perto de casa”. (B-5-1)

Falta de alternativas

Quando o atleta fica por não ter outra alternativa/opção

Exemplo: “Sim. Porque não tenho proposta para outro clube “. (B-3-1)

Gosto pela modalidade

Quando o atleta deseja manter-se por gostar da modalidade/ futebol

Exemplo: “Sim. Porque gosto de praticar futebol”. (C-13-1)

Gosto pela prática desportiva

Quando o atleta manifesta prazer pela pratica desportiva

Exemplo: “Sim. Porque gosto de praticar desporto”. (C-12-1)

Empatia com o treinador

Quando o atleta gosta do seu treinador/formador

Exemplo: “ sim, gosto do treinador”. (B-6-2)

Empatia com os colegas

Quando o atleta demonstra gostar dos seus colegas

Exemplo: “SIM, conheço os colegas”. (D-1-2)

Qualidade das condições

Quando o atleta se manifesta agradao com a qualidade das condições do clube

Exemplo: “Sim, porque me dão boas condições”. (E-6-2)

Saúde

Quando o atleta salienta a importância da pratica desportiva para o seu bem-estar e saúde.

Exemplo: “Sim..., porque faz bem a saúde”. (F-4-3)

O quadro 10 mostra as frequências e percentagens, relativas à intenção de manutenção da prática desportiva no mesmo clube, para cada categoria encontrada.

Quadro 10: Frequências e percentagens das razões apontadas para continuar a praticar a modalidade no mesmo clube

Categorias	<i>N</i>	%
Continuidade/ Continuidade na Formação	16	17
Razões afectivas/ sentir-se bem tratado; acarinhado	19	20.2
Paixão pelo clube	26	27.7
Imagem do clube/ clube está ao nível da ambição do atleta	8	8.5
Conveniência	5	5.3
Falta de alternativas	2	2.1
Gosto pela modalidade	7	7.4
Gosto pela prática desportiva	1	1
Empatia com o treinador	1	1
Empatia com os colegas	1	1
Qualidade das condições	6	6.4
Saúde	2	2.1
Total	94	100

As categorias com maior percentagem são: **Paixão pelo clube (27.7%)** e **Razões afectivas/ sentir-se bem tratado; acarinhado (20.2%)**. As categorias com menos percentagem são: **Empatia com o treinador (1%)** e **Gosto pela prática desportiva (1%)**.

Observação: percentagem total do “N” das categorias é superior a 100%, significa que alguns atletas referiram mais do que um motivo para continuar ou abandonar. Assim, essas respostas foram enquadradas em mais do que uma categoria.

4.4. Previsão da Intenção de Continuar ou de Abandonar o Desporto que Pratica Actualmente, na Próxima Época.

Perguntas aplicadas:

Pergunta 1: tenho intenção de continuar a praticar o desporto que pratico actualmente

Pergunta 2: estou a pensar abandonar a prática do desporto que pratico actualmente

Pergunta 3: quero praticar o desporto que pratico actualmente

Pergunta 4: não estou a pensar continuar a praticar o desporto que pratico actualmente

Pergunta 5: estou a pensar praticar o desporto que pratico actualmente

Pergunta 6: em princípio, vou deixar de praticar o desporto que pratico actualmente

Pergunta 7: tenho que praticar o desporto que pratico actualmente

Pergunta 8: estou determinado a praticar o desporto que pratico actualmente

Intenção de praticar = 1, 3, 5, 7, 8.

Intenção de abandonar = 2, 4, 6.

Quadro 11: Intenção de continuar a praticar o desporto que pratica actualmente.

	N	Minimo	Maximo	Media	Desvio Padrão
Pergunta1	133	1	5	4,68	,691
Pergunta3	133	1	5	4,67	,693
Pergunta5	133	1	5	4,64	,721
Pergunta7	133	1	5	4,15	1,138
Pergunta8	133	1	5	4,45	,957
Valid N (listwise)	133				

Quadro 12: Intenção de abandonar o desporto que pratica actualmente.

Estatística descritiva					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
Pergunta2	133	1	5	1,32	,656
Pergunta4	133	1	5	1,43	,923
Pergunta6	132	1	5	1,44	,858
Valid N (listwise)	132				

Fundimos 2 sub escalas (intenção continuar; intenção abandonar) numa 1 única, efectuando-se posteriormente á sua inversão. Por existirem muitos valores na escala única, classificamos as escolhas dos atletas através do seu valor máximo, assim passam a classificar-se os valores por meio do seu número máximo:

Quadro 13: Classificação numérica dos valores globais.

menor ou igual a 2.5 = 2.5
[2.6 – 3.0] = 3
[3.1 – 3.5] = 3.5
[3.6 – 4.0] = 4
[4.1 – 4.5] = 4.5
[5.6 – 5] = 5

Quadro 14: Escolha Global da intenção de continuar ou abandonar.

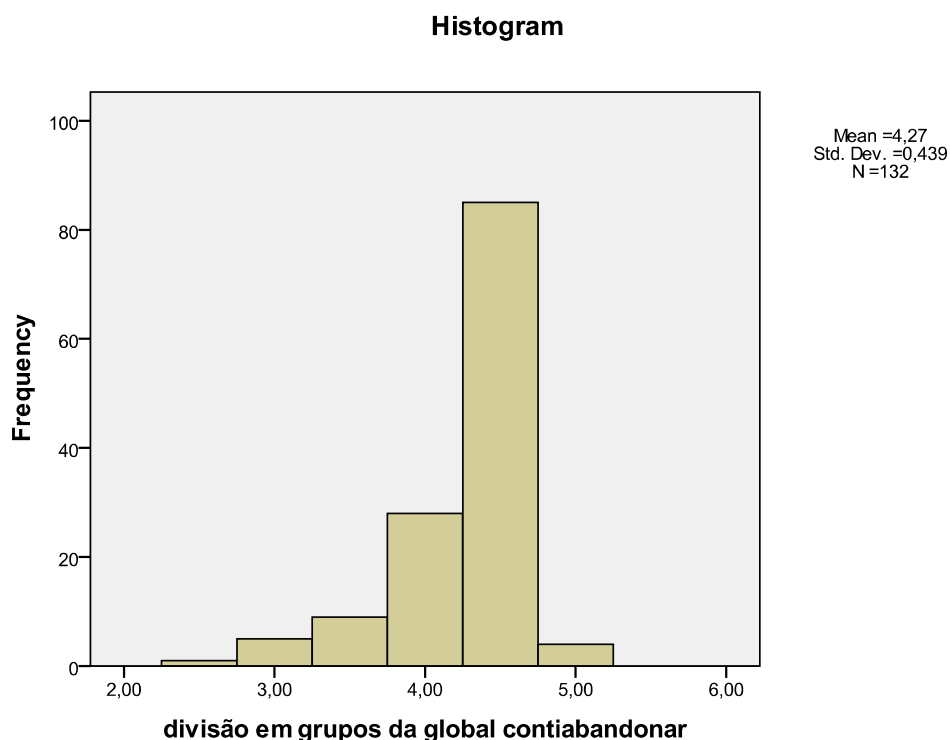
Escolha global continuar/abandonar					
		Frequencia	%	% Válida	% acumulad
Valid	2,50	1	,8	,8	,8
	3,00	5	3,8	3,8	4,5
	3,50	9	6,8	6,8	11,4
	4,00	28	21,1	21,2	32,6
	4,50	85	63,9	64,4	97,0
	5,00	4	3,0	3,0	100,0
	Total	132	99,2	100,0	
Missin	Syste	1	,8		
g	m				
Total		133	100,0		

Como podemos analisar na tabela 3, a opção de escolha “4” (21.2%), “4.5” (64.4%) e “5” (3%) tem maior frequência e conseqüentemente maior percentagem. Eles representam 88.6% da amostra, que representa a intenção de continuar.

A opção de escolha “3.5” representa os atletas indecisos, ou seja, atletas sem uma clara intenção de continuar ou abandonar, sendo por isso classificados como indeferidos, pelo que não contam para o nosso estudo.

A opção de escolha “2.5” (0,8%) e “3.0” (3.8%) somam o total de 4.6% que representa a intenção de abandonar.

Histograma 1: Frequências Globais de Intenção (continuar /abandonar)



DISCUSSÃO

5. DISCUSSÃO DE RESULTADOS

5.1. Motivos Invocados Para a Intenção de Abandonar o Clube

5.1.1. Motivos Mais Valorizados Para a Intenção de Abandonar o Clube:

Falta de Condições do Clube (32.3%)

O resultado do nosso estudo corrobora o resultado de outros estudos internacionais da área. As fases de transição entre cada período da carreira desportiva, podem despoletar crises. Uma das principais circunstâncias que reforçam uma crise é a criação de barreiras objectivas como por exemplo as lesões ou a falta de condições para treinar (Stambulova, 1993; 1994). Estas barreiras objectivas foram encontradas pelos atletas do nosso estudo. **Assim tal como em estudos anteriores, a falta de condições para treinar revelaram ser uma das principais razões para abandonar o clube (32.3%).**

Algo terá de ser feito pelas entidades competentes: políticas, governamentais, autárquicas.

O próprio modelo de gestão e o processo organizacional dos clubes deverá ser revisto, para evitar o abandono precoce destes atletas.

Devemos assim tecer algumas críticas às entidades responsáveis, nomeadamente autarquias, e mesmo aos próprios clubes, partindo do pressuposto que “os equipamentos desportivos devem ser, tanto quanto possível abrangentes, para que possam ter maiores índices de ocupação e possibilitarem uma maior oferta desportiva” (Cunha, L., 2007).

Cabe assim às autarquias o equilíbrio entre a integração dos clubes no meio social local e a adaptação às novas realidades do desporto, potenciando a acção dos clubes na sociedade.

O desenvolvimento desportivo depende da quantidade de investimento e da aposta na qualidade dos diversos equipamentos desportivos e, segundo a Carta Europeia do Desporto, o aumento do espaço desportivo influencia directamente a prática desportiva.

Todas as instalações desportivas devem apresentar qualidade para que os utilizadores se sintam cómodos, e seja criado um ambiente positivo para as pessoas (Correia, A., 1998).

Refere também que é importante o apetrechamento dos equipamentos, pois a falta de materiais ou materiais inadequados ou degradados, criam insatisfação nos praticantes, o que leva ao abandono.

No sentido oposto as instalações desportivas que satisfazem o praticante são fonte de desenvolvimento desportivo, o que leva ao aumento da prática desportiva (Cunha, L.,2007).

Neste sentido é relevante que as organizações conheçam as necessidades de instalação e apetrechamento com vista a realização das suas necessidades e objectivos.

De seguida referimos somente algumas das diversas obrigações das autarquias, que pensamos estarem associadas às limitações encontradas:

.Planear a construção de equipamentos desportivos;

.Gerir e remodelar os equipamentos desportivos existentes;

.Apoiar projectos desportivos no âmbito dos quadros competitivos locais, regionais e nacionais.

Os clubes desportivos tradicionais desempenham um papel social e desportivo fundamental na sociedade portuguesa, possibilitando a prática desportiva a milhares de crianças e jovens. Existem no entanto dificuldades aumentadas na sua gestão, essencialmente devido a uma evolução surpreendente do desporto, que se realizou mais depressa que a sua capacidade de adaptação á sociedade actual. É essencial para a sobrevivência das organizações desportivas na sociedade actual, a elaboração e transmissão de conhecimentos, conteúdos e instrumentos de trabalho. O desporto evoluiu de forma inesperadamente acelerada nos últimos anos, aumentando as dificuldades nos clubes desportivos tradicionais que ainda não souberam ou tiveram capacidade de se adaptar as novas exigências da sociedade actual, sedenta de evolução e desenvolvimento. A continuidade de centenas de clubes desportivos está ameaçada pela evolução de uma sociedade globalizada. A sobrevivência está dependente da capacidade de antecipar a mudança e da utilização de instrumentos que permitam um equilíbrio entre a oferta dos clubes e a necessidades das populações.

A modernização é uma ferramenta para o progresso, “optar pela modernização em tempo útil, de métodos, de procedimentos, infra-estruturas, enquadramentos normativos, mas também

por mudanças de mentalidade e de cultura” (Constantino, 1999). No mesmo sentido os autores falam na Globalização, e na capacidade de prever, planejar e agir no desporto “prever a maneira de preparar o futuro, planeando ideias, organizando processos que visem a sustentabilidade dos recursos e alcance dos objectivos programáticos” (Pires, G. 2006).

Deve ser criada uma estratégia de desenvolvimento desportivo, de forma a tentar resolver as necessidades e definir prioridades para se atingirem os objectivos propostos.

As **Câmaras Municipais** concedem normalmente diversos tipos de apoio, nomeadamente:

- . **Apoio Financeiro** - para fomento de modalidades desportivas, para realização de obras e benefício nas instalações sociais e desportivas, para construção de novos equipamentos desportivos, para participação e organização de eventos desportivos;
- . **Apoio Técnico** - na elaboração de projectos e acompanhamento de obras, na organização e realização de iniciativas desportivas;
- . **Apoio Logístico** – na cedência de transportes, de materiais e equipamentos de suporte á organização de iniciativas desportivas, na cedência de instalações, etc;
- . **Apoio Institucional** – no estabelecimento de contactos e de influências junto da iniciativa privada, com objectivo de angariar patrocínios para actividades e /ou modalidades desportivas e no relacionamento com organismos da administração central, nomeadamente no que diz respeito a candidaturas a determinados fundos comunitários ou á obtenção de participações financeiras para a elaboração de projectos e/ou obras de construção de novas instalações desportivas;
- . **Apoio na Cedência de Terrenos** – seja destinado á construção de equipamentos desportivos, espaços comerciais ou outro, cujos exemplos mais comuns são a construção e venda de imóveis e a construção e exploração de bombas de gasolina ou salas de jogo bingo).

Importa definir quais as verdadeiras limitações quando os atletas referem a falta de condições do clube, isto para evitar que aconteçam, respondendo assim as necessidades sentidas pelos atletas jovens.

Competência / Falta de Potencial (19.4%)

Como referido noutros estudos, a percepção de (in) competência exerce influência na decisão dos jovens em abandonar a prática desportiva (Fonseca, 2004).

Tal como nos estudos internacionais (Murphy, 1995; Cooke, 2003) encontrámos nas respostas dos atletas do nosso estudo, referências relativas à intenção de abandonar o clube e a modalidade por motivo de corte ou dispensa / por ser afastado. Exemplo:

“ Não vou continuar, devido às condições e ao não aproveitamento dos jogadores da terra”.

Segundo um autor (Cooke, 2003) “abandonar por ser afastado” é um motivo muito invocado. Muitas vezes os jovens sentem que não tem as devidas oportunidades para mostrarem aquilo que realmente valem, uma vez que são afastados por razões ligadas a idade, ao número excessivo de praticantes, *a falta de equipamentos ou instalações* e a inadequados programas de prática desportiva. Outro autor (Fonseca, 2004) também menciona algumas destas razões e, segundo ele estas parecem destacar-se das restantes no modo como exercem influência na decisão dos jovens em abandonar a prática desportiva. São elas: “o conflito de interesses”, “a falta de prazer”, *“a percepção de (in) competência”*, o *“excessivo ênfase na competição”* ou as lesões.

Percebemos que os atletas decidem abandonar por perceberem que não tem potencial ou competência necessária para integrarem o grupo. Mas sabemos também que o papel do treinador nesta fase ou época de crise do atleta é deveras importante, pois o treinador tem uma cota parte de responsabilidade no que respeita à motivação e à tentativa de melhoramento do desempenho de todos os atletas do grupo, e não somente de uma parte do grupo. Assim releva-se ser necessária a atenção, por parte do treinador, a aspectos de motivação psicológica dos seus atletas, com vista a altos e constante níveis de motivação para a prática da modalidade, por parte de todos os atletas que compõem o grupo, especialmente nesta fase de transição importante que os atletas passam e que por um descuido ou desatenção do treinador , pode leva-los ao afastamento.

É altamente recomendável que treinadores e administradores desportivos comuniquem com o atleta quando ele está no activo e não somente no final da carreira ou no momento

crítico de uma transição (Stambulova et al, 2007).

Atletas orientados por treinadores que brindam os seus atletas com mais instrução e reforço a nível técnico e emocional, obtiveram transições mais bem sucedidas rumo à fase seguinte da carreira, do que atletas orientados por treinadores menos atentos a estes aspectos (Alfermann e Würth, 2001).

É necessário promover as razões de continuidade (paixão pelo clube; razões afectivas, sentir-se bem tratado, acarinhado) que as pessoas gostam para se manterem na modalidade e no clube. É igualmente necessário evitar aquelas razões (falta condições do clube, conflito com os estudos, conflito com outras actividades e interesses) que levam os atletas a abandonar/afastar.

5.2. Motivos Invocados Para a Intenção de Abandonar a Modalidade

5.2.1. Motivos Mais Valorizados Para a Intenção de Abandonar a Modalidade:

Falta de Condições do Clube / Mudança de Escalão/não existe/não me aceitam (25%)

O resultado do nosso estudo corrobora a opinião de importantes estudos internacionais (Stambulova, 1993; 1994) em que se afirma que as fases de transição entre cada período da carreira desportiva, podem despoletar crises. Uma das principais circunstâncias que reforçam uma crise é a criação de barreiras objectivas como por exemplo as lesões ou a falta de condições para treinar. Estas barreiras objectivas foram encontradas pelos atletas do nosso estudo. **Assim a falta de condições para treinar revelaram ser, mais uma vez, a principal razão para abandonar, quer a modalidade (25%), quer o clube (32.3%) como visto anteriormente.** Neste sentido aplicamos e relembramos as criticas feitas anteriormente no item “Motivos Mais Valorizados Para a Intenção de Abandonar o Clube”, por **Falta de condições do clube (32.3%), neste item de “Motivos Mais Valorizados Para a Intenção de Abandonar a Modalidade” por Falta de condições do clube/mudança de escalão/não existe/não me aceitam (25%).**

Conflito com os Estudos (25%)

O estado de arte sobre o tema do abandono precoce devido a incompatibilidade com os estudos é sinceramente relevante. Vários autores se debruçaram sobre este tema, tal como vimos na revisão de literatura. Segundo eles o motivo preponderante para o abandono precoce da prática desportiva é a incompatibilidade entre a formação académica e a vida desportiva. Segundo estes o abandono ocorre por vezes, precisamente nos períodos críticos da carreira desportiva, ou seja, no início da fase de obtenção de resultados de expressão internacional, que coincidem com a importante fase de transição académica, obtendo desse processo vários prejuízos.

O atleta e a família são obrigados a tomar uma decisão conjunta, que não permite conciliar a escola com o desporto. Ou seja, o clube pode perder um atleta que tem potencial caso ele opte pelo estudo, ou o atleta pode ter as suas possibilidades académicas limitadas pela interrupção dos estudos.

A relação entre a carreira desportiva e os estudos é conflituosa, pois à medida que o atleta evolui na sua carreira, mais dificilmente consegue harmonizar os treinos com a escola. Por exemplo, quando o momento da transição desportiva para o desporto adulto ou profissional chega ao mesmo tempo em que se dá a transição do ensino secundário para a universidade no âmbito escolar. Ou seja, são duas transições coincidentes e simultâneas que exigem dedicação e, às vezes, a opção pela continuação dos estudos ou pela carreira de atleta.

O binómio desporto e educação devem servir como modelo para que o atleta esteja mais bem preparado para a vida pós-desportiva, independentemente do fim da carreira acontecer precocemente ou no final de uma carreira desportiva profissional.

Neste sentido podemos perceber que o conflito com os estudos é uma razão deveras relevante para abandonar a prática da modalidade e no mesmo sentido para abandonar o clube, tendo em conta que os atletas podem tentar continuar a prática da modalidade noutro clube, na cidade para onde vão prosseguir os estudos, resta saber até que ponto a paixão pela prática da modalidade aguenta este conflito. Por norma sem um pré-acordo

estabelecido entre treinador e atleta, o atleta acaba por abandonar. Ao invés se chegaram a acordo e o atleta tiver permissão para poder faltar ou chegar atrasado a determinados treinos, o atleta poderá continuar na modalidade e no clube para bem de todos: modalidade, clube, atleta, treinador, equipa, etc.

Este é um motivo deveras relevante, pois na fase de transição que nos propusemos estudar, este não é o motivo mais enumerado, mas o segundo mais enumerado, o que nos leva a concluir que esta fase de transição da carreira dos atletas é despoletadora de potenciais crises: social, psicológica, de identidade. É uma fase que necessita de reflexões importantes. Mesmo tendo todo o apoio familiar e do seu meio social ao longo de etapas anteriores, pensamos ser nesta fase que o atleta necessita de uma verdadeira reflexão conjunta, ponderada e decisiva. É importante para o atleta que o seu treinador seja menos rígido e mais flexível, com estes casos, pois através de acordos com o atleta que possibilitem a ausência em alguns treinos ou partes de treinos, permite a manutenção do atleta na modalidade e por vezes também no mesmo clube.

Achamos também que as associações desportivas universitárias devem criar modelos de competição que preencham estas necessidades dos atletas estudantes.

Conflito com Outras Actividades e Interesses (25%)

O conflito com outras actividades e interesses foi bastante enumerado como razão para abandonar a modalidade (25%), já para abandonar o clube este item teve uma relevância menor (3,2%). Isto poderá querer dizer que o futebol é uma modalidade demasiadamente exigente, relativamente ao tempo e energia que nele é dispendido. Assim podemos comparar os nossos resultados aos resultados de outros estudos internacionais (Stambulova, 1993, 1994) que conseguiram, por meio dos seus estudos, identificar problemas e dificuldades em cada uma das possíveis crises ao longo da carreira desportiva, numa dessas crises “Transição para treino intensivo especial” começa o trabalho para os resultados, constitui novas e mais dificuldades, nos altos níveis de competição, modificação na coordenação entre geral e específico, com predomínio principal da preparação específica, onde os atletas irão enfrentar desafios para ultrapassar

esta possível crise. Os desafios dos atletas nesta crise são vários mas de acordo com a autora um deles é: "A necessidade de harmonizar actividades desportivas com o estudo, treino profissional e **outros interesses do atleta**, tendo em conta que o desporto requer acréscimo de tempo e de energia" o que corrobora os resultados do nosso estudo.

A faixa etária estudada coincide com uma das fases mais difíceis e conturbadas da adolescência, nesta fase existem muitas actividades e interesses que o indivíduo quer explorar além da normal actividade desportiva. O indivíduo sente necessidade de explorar o mundo e busca outras fronteiras, outras metas, outros objectivos. É inevitável. Esta é a razão menos problemática para os treinadores, pois não coloca nenhuma dúvida ou questão sobre o seu trabalho ou profissionalismo. O ser humano sempre buscou e sempre irá buscar novas experiências ao longo da história.

5.3. Motivos Invocados Para a Intenção de Manter a Prática Desportiva da Modalidade e no Mesmo Clube

5.3.1. Motivos Mais Valorizados Para a Intenção de Continuar a Prática da Modalidade no Mesmo Clube:

Os motivos mais indicados pelos atletas para continuar a carreira desportiva no mesmo clube na próxima época são: **a paixão pelo clube e as razões afectivas, como sentir se bem tratado e acarinhado**. Não encontramos nenhum estudo com motivos semelhantes ao encontrado no nosso estudo.

Valores, crenças, normas e tradições podem, muitas vezes ajudar a perceber determinados resultados encontrados em pesquisas (Stambulova, et al, 2007).

Como encontrado no nosso estudo, o valor cultural pesa bastante na tomada de decisão dos atletas, quando estes ponderam escolher um novo clube ou mesmo outra modalidade desportiva. Assim a escolha pelo clube da terra de origem é um factor muito enumerado pelos atletas do nosso estudo, o que nos leva a pensar que existem um conjunto de valores que é manifestamente importante para estes atletas. Este conjunto de valores a que as pessoas aderem é que são a própria identidade da pessoa. Há uma forte componente psicoafectiva e cultural nos resultados encontrados, vejamos:

- . Gosta da sua terra por um conjunto de razões que são específicas da sua terra;
- . Há uma entidade coletiva (clube) que assume esses valores, a pessoa/atleta ao ligar-se ao clube está a ligar-se á terra.
- . Há uma identidade sócio cultural característica do lugar onde vive e que é representado pelo clube.

Há elementos fortes que prendem o atleta á prática desportiva. Na faixa etária 16-18 anos as âncoras que ligam os atletas ao clube são a paixão pelo clube e o bom trato proporcionado pelo clube. Retiramos daqui que a gestão do treino deve ter em conta os aspectos encontrados. Apesar de estudar a intenção de continuar estão a ser retirados elementos para evitar o abandono.

Relativamente à modalidade:

Existe um equilíbrio atracção / repulsão daquilo que dá prazer ao atleta. Há um desequilíbrio de forças. Há momentos em que o lado externo à modalidade passa a ter mais força/peso, é aí que o atleta abandona. É necessário fazer uma avaliação das necessidades da modalidade, para que o futebol se torne mais atractivo do que as restantes modalidades.

Relativamente ao clube:

O clube deve perceber quais as razões internas para as promover. Ele pode se organizar no sentido de ir ao encontro das necessidades dos jovens.

Exige-se organização e respostas àquilo que as pessoas/atletas procuram, se não houver respostas, as pessoas/atletas abandonam.

Importa definir quais as verdadeiras faltas de condições do clube para evitar que aconteçam, respondendo desta forma às necessidades sentidas pelos atletas.

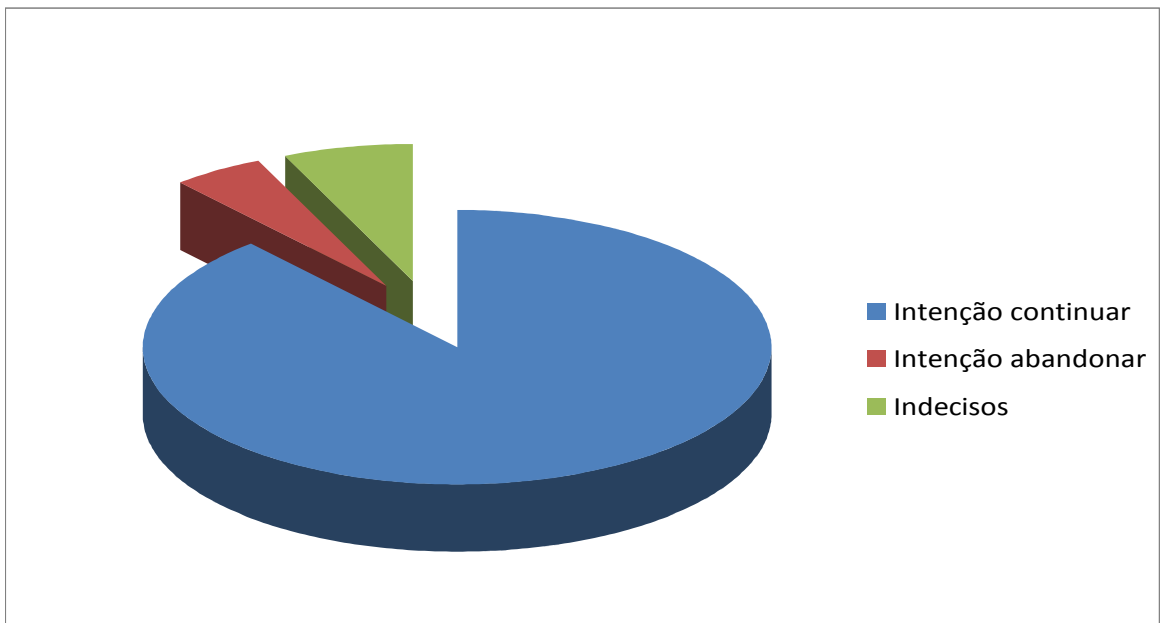
5.4. Previsão Global da Intenção de Prática no Desporto que Pratica Actualmente, na Próxima Época.

88.6 % representa a intenção de continuar.

4.6 % representa a intenção de abandonar.

6.8 % representa os indecisos (não conta).

Gráfico 1: Gráfico Representativo da Previsão Global da Intenção de Prática no Desporto que Pratica Actualmente, na Próxima Época.



CONCLUSÕES

6. CONCLUSÕES

Tendo em conta as hipóteses formuladas no início do estudo:

1º Hipótese: Existe uma percentagem significativa de atletas de futebol que abandonam a carreira desportiva na fase de transição de júnior para sénior, no distrito de Évora;

É maior a percentagem de atletas que têm intenção de continuar (88.6%) do que a percentagem de atletas que têm intenção de abandonar (4.6%) contrariando assim a primeira hipótese deste estudo.

2ª Hipótese: Os atletas abandonam a prática desportiva, nesta faixa etária devido a razões extrínsecas, ou seja, não directamente relacionadas ao desporto;

A 2ª hipótese deste estudo confirma-se, pois razões extrínsecas ao desporto como a incompatibilidade com os estudos revelaram ser uma das razões mais fortes para abandonar a modalidade (25%), juntamente com conflito com outras actividades e interesses (25%). Encontramos no entanto, uma forte contradição a esta 2ª hipótese: a falta de condições do clube (25%) é uma das razões mais fortes para abandonar a modalidade e o clube, sendo esta uma razão intrínseca ao desporto. Portanto os atletas não abandonam a prática desportiva somente por razões extrínsecas, mas também por razões intrínsecas que estão directamente relacionadas com o clube e a modalidade.

Ao analisar os motivos que levam os jovens atletas a terem intenção de continuar no clube e na modalidade conclui-se:

Paixão pelo clube (27.7%)

Razões afectivas/ sentir-se bem tratado; acarinhado (20.2%).

Ao analisar os motivos que levam os jovens atletas a terem intenção de abandonar o clube e a modalidade conclui-se:

Abandono por conflito com estudos; os atletas referem abandonar quer o clube quer a modalidade por conflito com as actividades académicas, o que vai de encontro às conclusões de outros estudos na área, quer nacionais quer internacionais.

Abandono por falta condições do clube; o que leva a concluir que as necessidades a nível de equipamentos, materiais, infra-estruturas, etc, não preenchem as necessidades dos clubes do distrito.

Abandono por conflito com outras actividades e interesses; os atletas abandonam quando há uma incompatibilidade entre a prática da modalidade com outra actividade ou interesse pessoal.

Abandono por motivos de falta de competência /potencial; os atletas abandonam por acharem que não tem competência ou potencial suficiente para praticar a modalidade ou para a praticarem no clube onde praticam actualmente, sendo que optam por mudar de clube.

Delimitações

Conforme sugerido por Wyllemann, Lavallee e Alfermann (1999), o estudo foi feito “in vivo” de maneira a abordar a transição durante o período em que ela realmente ocorre, ou seja, na Categoria Júnior de que envolve atletas de 16 a 18 anos de idade e que se refere ao exacto período em que os atletas vivem com a possibilidade de uma futura carreira profissional. Participaram desta pesquisa 133 atletas juniores de clubes do Distrito de Évora.

Limitações

Uma limitação deste estudo foi a amostragem por conveniência composta por atletas pertencentes apenas a clubes localizados no Distrito de Évora. Dentro deste parâmetro, há ainda que alertar que a amostra não representa a totalidade dos atletas juniores do distrito, pois 2 clubes optaram por não colaborar no estudo e no mesmo sentido nem todos os atletas responderam ao questionário.

SUGESTÕES PARA FUTUROS ESTUDOS

7. SUGESTÕES PARA FUTUROS ESTUDOS

Após a elaboração dos dados recolhidos e retiradas as conclusões, sugere-se que:

- . Se estudem outras transições na região sul do país e com isso melhor entender o processo de transição e o abandono da carreira desportiva destes atletas;
- . Se estude o abandono ao longo das diferentes faixas etárias da adolescência;
- . Se estude o abandono e se avaliem outros factores como a noção de planeamento da carreira, a influencia dos métodos do treinador, a influência dos pais e amigos, o nível de estudos dos atletas;
- . Se estude a influência das organizações desportivas e dos equipamentos desportivos, na intenção de abandono da prática desportiva na zona sul de Portugal.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alfermann, D. Career transition and concomitant changes in athletes. In: **Proceedings of the 11th World Congress of Sport Psychology**; 2005 Aug 5-19; Sydney, Austrália. Sydney: International Society of Sport Psychology, 2005. CD ROM.

Alfermann, D. & Stambulova, N. Career Transitions and career termination. In: G. Tenenbaum e R. C. Eklund (Eds), **Handbook of Sport Psychology** (3rd ed., p.712-736). New York, Wiley, 2007.

Alfermann, D., Stambulova, N., Zemaityte, A. Reactions to sport career termination: a cross-national comparison of German, Lithuanian, and Russian athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, 5, p. 61–75, 2004.

Alfermann, D. & Wurth, S. Coach-athlete interaction in youth sport. In Papaioannou, A., Goudas, M. & Y. Theodorakis, Y. (Eds.) **In: The dawn of the new millennium. Program and proceedings of the 10th World Congress of Sport Psychology**. Thessaloniki, Greece: Christodoulidi Pub., v.3, p. 165-166, 2001.

Alfermann, D. Causes and Consequences of Sport Career Termination. In: Lavalley, D. & Wyllemann, P. (Eds.), *Career Transitions in Sport: International Perspectives*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, p. 45-58, 2000.

Barros, F. (2002). O abandono da prática desportiva no Basquetebol. Um estudo em jovens masculinos dos 11 aos 18 anos do distrito de Coimbra. Monografia de licenciatura. FCDEF-Coimbra.

Becker Júnior, B. El efecto de tecnicas de imaginacion sobre patrones e lectroencefalograficos, frecuencia cardiaca y en el rendimiento de praticantess de baloncesto com puntuaciones altas y bajas en el tiro libre. Tesis (Doctoral) - Facultad de Psicologia, Universidad de Barcelona, Barcelona, 1996.

Bloom, G. *Developing talent in young people*. New York: Ballantine Books, 1985.

Bobrige, K., Gordon, S., Walker, A. & Thompson, R.. Evaluation of a career transition program for youth cricketers. *Australian Journal of Career Development*, 12, p. 19-27, 2003.

Botterill, C. (1994) “A definição de objetivos e o desenvolvimento do atleta”. *Revista Horizonte*, nº 62, pp 43-49.

Brandão, M.R.F.; Akel, M.C.; Andrade, S. A.; Guiselini, M. A. N.; Martini, L. A; Nastás, M. A. Causas e Consequências da Transição de Carreira Esportiva: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira Ciência e Movimento*; 8(2): p. 49-58, 2000.

Brewer, B.W.; Van Raalte J.L. & Petitpas, A.J. Self-identity issues in sport career transitions. In: Lavalee, D. & Wyllemann, P. (Eds.) **Career Transitions in Sport: International Perspectives**. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, p. 29-43, 2000.

Bussmann, G. & Alfermann, D. Drop out and the female athlete – A study with track and field. In: Hackfort, D. (Ed), **Psycho-Social Issues and Interventions in Elite Sports**, Frankfurt am Main, Peter Lang, p. 89-128, 1994.

Burton, D. & Martens, R. (1986). Pinned by their own goals. An exploratory investigation into why kids dropout of wrestling. *Journal of Sport Psychology*, 8, 183-197.

Cooke, G. (2003) - I am Sorry Coach, y Quit. *Sports Coach*, Vol. 26, nº1, pp. 14-16.

Côté, J. (1999) - The influence of the family in the development of talent in sport. *The sport Psychologist*, 13, p. 395-417, 1999.

Coelho e Silva e Garcia da Silva (2003) - “Procura desportiva satisfeita e razões para o abandono da pratica desportiva na população jovem da ilha do Faial”. *Revista Ludens* - volume 17, nº 3, Jul-Set. 2003, pp 11-19.

Constantino, J. (1999) - *Desporto, Política e Autarquias*, Livros Horizonte, Lisboa.

Crook, J. & Robertson, S. (1991) “Transition out of elite sport”. *International Journal of Sport Psychology*, 22, pp 115-127.

Cruz, J. (1996). *Motivação para a Prática e Competição Desportiva*, in J.F. Cruz (Ed.) *Manual da Psicologia do Desporto*, (pg. 305-331). Braga: SHO.

Cruz, J. ; Costa, S. ; Rodrigues, M. ; & Ribeiro, M. (1988). *Motivação para a Prática e Competição Desportiva*, in *Revista Portuguesa de Educação*, vol. 1, pp. 113-124.

Cunha, L. (2007). *Os Espaços do Desporto – Uma Gestão para o Desenvolvimento Humano*, Lisboa, Almedina.

Davidoff , L. **Introdução à Psicologia**. São Paulo: Mc Graw-Hill, 1983.

Donnelly, P. (1993). Problems associated with youth involvement in high-performance sport. In: Cahill, B. R. & Peral, A. J. (Eds.), *Intensive participation in children’s sports*. Champaign, IL: Human Kinetics, p. 95-126, 1993.

Durand, N. (1988). *El nino e el deporte*. Barcelona. M.E.C, pp 37-38

Eduards, L. **Sports Psychology**. 2.ed. USA: CBS College Publishing, 1968.

Emrich, E.; Altmeyer, L. & Papathanassiou, V. Career counseling in an Olympic Center – a German experience. In: Hackfort, D. (Ed), *Psycho-Social Issues and Interventions in Elite Sports*. Frankfurt am Main: Peter Lang, p. 199-235, 1994.

Ericson, K.A. Development of Elite Performance and Deliberate Practice: An Update From the Perspective of the Expert Performance Approach. In: Starkes, J. L. & Ericsson, K. A. (Eds.) *Expert performance in sports: advances in research on sports expertise*. Champaign, IL: Human Kinetics, p. 49-83, 2003.

FEPSAC. Fepsac and Sports Career Transitions. In: Wyllemann, P.; Lavalley, D. & Allfermann, D. (Eds). **Career transitions in competitive sports**. Biel, Switzerland: European Federation of Sport Psychology Monograph Series, p. 27-29, 1999.

Fernandes, U. (1991) “Saber acabar”. *Revista Treino Desportivo*, 21, pp 18-21.

Fernandez, A.; Stephan, Y.; Fouquereau, E. (2006). Assessing reasons for sports career termination: Development of the Athletes' Retirement Decision Inventory (ARDI), pp. 1-15.

Fonseca, A. (2004). O Fenómeno do Abandono da Prática Desportiva Juvenil. Os Jovens e o Desporto: Oportunidades e Dificuldades. Confederação do Desporto de Portugal. Alges, pp. 29-49.

Gordon, S.; Lavalley, D. & Grove, R. J. Career Assistance Program Interventions in Sports. In: *Handbook of Research in Applied Sport and Exercise Psychology: International Perspectives*. Morgantown: West Virginia University, p. 233-243, 2005.

Grove, R.J.; Lavalley, D. & Gordon, S. Coping with retirement from sport: The influence of athletic identity. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, p. 191-203, 1997.

Grove, J. R., Lavalley, D., Gordon, S. & Harvey, J. H. Account-Making: A model for understanding and resolving distressful reactions to retirement from sport. **The sport Psychologist**, 12, p. 52-67, 1998.

Gomes, R. (2001). A promoção da comunicação entre treinadores e pais na iniciação e formação desportiva de crianças e jovens. *Revista Treino Desportivo*. Nº13, Março, pp. 30-37.

Gould, D. (1987) Understanding attrition in Children's Sport. *Advances in Pediatric Sport Science*. Human Kinetics, II, 61-85.

Gould, D. Feltz, D.; Horn, T.; Weiss, M. (1981) Reasons for attrition in competitive youth swimming. *Journal of Sport Behavior*. Vol 5 (3), pp. 155-165.

Gould, D. & Horn, T. (1984). Participation Motives in Young Athletes. In *Psychological Foundations of Sport*. (359-370) J. Silm & R. Weinberj (Eds). Champaign, I11: Human Kinetics.

Guillet, E.; Sarrazin, P.; Curry (2000). L' abandon sportif: de l'approche descriptive aux modèles interactionnistes. *Science & Motricité*, 41, pp. 47-60.

Hackfort, D. A Conceptual Framework and Fundamental Issues for Investigating the Development of Peak Performance in Sports. In: Hackfort, D. & Tenebaum, G. (Eds.) *Essential Processes for Attaining Peak Performance*. Oxford: Meyer & Meyer Sport (UK), p. 11-25, 2006.

Hackfort, D. & Henschen, K. The Action Theory Approach in Sport Psychology. In: *Proceedings of the 11th World Congress of Sport Psychology; 2005 Aug 5-19; Sydney, Austrália*. Sydney: International Society of Sport Psychology; 2005. CD ROM.

Hackfort, D. & Huang, Z. Considerations for Research on Career Counseling and Career Transition. In: **Handbook of Research in Applied Sport and Exercise Psychology: International Perspectives**. Morgantown: West Virginia University, p. 245-255, 2005.

Hernandez, J.A.E.; Voser, R.C.; Lykawka, M.G.A. Motivação no esporte de elite: comparação de categorias do futsal e futebol. *Revista Digital* ano.10 n. 77, - Buenos Aires, 2004.

Huang, Z.; Schmidt, U.; Hackfort, D.; Si, G. Career Transition of Former Elite Athletes: preliminary results of a cross-cultural study between China and Germany. In: Papaioannou A, Goudas M, Theodorakis Y. (Eds). *The dawn of the new millennium. Programme and Proceedings of the 10th World Congress of Sport Psychology; 2001 May 28-Jun 2; Skiathos, Greece*. P 151-153. 2001.

Lavallee, D. & Robinson, H. K. In pursuit of an identity: A qualitative exploration of retirement from women's artistic gymnastics. **Psychology of Sport and Exercise**, 8, p. 119–141, 2007.

Lavallee, D.; Wylemann, P. & Sinclair, D. Career Transitions in sport. An annotated bibliography. In: Lavallee, D. & Wyllemann, P. (Eds.) **Career Transitions in Sport: International Perspectives**. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, p. 207-258, 2000.

Lavallee, D. Theoretical Perspectives on Career Transitions in Sport. In: Lavallee, D. & Wyllemann, P. (Eds). **Career Transitions in Sport: International Perspectives**. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, p. 1-27, 2000.

Lavallee, D & Andersen, M. Leaving sport: Easing career transitions. In: Andersen, M. (Ed.), *Doing Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics, p. 223- 236, 2000.

Maggil, R. A **Aprendizagem motora**: conceitos e aplicações. São Paulo: Edgard Blucher, 1984.

Maslow, A .M. **Motivatiomm and personality**. New York: Harper & Row, 1987

Murphy, S. Transitions in Competitive Sports: Maximizing Individual Potencial. In: Murphy, S. (Ed). **Sport Psychology Interventions**. Human Kinetics, p. 331-345, 1995

Naul, R. The elite athlete career: Sport pedagogy must counsel social and professional problems in life development. 237- 253. In: Hackfort, D. (Ed) **Psycho-Social Issues and Interventions in Elite Sports**. Frankfurt am Main: Peter Lang, p. 237-253, 1994.

Petlichkoff, L. M. Dropping out of sport: Speculation versus Reality. In: Hackfort D. (Ed) **Psycho-Social Issues and Interventions in Elite Sports**. Frankfurt am Main, Peter Lang, p. 59-87, 1994.

Petitpas, A. J., Champagne, D., Chartrand, J., Danish, S., & Murphy, S. Athlete's guide to career planning: Keys to success from the playing field to professional life. Champaign, IL: Human Kinetics, 1997, 226 p.

Pires, G. (2006) – Agôn – O Jogo de Zeus, Lisboa.

Roberston, I. (1998). O treinador e o abandono dos jovens praticantes. *Revista Treino Desportivo* (5), pp. 23-30.

Salmela, J. H. Phases and transitions across sport careers. In: Hackfort, D. (Ed) **Psycho-Social Issues and Interventions in Elite Sports**. Frankfurt am Main, Peter Lang, p. 11-28, 1994.

Samulski, D. **Psicologia do Esporte: Manual para Educação Física, Fisioterapia e Psicologia**. São Paulo: Editora Manole, 2002.

Schlossberg, N. K. A model for analyzing human adaptation to transition. **The Counseling Psychologist**, 9, p. 2-18, 1981.

Schmidt, U. & Hackfort, D. Convergent and Divergent Results of a Bi-National Study on Career Transition of Former French and German top athletes. In: Papaioannou, A.; Goudas, M.; Theodorakis, Y. **In the dawn of the new millennium. Programme and Proceedings of the 10th World Congress of Sport Psychology**; 2001 May 28-Jun 2; Skiathos, Greece. p. 5-7, 2001.

Serpa, S. (1992). Avaliação dos Processos de Interação Treinador –Atleta e Liderança no Desporto. *Ludens*, 13, pp. 9-16.

Sinclair, D. A. & Orlick, T. Positive transitions from high-performance sport. *The Sport Psychologist*, 7, p. 138-150, 1993.

Silva et al, (2005) “Abandono da prática desportiva no desporto infanto-juvenil”. *Revista Treino Desportivo*, Dezembro, pp 60-66.

Stambulova, N.; Alfermann, D.; Côté, J. & Statler, T. Career Development and Transition of Athletes. In: **Proceedings of the 12th European Congress of Sport Psychology**. 4 a 7 de Setembro de 2007, Grécia, p. 103-107, 2007. Cd Rom.

Stambulova, N. The Transition from junior to senior sports: A summary of six Swedish studies. In: **Proceedings of the 12th European Congress of Sport Psychology**. 4 a 7 de Setembro de 2007, Grécia, p. 126-127, 2007. Cd rom.

Stambulova, N., Stephan, Y., Japhag, U. Athletic retirement: A cross-national comparison of elite French and Swedish athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, 8, p. 101–118, 2007.

Stambulova, N. (1997) “Transitional period of Russian athletes following sports career termination” In R. Lider; M. Bar-Eli (eds). *Proceedings of the IX world congress of sport psychology*, Israel, pp 658-660.

Stambulova, N. Developmental sports career investigations in Russia: A postperestroika analysis. *The Sport Psychologist*, 8, p. 221-237, 1994.

Stambulova, N. (1995) “Sports career satisfaction of Russian athletes”. In IX European congress on sport psychology. Vantraechen- Raway, R. e Auweele, J. V. (eds). Brussels, July 1995, pp526-532.

Stambulova, N. (1993) “Two ways of sports career psychological descriptions. In *Actas do VIII Congresso Mundial de Psicologia do Desporto*. Serpa, S.; Alves, J.; Ferreira, V.; Brito, A.P. (eds), Lisboa, pp 762-764.

Svoboda, B. & Vanek, M. (1983) “Retirement from high level competition”. In T. Orlick, J. T. Partington & J. H. Salmela. *Mental training for coaches and athletes*. Ottawa, Canadá. Coaching Association of Canadá, pp 166-175.

Taylor, J. & Ogilvie, B.C. A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. **Journal of Applied Sport Psychology**, 6, p. 1-20, 1994.

Taylor, J.; Ogilvie, B. Career transition among elite athletes: is there life after sports? In: Williams, J. M. (ed). **Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance**, 3rd ed. Mountain View, CA: Mayfield, p. 429-444, 1998

Torregrosa, M.; Boixado's M., Valiente, L. & Cruz, J. Elite athletes' image of retirement: the way to relocation in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, p. 35-43, 2004.

Torres, J. (1997). O Abandono Desportivo (Dropout) analisado numa perspectiva organizacional- um estudo efectuado na associação de lutas amadoras de Lisboa. Tese de Mestrado não publicada. FMH-UTL

Tutko, A.T. & Richards, W. J. *Psicologia del entrenamiento deportivo*. Madrid: Augusto E. Pila Teleña, 1984.

Vasconcelos. A. P. A. (1998). O Abandono da Prática Desportiva e Sucesso na Adaptação á Vida activa em nadadores portugueses de elite. Tese de Mestrado. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Vieira, J. (2008). Crónicas de Ouro do Futebol Português, Volume 1. A Selecção, Circulo de Leitores.

Weinberg, R.S.; Gould, D. Fundamentos da Psicologia do esporte e do exercício. Tradução: Maria Cristina Monteiro. 2.ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

Williams, J.M. *Psicologia aplicada al deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva, 1991.

Wyllemann, P. & Lavalley, D. A developmental perspective on transitions faced by athletes. In: WEISS, M. (Ed.), **Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective**. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, p. 507-527, 2004.

Wyllemann, P.; Alfermann, D. & Lavalley, D. Career transitions in sport: European perspectives. **Psychology of Sport and Exercise**, 5, p. 7-20, 2004.

Wyllemann, P.; Lavalley, D. & Alfermann, D. (Eds.) **Career transitions in competitive sports**. Biel, Switzerland: European Federation of Sport Psychology Monograph Series, 1999.

Wyllemann, P.; De Knop, P.; Ewing, M. E., & Cumming, S. P. Transitions in youth sport: A developmental perspective on parental involvement. In: Lavalley, D. & Wyllemann, P. (Eds.) **Career transitions in sport: International perspectives**. Morgantown , WV: FIT Publications, p. 143-160, 2000.

Young, R. **An action approach to career counseling**. *ERIC Digest*. Ottawa: Canadian Guidance and Counseling Foundation. 1995. Disponível em:

< <http://www.ericdigests.org/1997-4/action.html> > Acesso em 27 de Janeiro de 2011.

ANEXOS

9. ANEXOS

ANEXO A:

CARTA DE APRESENTAÇÃO / INFORMAÇÃO

Prezado TREINADOR / DIRIGENTE,

Sou Rui Alexandre Caeiro, Professor de Educação Física e aluno do Curso de Mestrado em Treino Desportivo da Universidade de Évora, desenvolvo um projecto com o objectivo de analisar O Abandono na Transição da Carreira Desportiva de Atletas de Futebol da Categoria Júnior para Sénior.

Através da aplicação de questionários em equipas de futebol júnior, pretendo identificar as causas do abandono da carreira desportiva.

Com o intuito de garantir a idoneidade e a cientificidade deste projecto junto dos atletas e clubes, gostaríamos de informar que contamos também com o apoio da Associação de Futebol de Évora.

Gostaríamos ainda de ressaltar que durante a colecta de dados serão adoptados todos os procedimentos éticos necessários, garantindo, assim, o ANONIMATO a todos os participantes e clubes. Declaramos também que as informações obtidas serão utilizadas somente para fins científicos e nos comprometemos a enviar-lhe uma cópia do trabalho quando este for concluído. Além disso, colocamo-nos à sua inteira disposição para esclarecer quaisquer dúvidas a respeito da pesquisa em questão.

Atenciosamente,

Rui Caeiro

ÉVORA, 3 DE MAIO DE 2010

ANEXO B:**QUESTIONÁRIO SOBRE A INTENÇÃO DE PRATICAR DESPORTO (QIPD)****(Fonseca, 2007)**

Gostaríamos que nos indicasses se na próxima época (isto é, para o ano que vem) tencionas continuar a praticar o teu desporto da mesma forma que o fazes actualmente ou se estás a pensar abandoná-lo. Para tal, relativamente a cada uma das afirmações que se seguem, coloca um círculo na resposta que mais se aproxima da tua opinião pessoal.

Lembra-te que as opções de resposta são: 1= Discordo Totalmente; 2=Discordo; 3=Nem Discordo Nem Concordo; 4=Concordo; e 5=Concordo Totalmente.

NA PRÓXIMA ÉPOCA...

... tenho intenção de continuar a praticar o desporto que pratico actualmente.....

... estou a pensar abandonar a prática do desporto que pratico actualmente.....

... quero praticar o desporto que pratico actualmente.....

... não estou a pensar continuar a praticar o desporto que pratico actualmente.....

... estou a pensar praticar o desporto que pratico actualmente.....

... em princípio, vou deixar de praticar o desporto que pratico actualmente.....

... tenho que praticar o desporto que pratico actualmente.....

... estou determinado a praticar o desporto que pratico actualmente.....

	Discordo Totalmente			Concordo Totalmente	
	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	

Intenção de praticar = 1,3,5,7,8

Intenção de abandonar = 2,4,6

Se tencionas continuar a praticar o desporto que praticas, pensas fazê-lo no mesmo clube?

Não

Sim

Porquê?

Se não tencionas continuar a praticar o desporto que praticas, indica a principal razão porque não o pretendes praticar:

OBRIGADO PELA COLABORAÇÃO

FIM.