

Suplemento: Transição dos Atletas na Carreira Desportiva: Da Teoria à Avaliação

Supplement: Transition of Athletes in Sport Career: From Theory to Evaluation

Rui Gomes & Márcio Domingues

ANEXO 1		SUPLEMENTO SUPPLEMENT
Áreas de avaliação e numeração das questões formuladas		
Secção 1 Situação de transição	Questão	
Momento da transição no ciclo de vida	1	
Razões da transição	2	
Duração da situação de transição	3	
Modo de tomada de decisão	4	
Secção 2 Recursos externos disponíveis	Questão	
Condições materiais e financeiras	1	
Condições familiares	2	
Existência de apoio social	3	
Importância do apoio social	4	
Maiores fontes de apoio social	5	
Menores fontes de apoio social	6	
Secções 3, 4 e 5 Mudanças enfrentadas Avaliação cognitiva Respostas	Questão	
Avaliação cognitiva: Perceção de importância (1º nível)	1	
Avaliação cognitiva: Nível de <i>stress</i>	2	
Avaliação cognitiva primária: Perceção resultante	3	
Mudanças enfrentadas na transição	4	
Avaliação cognitiva secundária: Recursos de confronto	5	
Avaliação cognitiva secundária: Eficácia do confronto	6	
Avaliação cognitiva: Perceção de dificuldade	7	
Avaliação cognitiva secundária: Potencial de confronto	8	
Avaliação cognitiva secundária: Perceção de controle	9	
Respostas psicológicas	10	
Respostas fisiológicas	11	
Respostas comportamentais	12	
Situação de transição: Resolução eficaz ou ineficaz	13	
Avaliação cognitiva: Perceção de importância (2º nível)	14	
Avaliação cognitiva terciária: Perceção resultante	15	
Avaliação cognitiva quaternária: Recursos de confronto	16	
Avaliação cognitiva quaternária: Eficácia do confronto	17	
Secção 6 Resultado final	Questão	
Adaptação à situação de transição: Resultado final	1	
Objetivos atuais	2	
Satisfação com objetivos atuais	3	
Determinação pessoal na decisão de transição	4	
Total final de questões		31

Nota: este guião de entrevista tem por base o Modelo Interativo de Adaptação Humana à Transição Desportiva. De acordo com este modelo, as circunstâncias da transição incluem os fatores antecedentes, a situação de transição, as mudanças enfrentadas e os recursos externos disponíveis. Todas estas áreas estão contempladas neste guião à exceção dos fatores antecedentes, uma vez que estes devem ser avaliados com medidas específicas para o efeito, tanto ao nível das características do atleta (ex: personalidade, orientação motivacional, valores de vida, etc.) como ao nível do contexto organizacional e desportivo onde este se encontra (ex: cultura desportiva do clube, valores do clube, clima organizacional, etc.).

ANEXO 2

Transição na Carreira Desportiva: Guião de Entrevista para Atletas (TCD-GEA)

Secção 1: Situação de transição

Vamos começar por conversar um pouco sobre a fase em que se colocou a hipótese de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual].

Questões

1. Há quanto tempo ocorreu a situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?
2. Que razões o/a levaram a decidir [não] passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”?
3. Quanto tempo durou a fase de passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Ou seja, quanto tempo passou desde que começou a pensar na situação de passar de atleta de “desporto não profissional” para atleta de “desporto profissional” [situação atual] até que realmente passou para a situação de “desporto profissional” [situação atual]?
4. Tomou sozinho a decisão de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] ou falou com outras pessoas?

Secção 2: Recursos externos disponíveis

Questões

1. Até que ponto sentiu que tinha condições materiais e financeiras para fazer a sua passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”?
2. Até que ponto sentiu que tinha condições familiares para fazer a sua passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”?
3. Até que ponto sentiu o apoio das pessoas importantes para si na decisão que tomou de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Pode dar-me exemplos para cada uma delas?
4. Até que ponto foi importante esse apoio por parte destas pessoas na decisão que tomou de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Pode dar-me exemplos?
5. De todas estas pessoas, quais foram as que apoiaram mais na decisão que tomou de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?
6. Alguma destas pessoas gostaria que tivesse tomado uma decisão diferente da que veio realmente a tomar? Isso causou-lhe algum mal-estar e/ou desconforto?

Secção 3: Mudanças enfrentadas

Secção 4: Avaliação cognitiva

Secção 5: Respostas

Nesta parte da entrevista, gostaria de lhe colocar algumas questões relacionadas com os desafios que enfrentou ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] bem como algumas questões relacionadas com o modo como lidou e se sentiu com os desafios que enfrentou ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual].

Questões

1. Até que ponto a situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] era importante para si? Ou seja, para si, esta situação foi vivenciada como algo relevante e importante ou como algo irrelevante e sem importância? Usanda esta escala, que valor atribui à situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]: 0 (nenhuma importância), 1 (baixa importância), 2 (moderada importância), 3 (bastante importância) e 4 (elevada importância)?

2. De 0 a 4, qual o nível de *stress* que lhe gerou esta situação de passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Neste caso, o valor 0 corresponde a nenhum *stress*, o valor 1 corresponde a pouco *stress*, o valor 2 corresponde a moderado *stress*, o valor 3 corresponde a bastante *stress* e o valor 4 corresponde a elevado *stress*.
3. Até que ponto sentiu que esta situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] foi algo de negativo/ameaçador ou de positivo/desafiador para si? Ou seja, quando se confrontou com esta situação, até que ponto sentiu que poderia ser uma situação negativa ou positiva para si naquele momento? Repare que me interessa que pense como se sentiu na altura em que se colocou a situação de mudança e não agora, atualmente.

Agora vamos conversar sobre a situação de ter passado do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual].

4. Quais foram as maiores alterações que sentiu ao ter passado do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Quais foram as maiores exigências que enfrentou?

Nota: o entrevistador deve procurar analisar com o/a atleta as possíveis mudanças ocorridas nos seguintes domínios:

- Desportivo (ex: tipo de treinos realizados, tipo de competições realizadas, relação com o treinador, colegas de equipa e com os adversários).

Nota: A área desportiva apenas deve ser analisada com os entrevistados que fizeram a transição para o “desporto profissional”.

- Psicológico e mental (ex: necessidade de maior concentração, motivação, controle de *stress*, etc.).
- Relações emocionais (ex: relações de namoro/casamento, etc.).
- Relações familiares (ex: pais, marido/esposa ou outros familiares diretos).
- Vida profissional/académica (ex: trabalho, estudos, etc.).
- Social (ex: relações de amizade, conhecimento de novas pessoas).
- Outras mudanças.

Vamos agora analisar com maior detalhe cada uma das alterações que me descreveu.

5. Para cada uma delas, gostaria que me indicasse o que pensou face a essa mudança? O que procurou fazer para lidar com essa mudança?
6. Aquilo que procurou fazer para lidar com essa mudança funcionou, foi eficaz? Se sim, de que modo foi eficaz?

Nota: após a descrição das eventuais mudanças ocorridas na vida do/a atleta na situação de transição (questão 5), o entrevistador deve colocar a questão 6 no sentido de detalhar as estratégias de confronto utilizadas para lidar com as mudanças ocorridas em cada uma das áreas sinalizadas na questão 5. De seguida, deve analisar a eficácia das estratégias de confronto usadas para lidar com cada uma destas mudanças. Para efetuar esta análise convenientemente, aconselha-se o entrevistador a selecionar nas respostas à questão 5 uma dada área de mudança (ex: desportiva), avançar de seguida para a análise das estratégias de confronto (questão 6) e, por fim, analisar a eficácia da estratégia de confronto (questão 7). Após obter estas respostas, deverá passar para a próxima área de mudança relatada pelo(a) atleta (progredindo novamente da questão 5 até à questão 7), até não existirem mais áreas de mudança enunciadas pelo(a) atleta.

7. De todas estas mudanças que estivemos a falar, quais foram as que lhe colocaram maiores dificuldades ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?
8. Até que ponto sentiu que conseguiria resolver as exigências que lhe foram colocadas ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Pode dar-me exemplos, por favor?

9. Até que ponto sentiu que a decisão de passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] dependia de si ou de outros fatores? Pode dar-me exemplos, por favor?
10. Gostaria que me descrevesse algumas das suas reações durante a situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Procure relembrar como se sentiu durante este período. Como se sentiu do ponto de vista psicológico e emocional? Pode dar-me exemplos?
11. E como se sentiu do ponto de vista físico? Sentiu algumas reações do ponto de vista corporal? Pode dar-me exemplos?
12. E em termos do seu comportamento e das suas rotinas no dia-a-dia, sentiu que a situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] alterou o seu modo de funcionamento habitual? Pode dar-me exemplos?
13. Agora gostaria de falar sobre a fase que se seguiu após ter tomado a decisão de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]. Ou seja, vamos falar sobre o que aconteceu após ter tomado esta decisão na sua carreira desportiva. No final, até que ponto sentiu que a situação estava resolvida ou ainda se mantinha por resolver? Ou seja, sentiu que era um “assunto arrumado” ou sentiu que ainda havia aspetos por resolver?

Nota: As questões descritas abaixo apenas devem ser colocadas se o/a atleta percecionar a nova situação após a transição desportiva como não tendo sido convenientemente resolvida (considerar a resposta à questão 13).

14. E atribuiu importância ao facto da situação se manter por resolver? Por favor, indique-me o nível de importância que atribuiu ao facto da situação se manter por resolver, usando novamente esta escala: 0 (nenhuma importância), 1 (baixa importância), 2 (moderada importância), 3 (bastante importância) e 4 (elevada importância)?
15. O facto desta situação se manter por resolver foi considerado por si como algo de negativo/ameaçador ou de positivo/desafiador para si?
16. O que pensou ou fez para lidar com a situação?
17. Até que ponto aquilo que fez para lidar com o modo como se sentiu foi eficaz e o/a ajudou?

Secção 6: Resultado final

Gostaria de terminar esta entrevista conversando um pouco acerca da sua situação atual.

Questões

1. No final de toda esta situação, que avaliação fez? Que consequências teve para si? Pode dar-me exemplos?
2. Sente que os seus objetivos e expectativas foram cumpridos ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Pode dar-me exemplos, por favor?
3. Até que ponto está satisfeito(a) com a decisão que tomou? Usando esta escala, qual o seu nível de satisfação: valor 0 corresponde a sentir-se nada satisfeito(a) com a decisão que tomou; valor 1 corresponde a sentir-se um pouco satisfeito(a) com a decisão que tomou, valor 2 corresponde a sentir-se moderadamente satisfeito(a) com a decisão que tomou, valor 3 corresponde a sentir-se bastante satisfeito(a) com a decisão que tomou e valor 4 corresponde a sentir-se totalmente satisfeito(a) com a decisão que tomou.
4. Voltaria atrás na sua decisão ou mantinha a decisão que tomou de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?