

UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU

**O PROCESSO DINÂMICO DA RESILIÊNCIA NO ESPORTE NA
PERSPECTIVA DO MODELO BIOECOLÓGICO DO DESENVOLVIMENTO
HUMANO**

RITA DE CÁSSIA DA COSTA FONTES

São Paulo

2010

Livros Grátis

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU

**O PROCESSO DINÂMICO DA RESILIÊNCIA NO ESPORTE NA
PERSPECTIVA DO MODELO BIOECOLÓGICO DO DESENVOLVIMENTO
HUMANO**

RITA DE CÁSSIA DA COSTA FONTES

Dissertação apresentada à Universidade São Judas Tadeu como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Educação Física.

Orientadora: Prof^a Dr^a MARIA REGINA FERREIRA BRANDÃO

São Paulo
2010

Fontes, Rita de Cássia da Costa

O processo dinâmico da resiliência no esporte na perspectiva do modelo bioecológico do desenvolvimento humano / Rita de Cássia da Costa Fontes. - São Paulo, 2010.

xx f. : tab. ; 30 cm

Orientador: Maria Regina Ferreira Brandão.

Dissertação (mestrado) – Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, 2010.

1. Esportes - Resiliência Psicológica. 2. Ecologia humana. I. Brandão, Maria Regina Ferreira. II. Universidade São Judas Tadeu, Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação Física III. Título

Às minhas queridas filhas Juliana e Tatiana
por me ensinarem a acreditar nos meus
sonhos e lutar por eles.

Agradecimentos

À professora Regina Brandão, pelo voto de confiança ao aceitar me orientar, pela atenção e paciência nos momentos difíceis dessa jornada, e pelos ensinamentos ao longo desses anos de convivência.

Às atletas participantes, por disponibilizarem seu tempo contribuindo com preciosas informações para a realização deste estudo.

Aos professores do programa de Pós-Graduação em Educação Física da USJT por compartilharem seu conhecimento e as contribuições ao meu desenvolvimento acadêmico.

Ao professor Afonso Machado, que através dos nossos encontros no grupo de estudos do LEPESP, muito contribuiu para o meu crescimento pessoal e acadêmico.

A todos os funcionários e colegas do curso de mestrado, pela convivência, as boas e proveitosas conversas e a ajuda despendida durante essa minha trajetória.

Aos meus pais Osvaldo (in memorian) e Celina, pelo amor, carinho e os valores transmitidos ao longo da minha vida.

Ao Fabio Vitti, pela ajuda e o suporte necessários para concluir mais essa etapa da minha vida.

Ao grande amigo e professor Anízio Perissinotto Jr., por ter me mostrado novos caminhos e possibilidades.

A todos que de alguma forma contribuíram para a realização deste trabalho e principalmente a Deus, por estar sempre presente e iluminar o meu caminho nos momentos de dúvida e angustia. E também nos momentos de felicidade.

SUMÁRIO

LISTA DE QUADROS.....	iv
LISTA DE FIGURAS.....	v
LISTA DE ANEXOS.....	vi
RESUMO.....	vii
ABSTRACT.....	ix
CAPÍTULO 1.....	1
INTRODUÇÃO.....	1
1.1 Caracterização do problema.....	1
1.2 Objetivos.....	6
1.3 Justificativa.....	7
CAPÍTULO 2.....	9
REVISÃO DE LITERATURA.....	9
2.1 Resiliência: conceito e característica.....	9
2.2 Resiliência: fatores de proteção e fatores de risco.....	13
2.3 Resiliência e esporte de rendimento.....	15
2.4 Teoria Bioecológica do Desenvolvimento Humano.....	21
CAPÍTULO 3.....	27
PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	27
3.1 Amostra.....	28
3.2 Instrumento e Procedimentos.....	29
3.3 Análise dos Dados.....	30
CAPÍTULO 4.....	33
RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	33
4.1 Características do indivíduo.....	33

4.2 Características do ambiente.....	49
4.3 Interação entre indivíduo e ambiente.....	55
CAPÍTULO 5.....	59
CONCLUSÃO.....	59
REFERÊNCIAS.....	62
ANEXOS.....	71

LISTA DE QUADROS

Quadro 1- Frequência de discursos para características positivas e/ou negativas em relação às disposições pessoais.....	34
Quadro 2- Frequência de discursos para recursos.....	36
Quadro 3- Frequência de discursos para demandas.....	38
Quadro 4- Frequência de discursos para o engajamento no basquetebol.....	40
Quadro 5- Frequência de discursos para a permanência no basquetebol.....	42
Quadro 6- Frequência de discursos para a disposição para o abandono da prática do basquetebol.....	45
Quadro 7- Fatores de risco.....	49
Quadro 8- Fatores de proteção.....	53

LISTA DE FIGURAS

Figura 1- Fluxograma do modelo de análise construído para o estudo.....	31
---	----

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1- Roteiro para entrevista	71
Anexo 2- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	72

RESUMO

Este estudo teve como objetivo investigar na perspectiva do paradigma bioecológico a resiliência no contexto do esporte de alto rendimento. O Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano de Urie Bronfenbrenner (2005) que concebe o desenvolvimento humano a partir da integração de quatro elementos: pessoa, processo, contexto e tempo, foi o escolhido para explicar o conceito da resiliência por ser capaz de compreender a relação recíproca indivíduo/ambiente em termos de características pessoais, características do contexto, fatores de risco e proteção e a relação entre eles ao longo do tempo. Foram sujeitos desse estudo sete atletas de basquete do sexo feminino que participaram de campeonatos mundiais e/ou olímpicos. O instrumento utilizado foi uma entrevista semi-estruturada composta por perguntas que permitiram respostas abertas e a análise dos resultados foi feita de acordo com os procedimentos propostos por Miles e Huberman (1994) adaptados para este estudo. Os resultados evidenciaram que, em relação às características pessoais, as atletas possuíam características tais como: capacidade de superação, determinação e disciplina. Em relação às características do contexto esportivo de alto rendimento este foi identificado como sendo gerador de estresse, pois exige das atletas esforço, dedicação e sacrifício e se caracteriza pela busca constante de otimização do rendimento. Quanto aos fatores de risco observou-se que lesões, problemas pessoais e familiares e problemas de relacionamento interpessoal prevaleceram e os fatores de proteção mostraram vínculos pessoais significativos por meio da família e pessoas envolvidas diretamente com o esporte. Conclui-se que as atletas apresentaram determinadas características que podem ser consideradas características de pessoas resilientes e que tiveram que se adaptar às demandas do contexto esportivo apresentando desenvolvimento pessoal ao longo da carreira e comportamentos resilientes em situações de risco. Por ser o esporte de alto rendimento um ambiente que expõe as atletas ao risco e ao estresse, as atletas tiveram fortalecidas suas características pessoais positivas e uma rede de apoio social e afetivo eficaz para que conseguissem superar as adversidades e não abandonassem a carreira precocemente. Tais achados

estão de acordo com os princípios do Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano que diz que o ser humano é um ser ativo capaz de influenciar e ser influenciado pelo ambiente e seu desenvolvimento é resultado da interação entre suas características pessoais e das características do contexto em que vive.

Palavras chave: Resiliência Psicológica, Esporte, Basquetebol, Modelo Bioecológico

ABSTRACT

The main objective of this study was to investigate the resilience in the context of the high level sport. The Bioecological Model of Human Development of Urie Bronfenbrenner(2005), which understands the human development from the interaction of four elements: person, process, context and time was chosen to explain the concept of the resilience for being able to understand the reciprocal individual/ environmental relationship related to individual and contextual characteristics, risk and protective factors in a long term basis. Seven basketball female players were subjects to this study. The used tool was a semi-structured interview with questions that allowed open answers. The results were analyzed according to Miles and Huberman (1994) procedures adapted to this study. The results showed that in relation to individual characteristics the athletes also had characteristics as such: overcome capacity, determination, and discipline, also found in individuals considered resilient. In relation to the high level sport context, the constant pursuit of excellence was the source of stress that demands from the athletes effort, dedication and sacrifice. Concerning the risk factors, it was observed that injuries, personal and family problems and relationship problems prevailed, while in the protection factors prevail the personal relationship and people directly involved in the sport context. Therefore, we concluded that the athletes had certain characteristics that can be considered characteristics of resilient people and they had to adapt to the demands of sport context showing a personal development throughout their career and resilient behavior in risk situations. High level sport is an environment that exposes the athletes to risk and stress, positive personal characteristics and a chain of social and affective support had to be strengthened so the athletes could overcome adversities and wouldn't abandon their career in early stages. These findings are consistent with the principles of the Bioecological Model of Human Development that says that human being is able to influence and be influenced by the environment and his development is a result of interaction between personal characteristics and the context characteristics in which he lives in.

Key Words: Psychological Resilience, Sport, Basketball, Bioecological Model

CAPÍTULO 1

INTRODUÇÃO

1.1 Caracterização do problema

Resiliência é um termo que tem despertado a atenção e a curiosidade das pessoas em diversos segmentos da sociedade. Fala-se em estratégias resilientes, empresas resilientes, escolas resilientes, famílias resilientes e indivíduos resilientes. Resiliência é uma palavra que vem do latim *resilie*, que significa “voltar ao normal”, muito utilizada na Física e Engenharia. O conceito surgiu em 1807 com os estudos do cientista físico inglês Thomas Young que buscava avaliar a relação entre a força aplicada num corpo e a deformação que essa força produzia (YUNES, 2006).

O termo resiliência passou a ser utilizado na Psicologia para caracterizar a capacidade humana de passar por experiências adversas sucessivas sem prejuízos para o seu próprio desenvolvimento, superando e, até mesmo, se fortalecendo diante das adversidades da vida (GRUNSPUN, 2006). A compreensão e a definição da resiliência a partir da interação do indivíduo com seu ambiente implicam, também, no entendimento dos chamados fatores de risco e de proteção. Segundo Moraes e Koller (2004), os fatores de risco seriam os eventos negativos de vida que quando presentes aumentam a probabilidade do indivíduo apresentar problemas físicos, psicológicos e/ou sociais. Já os fatores de proteção correspondem às influências positivas que modificam, melhoram ou alteram respostas pessoais a determinados riscos de adaptação do indivíduo ao contexto no qual vive. Para Pereira (2001), as mudanças em

nossa sociedade estão cada vez mais rápidas e profundas e exigem constantes esforços de adaptação, assim, afirma que o grande desafio para o novo milênio será tornar as pessoas mais resilientes.

Um estudo longitudinal realizado por Werner e Smith em 1955 pode ser considerado um marco na investigação sobre resiliência na Psicologia, embora não tenha sido essa sua proposta inicial. Esse estudo iniciado em Kawai (Hawai) com 505 indivíduos durante 32 anos, desde o período pré-natal até a vida adulta, consistiu em identificar em um grupo de indivíduos que vivia em condições adversas semelhantes, tais como pobreza, estresse perinatal e cuidados familiares deficiente, os fatores que diferenciavam aqueles indivíduos que conseguiam se superar e se adaptavam positivamente à sociedade, daqueles que eram vítimas da adversidade (MELILLO e OJEDA, 2004). Na última etapa dessa pesquisa, os autores concluíram que um terço dessas crianças, apesar das adversidades, tornaram-se adultos competentes capazes de amar, trabalhar, divertir-se e ter expectativas positivas de vida, ou seja, características que mais tarde foram consideradas como resilientes (YUNES, 2006).

Um dos conceitos que foi usado como sinônimo de resiliência na psicologia foi o de invulnerabilidade, empregado primeiramente pelo psiquiatra infantil E.J. Antony em 1974, para descrever crianças que, embora tivessem passado por prolongados períodos de adversidade e estresse psicológico, apresentavam saúde emocional e alta competência para conduzir sua vida (WERNER e SMITH, 1989). No entanto, a aplicação desse termo começou a ser questionada alguns anos depois por se considerar que o termo invulnerabilidade transmite melhor a idéia de uma característica intrínseca do

indivíduo, imutável e de resistência absoluta ao estresse (RUTTER,1985). Esse mesmo autor (1993) deixa claro ainda que resiliência é uma resistência ao estresse que tem bases constitucionais e ambientais e que varia de acordo com as circunstâncias. Nesse sentido, resiliência e invulnerabilidade não são termos equivalentes.

Pelo fato da resiliência não ser mais considerada uma característica fixa do indivíduo, as novas pesquisas passaram a ampliar o seu foco, antes mais voltado para o estudo das qualidades pessoais dos sujeitos, para os fatores externos ao indivíduo que poderiam estar relacionados à superação de dificuldades, tais como nível sócio-econômico, estrutura familiar e a presença de um adulto próximo de confiança. Ao adotar uma perspectiva mais qualitativa nas pesquisas sobre resiliência, deixando de lado a preocupação de mensurá-la, passou-se a priorizar a interpretação dada pelos sujeitos aos eventos de sua vida tanto positivos como negativos.

Através da leitura sobre a questão da caracterização, educação e promoção da resiliência aliada a minha vivência profissional como professora de Educação Física e por acreditar no potencial do esporte na formação e educação de indivíduos mais preparados para enfrentar os desafios da vida competitiva é que surgiu o interesse para compreender o fenômeno da resiliência no esporte.

Os estudos iniciais sobre resiliência eram voltados às populações de baixa renda, que viviam em situações de risco, mas atualmente já encontramos na literatura referências sobre resiliência no âmbito esportivo; uma vez que a resiliência parece ser uma característica dos atletas, dadas as demandas que estes enfrentam para obterem o sucesso esportivo. As pressões psicológicas e

fisiológicas que estão associadas aos treinamentos, competições e organização social do esporte mostram que o desempenho esportivo é um fenômeno complexo que é afetado pelas características individuais e por fatores ambientais. Segundo Ekblom (1995), citado por Brandão (2000), todo indivíduo quando se torna um atleta, almeja ter uma carreira de sucesso nacional e internacional. No entanto, poucos conseguem atingir tal objetivo, pois para conseguir um alto desempenho esportivo são necessários vários pré-requisitos importantes: habilidades físicas (velocidade, força, agilidade, elasticidade); habilidades técnico-táticas (específicas de cada modalidade esportiva) e competências emocionais (autoconfiança, manutenção de um estado mental equilibrado, resistência ao stress psicossocial). Durante a carreira esportiva, esses atletas estarão constantemente expostos a situações estressantes que interferem no seu desempenho. Assim, somente os atletas que conseguirem enfrentar as pressões, superar as incertezas e angústias inerentes ao esporte de alto rendimento é que terão sucesso. (BRANDÃO, 2000).

Diante deste quadro, ao estudarmos as características de atletas de alto rendimento e do conceito de resiliência surgiram algumas inquietações quanto ao comportamento da resiliência em atletas de elite, se poderiam explicar carreiras esportivas longas, ou se, ao contrário, o esporte favoreceria o aparecimento de comportamentos resilientes, sobre o tipo de influência que os atletas vivenciam e se esses fatores poderiam interferir na disposição para o engajamento, permanência e abandono da prática.

Apesar dos diferentes estudos realizados, inclusive no contexto esportivo, Yunes (2006) afirma que ainda se trata de um conceito relativamente

novo no campo da Psicologia, e por isso, a resiliência vem sendo bastante discutida sob o ponto de vista teórico e metodológico pela comunidade científica.

O termo resiliência em sendo pesquisado há cerca de trinta anos, mas apenas nos últimos cinco anos os encontros internacionais têm trazido este construto para discussão. Sua definição não é clara, tampouco precisa quanto na Física ou na Engenharia, e nem poderia sê-lo, haja vista a complexidade e multiplicidade de fatores e variáveis que devem ser levados em conta no estudo dos fenômenos humanos. (YUNES, 2006, p.50)

Assim, sentimos a necessidade de encontrarmos um modelo teórico que pudesse auxiliar na compreensão do conceito de resiliência no esporte e suas facetas. Partindo desta perspectiva, o Modelo Bioecológico de Urie Bronfenbrenner (2005), que concebe o desenvolvimento humano a partir da integração de quatro elementos: processo, pessoa, contexto e tempo, foi o escolhido por ser capaz de compreender a influência sócio-cultural na relação recíproca indivíduo/ambiente. O modelo proposto por Bronfenbrenner (1996, 1999, 2005) permite entender o desenvolvimento humano por meio de um conjunto de sistemas nos quais a pessoa em desenvolvimento é um ser ativo, capaz de sofrer influências desses sistemas, ao mesmo tempo em que neles determina mudanças.

A ecologia do desenvolvimento Humano envolve o estudo científico da acomodação progressiva, mutua, entre um ser humano ativo, em desenvolvimento, e as propriedades, mutantes dos ambientes imediatos em que a pessoa em

desenvolvimento vive; conforme esse processo é afetado pelas relações entre esses ambientes, e pelos contextos mais amplos em que os ambientes estão inseridos. (BRONFENBRENNER, 2005, p.107).

Diante do exposto acima, este estudo tem os seguintes objetivos:

1.2 OBJETIVOS

Objetivo Geral

Investigar na perspectiva do paradigma bioecológico, a resiliência no contexto do esporte de alto rendimento do basquetebol feminino.

Objetivos Específicos

1. Identificar e analisar as características pessoais em termos de disposição, recursos e demandas
2. Identificar e analisar o processo de engajamento, permanência e disposição para o abandono da prática do basquetebol
3. Identificar e analisar os fatores de proteção e fatores de risco vivenciados pelas atletas participantes desse estudo
4. Identificar e analisar a forma como as atletas interpretam as experiências vivenciadas ao longo da carreira esportiva e o reflexo disso sobre sua vida.

Nota: As características pessoais referentes ao objetivo específico 1 dizem respeito aos princípios do Modelo Bioecológico que serão apresentados no capítulo 2

1.3 JUSTIFICATIVA

Resiliência é um tema que tem sido abordado em diferentes áreas do conhecimento e a área da Psicologia do Esporte não é uma exceção. O enfoque principal dos estudos tem sido na compreensão da relação entre características psicológicas e ambientais e entre os fatores de risco/vulnerabilidade e fatores de proteção no enfrentamento de situações adversas.

Entretanto, apesar do crescimento dos estudos sobre resiliência ao longo da última década, a produção científica sobre resiliência ainda pode ser caracterizada como escassa. Assim, propostas de estudos como a que apresentamos nessa dissertação podem contribuir para a compreensão do conceito de resiliência e sua aplicação no contexto do esporte de alto rendimento.

Um aspecto importante a ser levado em consideração diz respeito às formas de mensuração da resiliência. Tradicionalmente, os estudos utilizam métodos estatísticos para prever as respostas humanas frente às adversidades (BARLACH, 2005; Pinheiro, 2004). Assim, Yunes (2003) propôs uma reavaliação dos modelos metodológicos para que priorizassem o processo de desenvolvimento, a percepção e interpretação que o sujeito faz das situações nas quais se encontra. Dessa forma, este estudo se propôs a considerar a resiliência no esporte a partir de uma perspectiva bioecológica, na qual o atleta é um ser atuante que está em constante interação com o ambiente, influenciando e sendo influenciado por ele. Nesse sentido, esse estudo

pretende contribuir com o entendimento de como essa relação pode favorecer ou não a aquisição de comportamentos resilientes e o enfrentamento dos desafios e demandas que permeiam o esporte de alto rendimento. Os atletas, inevitavelmente, passam por momentos difíceis ao longo de suas carreiras esportivas, sejam esses momentos relacionados à própria prática do esporte em si e/ou relacionados a problemas extra-esporte, momentos esses que exigem resistência emocional e física, enfrentamento, adaptação, auto-superação e proteção na busca das metas esportivas.

Em resumo, esse estudo buscou compreender o conceito de resiliência na prática do esporte de alto rendimento em uma perspectiva tanto teórica quanto prática, no sentido de poder orientar os atletas e técnicos na construção de competências psicológicas importantes e necessárias para o esporte.

CAPÍTULO 2

REVISÃO DE LITERATURA

A abrangência da presente revisão de literatura estará centrada em três partes fundamentais. A primeira parte descreverá o conceito de resiliência e suas características e incluirá os fatores de proteção e risco. A segunda parte fará uma análise da relação entre o esporte de alto rendimento e a resiliência, e finalmente, na terceira parte uma exposição do Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano proposta por Urie Bronfenbrenner e uma descrição mais detalhada dos quatro aspectos que o compõe: pessoa, processo, contexto e tempo.

2.1 Resiliência: conceito e características

Resiliência é um conceito que tem sido estudado e explorado nas mais diversas áreas que envolvem o ser humano e seu ambiente de relacionamento, sendo ainda um conceito que permanece em construção, não havendo uma definição consensual entre os pesquisadores (SOUZA e CERVENY, 2006). Por esse motivo, deixo explícito que no presente estudo a resiliência é compreendida como uma adaptação positiva do indivíduo a um ambiente estressor, que pode ser alterada conforme as circunstâncias e os momentos, não sendo, portanto, uma característica fixa. Destacaremos algumas definições propostas por autores que defendem o caráter processual e dinâmico da resiliência.

Para Rutter (1999), resiliência é um conjunto de processos sociais e intrapsíquicos que ocorre em determinado período em combinação com os atributos do indivíduo, da sua família, do ambiente social e cultural em que ele vive. Esse mesmo autor salienta que por ser a resiliência um conceito fluido, multifacetado, requer que o foco das pesquisas sobre resiliência seja voltado tanto para o indivíduo quanto para as relações e grupos sociais. Seguindo essa mesma linha de pensamento, Luthar et al. (2000) definem resiliência como o resultado de uma adaptação positiva em situações de risco, sendo portanto, um processo dinâmico de interação entre os riscos e os fatores de proteção em resposta à adversidade.

Segundo Cyrulnik (2004), a resiliência seria a capacidade do ser humano de responder a um trauma construindo novos caminhos, apesar de este ter marcado sua vida. Portanto, não se trata de esquecer ou subestimar o evento traumático, mas a partir dele, refazer-se a si mesmo através do distanciamento desse passado doloroso. Esse distanciamento emocional se torna possível por meio dos mecanismos de defesa como: negação (do sofrimento), isolamento (lembrar do episódio desprovido de sentimento), fuga para frente (lutar constantemente para impedir o retorno da angústia), intelectualização (procurar entender o fato para dominar a emoção) e criatividade.

Suárez Ojeda citado por Melillo, Estamatti e Cuestas (2004), designou como sendo os pilares da resiliência as características que aparecem com frequência em indivíduos considerados resilientes. São elas: a) Introspecção- capacidade de ser sincero consigo mesmo; b) Independência- capacidade de manter distância emocional e física sem se isolar; c) Capacidade de relacionar-

se- habilidade para estabelecer laços de intimidade com outras pessoas, para equilibrar a própria necessidade de afeto; d) Iniciativa- ser exigente e se colocar à prova em tarefas mais exigentes; e) Humor- encontrar graça na própria tragédia; f) Criatividade- capacidade de colocar ordem, beleza e finalidade a partir do caos e da desordem; g) Moralidade- estender o desejo pessoal de bem estar a toda a humanidade e capacidade de comprometer-se com valores e, h) Auto-estima positiva (MELILLO e SUÁREZ OJEDA, 2004, p.88)

No entanto, a resiliência não pode ser vista como um atributo fixo do indivíduo, pois se as circunstâncias mudam, a resiliência se altera e, além do mais, os mesmos eventos negativos podem ser experienciados de maneira diferente pelo mesmo indivíduo assim como, por diferentes pessoas (RUTTER,1987, p.317). Para que um indivíduo manifeste algum tipo de comportamento resiliente é necessário uma situação traumática que vá desencadear o processo de resiliência, podendo revelar inclusive recursos latentes que o próprio indivíduo não tinha conhecimento.

Os estudos iniciais sobre resiliência tinham seu foco voltado para as características pessoais das crianças e a identificação dos fatores de risco a que essas crianças estavam expostas. No entanto, houve uma evolução nesses estudos e o objetivo passou a ser o estudo das relações inter-pessoais do indivíduo, ressaltando a importância da interpretação dada pelo sujeito acerca das adversidades.

Através da reflexão e análise em torno das investigações sobre resiliência, Grotberg (2004) detalha novas idéias a respeito de sua natureza:

A resiliência está ligada ao desenvolvimento do ser humano, incluindo diferenças etárias e do gênero; promover fatores de resiliência e alcançar condutas resilientes requerem diferentes estratégias; a resiliência não está relacionada ao nível sócio-econômico; a resiliência é diferente dos fatores de risco e dos fatores de proteção, apesar de estar relacionada a esses fatores; a resiliência está intimamente relacionada com os conceitos de prevenção e promoção; a resiliência é um processo: há fatores de resiliência, comportamentos resilientes e resultados resilientes (GROTBORG, 2004, p.19).

No entanto, Melillo e Suárez Ojeda (2004) nos alertam que a resiliência se caracteriza por resultar de uma relação significativa do indivíduo com uma ou mais pessoas, desde que elas possam ser consideradas tutores da resiliência. Tutores da resiliência é um termo que foi caracterizado por Cyrulnik (2003) para identificar pessoas, que podem ser membros da família ou não, que ofereçam apoio, segurança e “amor incondicional” a um indivíduo que passa por algum trauma, e essa conduta provocará uma retomada no seu desenvolvimento psicológico. No entanto, o indivíduo pode ser mais ou menos resiliente de acordo com o momento no qual vive e as condições do ambiente, ainda que a presença de fatores protetores (como os tutores da resiliência) bem estabelecidos na infância e na adolescência possa facilitar ao indivíduo um bom desenvolvimento mesmo em situações adversas. Isso significa que a resiliência resulta da interação entre fatores de proteção, fatores de risco e o contexto.

2.2 Resiliência: fatores de proteção e fatores de risco

Quando se fala em resiliência é necessário compreender e identificar os fatores de risco e os fatores de proteção que estão constantemente interagindo com o indivíduo e seu ambiente. Segundo Grunspun (2006), os fatores de proteção são aqueles que favorecem o desenvolvimento humano e funcionam como escudo protetor contra os efeitos de circunstâncias desfavoráveis. Os fatores de proteção podem ocorrer de duas maneiras: 1) quando relacionado ao suporte social e familiar. O suporte social pode ser proporcionado por meio do apoio de uma pessoa ou uma instituição como a escola, igreja, clube. Já o suporte familiar, se daria pela coesão e o bom relacionamento com um adulto significativo da família e, 2) quando relacionado às características do próprio indivíduo como: auto-estima elevada, autocontrole, competência pessoal, boas habilidades sociais e boa habilidade para solucionar problemas. Assim, os fatores de proteção referem-se às influências que modificam, melhoram ou alteram respostas pessoais a determinados riscos de desadaptação (RUTTER, 1987).

De acordo com Cyrulnik (2004), o indivíduo desde criança vai tecendo involuntariamente sua resiliência por meio da construção de recursos internos que dependem também da afetividade no dia a dia, sobretudo a maneira pelo qual a família o envolve, e o sentido que ele atribui aos acontecimentos que vivencia.

Ainda em relação ao suporte familiar, a teoria do apego de Bowlby (1990) evidencia a importância da ligação emocional entre a criança e a mãe (ou seu cuidador) para orientar o desenvolvimento afetivo, cognitivo e social da

criança desde o nascimento ao longo da vida. Segundo o autor, uma criança que tem pais afetivos e vive em um lar bem-estruturado, no qual encontra conforto e proteção, consegue desenvolver um sentimento de segurança e confiança em si mesma e em relação àqueles que convivem com ela. Alguns autores concordam com a afirmação de que uma relação segura de apego reduz o efeito das adversidades e favorece o comportamento resiliente, além de ser a base para a formação de uma rede de apoio social (DALBEM e DELL'AGLIO, 2008; ALEXANDRE e VIEIRA, 2004; TROMBETA e GUZZO, 2002). Entretanto, de acordo com Brito e Koller (1999), não será simplesmente a existência da rede de apoio social que garantirá a qualidade desse fator de proteção, mas as significações internas do indivíduo dadas a essas redes. Por isso a importância, no estudo da resiliência, de não apenas identificar os fatores protetores, mas entender como contribuem para um resultado positivo.

Já os fatores de risco estão relacionados aos eventos negativos da vida que, quando presentes, aumentam a probabilidade do indivíduo apresentar problemas físicos, psicológicos e sociais. Yunes (2003) aponta que separação dos pais, morte de entes próximos, doenças crônicas, guerras, abuso físico ou sexual, pobreza e rupturas de relacionamentos, dentre outros são exemplos de fatores de risco. No entanto, Yunes e Szymanski (2001) dizem que devemos levar em consideração o nível de exposição do indivíduo a uma situação de risco e os limites de cada um, pois o sentido atribuído a cada evento estressor é que o classificará ou não como fator de risco. Assim, um evento pode ser considerado um risco por um indivíduo e um desafio por outro, portanto, é uma variável vinculada diretamente ao resultado provocado. Da mesma forma que acontece com os fatores de proteção, uma condição de risco não pode ser

assumida *a priori*, mas deve ser analisada a partir do contexto e da interpretação dada pelo indivíduo a essa determinada condição e não como uma variável isolada em si (LUTHAR,1993). Assim, é necessário procurar entender as respostas sadias e adaptativas dos indivíduos em situações estressantes e sua dinâmica, ao invés de identificar fatores de risco e a etiologia dos problemas (TROMBETA e GUZZO, 2002).

Um conceito importante relacionado ao enfrentamento de circunstâncias adversas ou estressantes é o “*coping*”, que se refere aos esforços cognitivos e comportamentais utilizados pelo indivíduo para lidar com as situações indutoras de estresse (FOLKMAN e LAZARUS, 1985). De acordo com os autores, o “*coping*” pode ser compreendido a partir de dois tipos de estratégias: as estratégias focalizadas no problema e as estratégias focalizadas na emoção. No primeiro tipo de estratégia o objetivo é analisar e definir a situação, considerando custos e benefícios e buscando resolver o problema. O segundo tipo é responsável pela diminuição do transtorno emocional gerado por uma situação estressante. Nesse caso o objetivo é manter a esperança e o otimismo, negando a situação e suas consequências. As estratégias de “*coping*” focalizadas no enfrentamento e resolução dos problemas, de acordo com Silva (2001), são mais encontradas em indivíduos considerados resilientes, podendo abrandar o efeito das adversidades, tornando-se um fator de proteção.

2.3 Resiliência e esporte de rendimento

O esporte é uma atividade competitiva que envolve esforço físico vigoroso ou o uso de habilidades motoras relativamente complexas, por

indivíduos cuja participação é motivada por uma combinação de fatores intrínsecos e extrínsecos (DE ROSE JR., DESCHAMPS e KORSAKAS, 2001). A competição esportiva exige dos atletas dedicação intensa (muitas vezes exclusiva, dependendo do nível do atleta), com o objetivo de se obter o melhor desempenho, em busca de resultados traduzidos em vitórias. Assim, as demandas psicológicas e fisiológicas que estão associadas aos treinamentos, competições e organização social do esporte mostram que o desempenho esportivo é um fenômeno complexo afetado por fatores inerentes às diferentes modalidades esportivas e por fatores ambientais. Segundo De Rose Jr., Deschamps e Korsakas (2001), o desempenho esportivo resulta da combinação de três fatores: fisiológicos, biomecânicos e psicológicos. Os fatores fisiológicos estão relacionados ao estado físico e funcional do atleta, desenvolvido através do trabalho de condicionamento físico específico para cada modalidade. Os fatores biomecânicos estão relacionados aos gestos básicos de cada esporte (fundamentos) que são repetidos exaustivamente nos treinos para buscar o aperfeiçoamento das técnicas de execução. Já os fatores psicológicos estão relacionados às características de personalidade do atleta e aos estados emocionais como a ansiedade, agressividade, o estresse, que são importantes para se conseguir manter o equilíbrio emocional necessário a um bom desempenho.

Em um estudo realizado por Luthans e Youssef (2007), verificou-se a relação existente entre as capacidades psicológicas positivas (esperança, otimismo e resiliência) com o desempenho. Dentre essas capacidades psicológicas, a resiliência foi a variável que obteve maior correlação positiva com o desempenho. Esse estudo mostra que indivíduos que apresentam

elevada resiliência tendem a ser mais criativos, ter maior facilidade de adaptação às mudanças, maior persistência para lidar com problemas e consequentemente, um melhor desempenho.

Brandão (2000a) afirma que durante os treinamentos e competições os atletas se confrontam inevitavelmente com uma série de exigências denominadas estressores, que podem variar quanto ao conteúdo e intensidade de seu efeito sobre o rendimento esportivo. Segundo McGrath citado por Weinberg e Gould (2008), o estresse ocorre quando o indivíduo percebe que há um desequilíbrio substancial entre as demandas físicas e psicológicas impostas a ele e sua capacidade de resposta. O estresse decorrente do esforço físico e principalmente mental contribui ainda, decisivamente, para o aparecimento de lesões e contusões e pode propiciar e agravar problemas de relacionamento entre os membros da equipe esportiva. Mas, estes estressores podem influenciar o desempenho via diferentes processos, debilitando-o, ou seja, trazendo ou disparando respostas negativas ou facilitando-o, isto é, ajudando os atletas a usarem os recursos individuais de forma efetiva e eficiente nas situações da competição esportiva. Portanto, tem sucesso os que conseguem sobreviver às tremendas pressões do esporte de alto rendimento e superam as incertezas e as angústias que interferem no desempenho atlético (BRANDÃO, 2000).

Toda tensão biológica, psicológica e social que o atleta enfrenta desde que se inicia no esporte, exige grande capacidade de adaptação, pois a atividade esportiva é, ao mesmo tempo, uma fonte de prazer e de frustração, no entanto, para que o atleta consiga lidar com todas essas demandas e obtenha sucesso, vai depender de como essa atividade será conduzida, além

disso, de acordo com Sanches (2007) o esporte pode propiciar um ambiente que possibilite ao indivíduo vivenciar experiências positivas e até mesmo desenvolver algumas características que favoreçam a promoção da resiliência, como por exemplo: aprender a controlar seus sentimentos, disciplina pessoal, comportamento direcionado a metas, tolerância ao sofrimento dentre outras. Assim, essas características adquiridas por meio do esporte, de acordo com Bell e Suggs (1998), podem criar um escudo protetor que auxilia na exposição às influências negativas no decorrer da vida, pois o espírito de luta vivenciado na prática esportiva também vai ser importante nos desafios que a vida nos apresenta. Rutter (1985) também salienta a importância das experiências positivas para o desenvolvimento da resiliência, pois essas levariam a sentimentos de auto-eficácia, autonomia, auto-estima, capacidade em lidar com mudanças, adaptações e resolução de problemas.

Outro aspecto importante na relação atleta-esporte, diz respeito ao que Guimarães (2004) diz sobre a necessidade do ser humano de pertencer a um grupo para ser aceito socialmente, pois isso constitui um dos fatores determinantes do envolvimento intrínseco numa atividade, juntamente com a percepção de competência e de autonomia, segundo a autora, as pessoas constroem sua identidade, sobretudo com base na percepção de quem são e da posição que ocupam nos grupos aos quais estão vinculados, pois de acordo com Rocca (2007) se o indivíduo tiver o apoio de um grupo para superar as adversidades, este poderá ser um instrumento propício na promoção da resiliência. Portanto, se o esporte for um meio de favorecer esses vínculos e percepções positivas sobre si mesmo, a experiência estará ligada a processos

psicológicos relevantes como, por exemplo, o aumento dos recursos internos disponíveis para enfrentar desafios, situações de fracasso ou conflito.

É preciso levar em consideração também o papel que o técnico pode exercer em benefício do desenvolvimento do comportamento resiliente, tanto perante o grupo quanto na vida pessoal de cada atleta. Segundo Brandão (2000b), além de líder, bom amigo e motivador, o técnico deve ainda ser fonte de inspiração para seus atletas, dando oportunidades iguais para que cada um possa mostrar suas capacidades. Acreditando também na grande influência do técnico na promoção de fatores protetores através do esporte, Grunspun (2006) nos aponta algumas características que o técnico deve cultivar e fortalecer em seus atletas, como auto-estima, autoconfiança, expectativa positiva, coragem e garra. No entanto, de acordo com Valle (2003, p.21): *a prática esportiva constituída como uma prática cultural, valoriza o sucesso e a otimização da performance, geralmente relegando as virtudes dos sujeitos a um plano secundário*. Portanto, é preciso muito cuidado ao se analisar o ambiente esportivo, pois às vezes, o comportamento e atitude dos técnicos, ao invés de trazer benefícios, podem trazer consequências psicológicas desastrosas ainda maiores para os atletas, se transformando, desta forma, num fator de risco. De acordo com Machado (2006), a personalidade, o perfil e as funções do técnico são de extrema importância na interação com os atletas, pois mesmo sendo um técnico inteligente e capacitado, se não souber lidar com as diferenças individuais de seus atletas e se abalar emocionalmente diante de uma situação em que a tensão for grande e na qual todos esperam que ele tenha controle emocional para inverter uma situação desfavorável, os relacionamentos interpessoais na equipe ficarão comprometidos. Assim, além

das características de liderança do técnico, dos relacionamentos interpessoais, a família, mídia, *overtraining* (síndrome do treinamento excessivo), *burnout* (exaustão emocional), e principalmente a lesão no atleta, por serem muitas vezes fontes causadores de estresse, podem ser considerados fatores de risco dentro do esporte de rendimento. Para melhor esclarecimento, *overtraining* segundo o Comitê Olímpico dos Estados Unidos, é definida como sobrecarga excessiva, geralmente física, sobre um atleta sem repouso adequado, resultando em piora do desempenho e incapacidade de treinar em nível normal (WEINBERG E GOULD, 2008). Já o *burnout* associado ao esporte é definido por Raedeke e Smith (2001) como afastamento psicológico, emocional e, às vezes, físico de uma atividade anteriormente prazerosa, em resposta ao estresse excessivo ou à insatisfação causada por desejos e expectativas frustradas.

Outro aspecto relevante acerca do desenvolvimento do comportamento resiliente, foi evidenciado em alguns estudos por autores que acreditam no crescimento e amadurecimento pessoal por meio do sofrimento e dificuldades enfrentadas pelos atletas. Galli e Vealey (2008) realizaram um estudo com o objetivo de investigar a percepção dos atletas (N=10) em suas experiências de superação no esporte. Utilizando o modelo de resiliência de Richardson, concluíram que ao passar por experiências negativas diante de adversidades (como problemas de lesão, mau desempenho, ser cortado da equipe), os atletas conseguiam crescer e se aperfeiçoar com a experiência, pois segundo os autores, esse crescimento só é possível através do esforço para superar as dificuldades.

2.4 Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano

A escolha desse modelo teórico para o presente estudo se deve ao fato dele favorecer a compreensão de um fenômeno de forma contextualizada, pois o Modelo Bioecológico de Urie Bronfenbrenner estuda o desenvolvimento e comportamento do ser humano, analisando de forma integrada as características pessoais e do ambiente ao longo do tempo, sendo esse tipo de análise de suma importância para o estudo da resiliência.

Segundo Narvaz e Kooler (2004), Bronfenbrenner foi influenciado pelas concepções de desenvolvimento de Dilthey, George Mead e Kurt Lewin na estruturação da Abordagem Ecológica de Desenvolvimento Humano, publicada pela primeira vez em 1979. No entanto, diversos foram os trabalhos em que importantes reformulações foram feitas por Bronfenbrenner ao longo do tempo.

Nas considerações iniciais da teoria dos sistemas ecológicos, datada de 1992, notava-se demasiada ênfase aos aspectos do contexto em detrimento dos aspectos da pessoa. Numa segunda fase de sua obra, Bronfenbrenner (1995) incluiu novos elementos para uma integração mais dinâmica resgatando os atributos da pessoa por meio das características de disposições, recursos e demandas; e a variável tempo que até então era tratada como cronossistema foi incorporada ao modelo. Em 1998, esse novo modelo passou a ser denominado Modelo Bioecológico de Desenvolvimento Humano; e propôs que o desenvolvimento fosse estudado por meio da interação de quatro elementos: o Processo, a Pessoa, o Contexto e o Tempo (PPCT) (MORAIS e KOOLER, 2004). Para que possamos melhor compreender todos os elementos que compõe o modelo PPCT abordaremos separadamente cada um deles.

Nesse novo modelo, o Processo é o construto fundamental, surgindo assim um novo conceito denominado pelo autor de Processos Proximais, que seriam segundo ele “os principais motores do desenvolvimento”. (BRONFENBRENNER e MORRIS citado em NARVAZ e KOLLER, 2004, p. 58)

O Processo é constituído por formas particulares de interação que ocorrem entre organismo e ambiente e operam por um período de tempo. São esses mecanismos primários do desenvolvimento humano que Bronfenbrenner define como Processos Proximais (KREBS, 2009). Para esse desenvolvimento ser efetivo é necessário que estejam em ação os seguintes fatores: 1) engajamento da pessoa em uma atividade; 2) a interação deve acontecer em uma base relativamente regular por um longo período de tempo; 3) complexidade progressiva das atividades em que a pessoa está inserida; 4) reciprocidade entre as relações interpessoais ; 5) para que haja interação recíproca, os objetos e símbolos presentes no ambiente devem estimular a exploração e a imaginação do indivíduo (NARVAZ e KOLLER, 2004).

De acordo com Bronfenbrenner, os Processos Proximais conduzem a dois tipos de resultados evolutivos que podem ser: os efeitos de competência – representados pela aquisição e desenvolvimento de conhecimento, habilidades e capacidades para conduzir e direcionar seu próprio comportamento; e os efeitos de disfunção, ou seja, manifestações recorrentes da dificuldade em manter o controle e a integração do comportamento em diferentes domínios do desenvolvimento (NARVAZ e KOLLER, 2004).

No entanto, quando Bronfenbrenner propõe os Processos Proximais como um mecanismo de desenvolvimento, ele enfatiza que o poder de produzir o desenvolvimento não depende apenas dos processos proximais. Eles variam

substancialmente em função das características da pessoa (Pessoa), dos ambientes remotos ou imediatos (Contextos) e dos períodos de tempo (Tempo) no qual os processos proximais ocorreram (COPETTI, 2001).

O segundo componente do Modelo Bioecológico é a Pessoa. Nessa perspectiva, a pessoa é um ser ativo capaz de sofrer influências desses sistemas, ao mesmo tempo em que neles determina mudanças (COPETTI e KREBS, 2004). O elemento da pessoa é descrito por Bronfenbrenner por meio de três características pessoais que atuam no desenvolvimento e influenciam nos processos proximais: disposições (forças), recursos e demandas.

As disposições são as características comportamentais (forças geradas por energia psicológica, ou seja, a motivação da pessoa para realizar algo) que podem tanto colocar os processos proximais em movimento, como retardar e até impedir sua ocorrência. Quando essas características apresentam atributos negativos tais como impulsividade, distração, incapacidade para adiar gratificações, prontidão para recorrer a agressões e violência, ou seja, dificuldade para manter o controle sobre as emoções e comportamentos, elas são chamadas de disruptivas. Segundo Bronfenbrenner (2005), pessoas que exibem algumas dessas propensões, poderão encontrar dificuldade para empenhar-se em processos que requeiram padrões progressivamente mais complexos de interação recíproca sob um período estendido de tempo. Já as características positivas chamadas de gerativas estariam relacionadas com a curiosidade, tendência em empenhar-se em atividades sozinha ou em grupo, prontidão para adiar uma gratificação imediata para perseguir uma meta a longo prazo.

Os recursos constituem o que Bronfenbrenner e Morris (1999) denominam de ativos e passivos biopsicológicos, e têm o poder para influenciar a capacidade de um organismo de envolver-se efetivamente no processo de desenvolvimento. Esses recursos são manifestados em duas categorias: a primeira relacionada às condições passivas da pessoa que limitam ou rompem a integridade funcional de um organismo, tais como defeitos genéticos, baixo peso, dificuldades físicas, danos cerebrais causados por acidentes ou doenças graves; e a segunda categoria se refere às condições ativas, relacionadas às habilidades físicas da pessoa, as experiências e o conhecimento que ela possui desenvolvido ao longo do tempo (COPETTI, 2001). Os recursos pessoais também podem assumir um importante papel na interação para desencadear, fortalecer ou enfraquecer determinadas disposições pessoais, tanto positiva quanto negativamente, ou seja, quando se têm a disposição pessoal para reorganizar ações quando estas não estão surtindo o efeito desejado numa determinada atividade, vai ser necessário um conjunto de recursos pertinentes a ela. Isso ficou evidenciado em alguns estudos realizados no âmbito esportivo citados por Copetti e Krebs (2004), em que indivíduos mais competentes tendiam a se envolver mais em atividades e permanecer por mais tempo engajados nelas, o que reflete a influência dos recursos sobre as disposições pessoais. Deve-se considerar também que dentre esses recursos inclui-se todos os conhecimentos que a pessoa já possui daquela determinada atividade, e das outras pessoas que estão participando dela, bem como das suas próprias capacidades e habilidades pessoais.

Já as demandas, são os atributos da pessoa que afetam o desenvolvimento pela sua capacidade para provocar ou inibir reações dos

ambientes sociais que ela participa, as quais podem romper ou favorecer os processos proximais. É, portanto, a “primeira impressão” que o indivíduo desperta nas pessoas, que faz com que receba atenção, afeto, ou por outro lado, desperte sentimentos negativos como desprezo, raiva. Exemplos são encontrados em bebês nervosos versus bebês felizes, na aparência física atrativa versus sem graça, ou ainda, passividade versus hiperatividade (KREBS, 1995).

O terceiro componente do modelo, o contexto, é compreendido como os ambientes imediatos ou remotos, que tem o poder de influenciar o desenvolvimento. Bronfembrenner define o contexto em quatro níveis ambientais sociais integrados: microssistema, mesossistema, exossistema e macrossistema. O microssistema é o ambiente mais imediato no qual a pessoa em desenvolvimento participa ativamente. O mesossistema envolve o conjunto de relações sociais que ocorre entre dois ou mais ambientes, no qual a pessoa participa ativamente em certo momento, o qual passa a influenciar os ambientes mais próximos. O exossistema é composto pelos ambientes nos quais a pessoa em desenvolvimento não participa, mas é influenciado por ele e também irá influenciá-lo. Já o macrossistema, é visto como estruturas sociais mais amplas, que envolvem sistemas de valores, ideologias, sistema de governo, culturas, religiões, que influenciam o desenvolvimento da pessoa.

A dimensão do Tempo no Modelo Bioecológico foi o último elemento a ser introduzido e deve ser compreendido como um sistema integrado que possui três níveis: microtempo, mesotempo, e macrotempo (KREBS, 2009). Santos (2006) ressalta que o Tempo deve ser estudado a partir de um ponto de vista histórico-evolutivo, importando tanto o processo proximal que determina o

desenvolvimento ao longo do tempo, quanto o processo histórico que envolve a pessoa e o ambiente.

Como o tempo exerce um papel no desenvolvimento a partir de mudanças e continuidades características do ciclo de vida, o microtempo é determinado pela continuidade e descontinuidade observadas dentro de pequenos episódios dos processos proximais. O mesotempo envolve a periodicidade dos episódios de processo proximal por meio de intervalos maiores de tempo como dias, semanas. E o macrotempo relaciona-se a eventos em mudança dentro da sociedade por meio de gerações (COUTO, 2007).

O Modelo Bioecológico, dessa forma, pode relacionar-se à resiliência, pois esse é um fenômeno que deve ser estudado não somente a partir das características pessoais, mas pela interação dinâmica existente entre a pessoa e o ambiente no qual está inserida. Assim, por meio dessa abordagem, será possível também analisar no âmbito esportivo, os fatores que levaram as atletas a permanecerem engajadas no esporte, mesmo diante das adversidades que enfrentaram durante a carreira esportiva.

CAPÍTULO 3

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este estudo caracterizou-se por uma pesquisa descritiva de abordagem qualitativa, cujo processo investigativo segundo Miles e Huberman (1994), leva o pesquisador a compreender gradualmente o sentido de um fenômeno social, no caso desse estudo a resiliência, ao relatar, comparar, reproduzir e relacionar o objeto do estudo na análise dos dados. De acordo com Santos (2006), nesse tipo de abordagem o significado atribuído aos fatos da vida e à própria vida é compreendido a partir da perspectiva dos participantes da pesquisa, com a qual se consegue captar significados, motivos, atitudes e crenças, que se expressam nas diversas linguagens da vida cotidiana.

A utilização de métodos qualitativos no estudo do fenômeno da resiliência, segundo Ungar (2003), tem muito a contribuir, pois a pesquisa qualitativa aborda dois aspectos fundamentais que em muitas pesquisas com resiliência não são levados em consideração: o cuidado na escolha das variáveis dependentes (fatores de risco e fatores de proteção) e a análise do contexto sócio-cultural.

A investigação da resiliência foi feita na perspectiva do Modelo Bioecológico de Urie Bronfenbrenner (1996) no qual segundo o autor, as propriedades da pessoa e do meio ambiente e os processos que ocorrem dentro e entre eles devem ser considerados e analisados de forma interdependente. Assim, fatores individuais e sociais que estão implícitos na própria definição da resiliência, foram analisados a partir das características pessoais das atletas, do processo através do qual ocorreu o desenvolvimento,

e do contexto esportivo no qual as atletas participaram ou ainda participam ativamente.

3.1 Amostra

A amostra foi constituída de maneira não probabilística intencional e composta por atletas e ex-atletas (N=7) da Seleção Brasileira de Basquetebol Feminino. Dentre essas, seis participaram de campeonatos mundiais, seis estiveram em Olimpíadas e todas participaram de, no mínimo, um Jogo Pan-Americano e um Pré-Olímpico. As atletas foram selecionadas a partir dos seguintes critérios de inclusão: ser ou ter sido jogadora da Seleção Brasileira de Basquetebol, independentemente do ano de início de atuação na equipe, mas que tenha participado de campeonatos mundiais e/ou olímpicos e resida atualmente no estado de São Paulo. A participação em estudos anteriores similares, não foi impedimento para participar deste. A identificação das atletas foi feito por números.

A escolha dessas atletas se deve ao fato de representarem a elite do esporte de alto rendimento brasileiro e mundial. A maioria jogou no período que vai de aproximadamente 1980 a 2000 (duas ainda continuam jogando), fase em que o basquetebol no Brasil teve importante apoio financeiro através de patrocinadores e grande destaque na mídia, conquistando inúmeras medalhas: Campeonato Mundial: 1 ouro; Jogos Olímpicos: 1 prata e 1 bronze; Jogos Pan-Americanos: 1 ouro, 1 prata, 1 bronze; Copa América: 3 ouro e 2 prata; Pré-Olímpicos: 1 ouro, 1 prata e 2 bronze. Além do mais, partimos do pressuposto de que atletas de seleção brasileira adulta têm uma vivência média de pelo

menos dez anos dentro do esporte e, portanto, vivenciaram situações como: mudança de clubes, troca de treinadores, lesões, e situações adversas que exigiram das atletas múltiplas adaptações.

3.2 Instrumento e procedimentos

O instrumento utilizado para investigar os atributos pessoais, o contexto da prática do basquetebol, os fatores de proteção e de risco e a interpretação dada pelas atletas às experiências positivas e negativas vivenciadas ao longo da carreira esportiva foi uma entrevista semi-estruturada composta por perguntas que permitiram respostas abertas, que foram gravadas e posteriormente transcritas (Anexo1). O critério utilizado para formulação do roteiro para a entrevista foi baseado nos elementos do Modelo Bioecológico (PPCT), sendo que o tempo de gravação de cada entrevista variou de 30 a 50 minutos e, para tal, fizemos uso de um gravador da marca Panasonic modelo RR-US430.

Todas as participantes receberam um telefonema feito pela pesquisadora principal, explicando os objetivos do estudo, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e as características da entrevista a ser utilizada. Para a entrevista foi agendado um encontro em data e local que fosse mais conveniente para as atletas, ocasião em que assinaram também o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo2) elaborado segundo as normas do Comitê de Ética em Pesquisa da USJT. As atletas estavam cientes da liberdade para interromper sua participação na entrevista no momento em que desejassem. Ressalta-se ainda que a participação nesse estudo foi voluntária e todas as atletas tiveram

seus nomes e respostas resguardados sob sigilo, mas devido ao número reduzido e a especificidade do grupo de sujeitos delimitado para a pesquisa, não será possível garantir o anonimato com absoluta certeza. Os dados obtidos a partir das respostas dadas foram confidenciais, de uso restrito dos pesquisadores e utilizados somente para fins de pesquisa e publicação científica.

O projeto de pesquisa que gerou essa dissertação foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da USJT sob protocolo número 041/09.

3.3 Análise dos dados

A análise das entrevistas foi feita de acordo com os procedimentos recomendados por Miles e Huberman (1994), adaptados especialmente para esse estudo, e compostos pelas seguintes etapas: a) transcrição, palavra por palavra, das respostas relatadas pelas atletas sem qualquer interpretação, para se ter uma visão geral de todas as proposições e obter um sentido dos relatos dos sujeitos; b) leitura exaustiva das entrevistas com o objetivo de se tornar completamente familiarizado com elas; c) seleção das informações consideradas relevantes baseadas nos objetivos do estudo, escolhendo como unidades de registro, frases e/ou afirmações; d) considerando as questões levantadas para a investigação da resiliência no contexto esportivo de alto rendimento, analisaram-se os dados obtidos por meio das entrevistas, relacionando-os aos elementos PPCT do Modelo Bioecológico de Bronfenbrenner tal como mostra o fluxograma apresentado na figura 1.

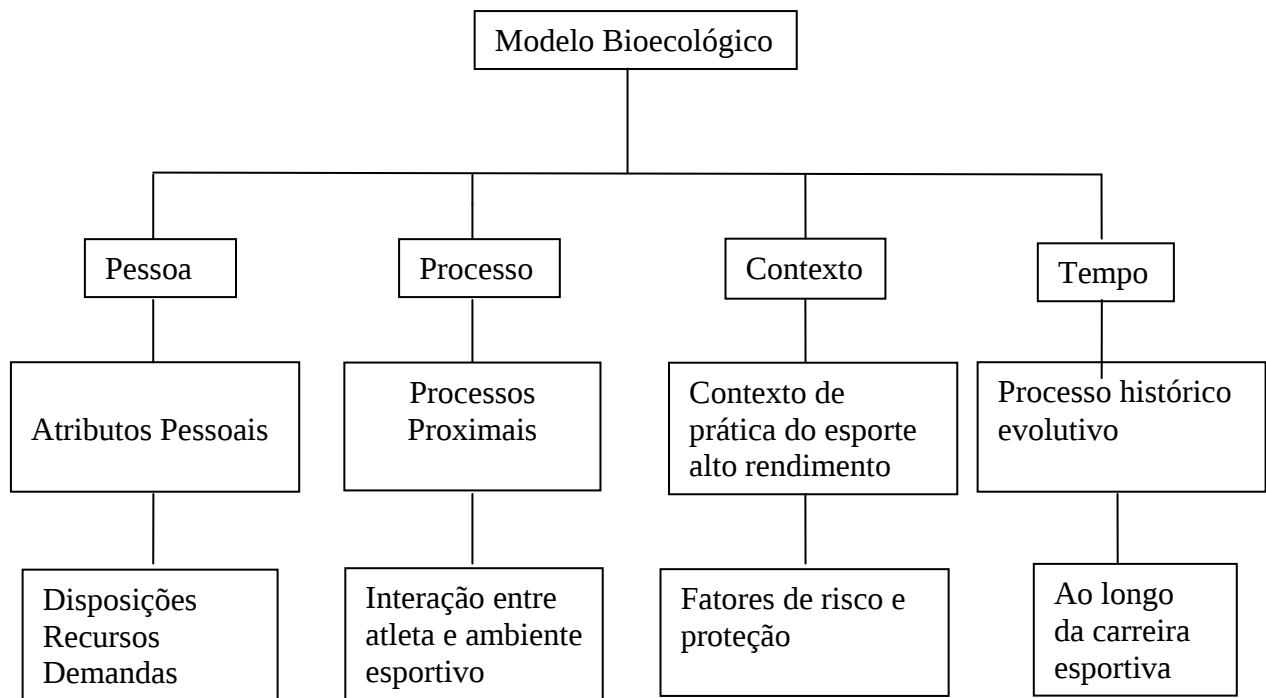


Figura 1- Fluxograma do modelo de análise construído para o estudo

Assim, para a análise dos quatros elementos (PPCT) adotaram-se os seguintes critérios:

Pessoa – Verificaram-se os atributos pessoais identificando as três características (disposições, recursos e demandas) que podem ser representados tanto por elementos facilitadores quanto inibidores no envolvimento e desenvolvimento das atletas no basquetebol através da maneira delas pensarem e agirem no dia a dia.

Processo – Analisou-se o desenvolvimento e a interação duradoura das atletas no ambiente esportivo caracterizados pelos processos proximais que fez com que permanecessem envolvidas com o basquete e chegassem ao alto rendimento.

Contexto – Para identificar o contexto do esporte de alto rendimento a partir desse microssistema identificaram-se os fatores de risco e os fatores de proteção evidenciados pelas atletas e os supostos tutores da resiliência.

Tempo – Nessa dimensão procurou-se entender o processo evolutivo das atletas ao longo da carreira esportiva.

CAPÍTULO 4

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano de Bronfenbrenner é uma poderosa ferramenta para se entender a mútua e recíproca relação entre o indivíduo e o meio ambiente, tanto imediato quanto mais afastado. Nesse sentido, três aspectos devem ser examinados: 1) as características do indivíduo; 2) as características do ambiente vivenciado pelo indivíduo e, 3) a dinâmica da interação entre o indivíduo e o ambiente ao longo do tempo.

Para compreender as características do indivíduo identificamos os atributos pessoais das atletas de basquetebol em termos de disposições (quadro 1), recursos (quadro 2) e demandas (quadro 3), incluindo as disposições para o engajamento no esporte (quadro 4), permanência (quadro 5) e abandono da prática (quadro 6). Para compreender as características do ambiente, descrevemos o contexto de prática do esporte de alto rendimento, identificando os fatores de risco (quadro 7) e proteção (quadro 8) que permearam a história de vida dessas atletas. Finalmente, para compreender a dinâmica da interação entre o indivíduo e o ambiente ao longo do tempo identificamos a forma como as atletas interpretaram as experiências positivas e negativas vivenciadas ao longo da carreira esportiva e o reflexo disso sobre suas vidas.

4.1 Características do indivíduo

As características individuais segundo Bronfenbrenner e Morris (1999), são os modos de comportamento ativo que tendem a colocar os processos

proximais em movimento e manter suas operações; ou, ao contrário, retardar ou até mesmo impedir sua ocorrência. O quadro 1 apresenta as características identificadas nas atletas como positivas (gerativas) e negativas (disruptivas).

Quadro 1- Frequencia de discursos para características positivas e/ou negativas em relação às disposições pessoais

Características positivas	Capacidade de superação	5
	Ser determinada	4
	Curiosidade	1
Características negativas	Arrogância	2
	Timidez	2
	Insegurança	1

No quadro 1 observa-se que a capacidade de superação, ser determinada e a curiosidade são características consideradas positivas e que as duas primeiras se destacam nas atletas, tanto em relação à vontade de atingir objetivos, quanto à superação de dificuldades emocionais, físicas ou de relacionamentos. Os discursos a seguir mostram duas situações distintas que exemplificam a capacidade de superação das atletas.

Eu opereí o joelho cinco vezes, três vezes o joelho direito e duas vezes o esquerdo, e isso é motivo pra

desanimar, eu tinha que ficar parada quatro, cinco meses, e cada vez eu tinha que recomeçar, mas eu sempre tinha vontade de me superar (Atleta 1)

No momento que a gente se encontra pressionada ou desgostosa com algum resultado, a gente tem que fazer com o que o limão vire uma limonada, é o poder de se superar, e é engraçado que isso permanece na vida da gente depois (Atleta 3)

Por outro lado, as características consideradas negativas encontradas nas atletas seriam a arrogância, timidez e a insegurança. No entanto, a presença dessas características não foi impedimento para que essas atletas tivessem sucesso em sua carreira esportiva, pois muitas foram ao longo do tempo se educando e aprendendo a lidar melhor com todo tipo de situação, principalmente no que diz respeito às relações interpessoais. Veja os discursos:

Eu era uma pessoa metida à besta, porque eu não tinha nada e achava que tinha tudo, e eu fui aprendendo com as pessoas que não é por aí, porque o esporte fez eu me tornar uma pessoa muito melhor do que eu era (Atleta 2).

Eu sou tímida, então às vezes isso passa uma certa arrogância, eu gosto muito de chegar num lugar e analisar muito onde estou (Atleta 3).

Quanto à análise dos recursos, Copetti e Krebs (2004) afirmam ser importante levar em consideração que toda pessoa envolvida em uma atividade, seja essa individual ou em grupo, possui um conjunto de recursos que a capacitam a atuar com maior ou menor grau de eficiência nos contextos em que participa e que quanto maior e melhor for esse conjunto de recursos pessoais, maiores serão as possibilidades e opções que essa pessoa terá para obter sucesso. O Quadro 2 apresenta os recursos, relacionados às habilidades físicas, conhecimento e experiências desenvolvidas pelas atletas ao longo do tempo.

Quadro 2 – Frequência de discursos para recursos

Ser habilidosa	3
Ter estatura favorável	2
Ser disciplinada	2
Ter jogo de cintura	2
Facilidade para aprender os fundamentos	1

No quadro 2, observa-se que para os recursos relacionados às habilidades físicas, ser habilidosa (ter coordenação, agilidade, força) para jogar basquete foi uma característica citada por três atletas, o fato de ter estatura favorável para jogar basquete foi mencionado por duas delas e apenas uma atleta relatou que desde criança já tinha facilidade para aprender os fundamentos do basquete. Com relação aos recursos relacionados ao conhecimento e

experiências desenvolvidas ao longo do tempo, duas atletas citaram ser disciplinadas, e outras duas, ter jogo de cintura. Como veremos nos discursos a seguir, uma delas relatou que o técnico dizia que a disciplina era uma característica importante para quem desejava ser uma jogadora de basquete.

Ele me ensinou o que era ser realmente uma jogadora de basquete: ter disciplina, cumprir horários, ter respeito, cumprir com o meu contrato (Atleta 2).

O basquetebol nos ensina muita coisa, é um esporte coletivo, você aprende a conviver, respeitar, ter jogo de cintura, eu nunca tive dificuldade de me relacionar com ninguém (Atleta 4).

Assim, podemos compreender que os recursos utilizados para a execução de uma ação específica resultam de processos de interação entre o conjunto de recursos da pessoa: físicos, motores, perceptivos, cognitivos, sociais ou emocionais (Copetti e Krebs, 2004). A terceira característica dos atributos pessoais diz respeito ao que Bronfenbrenner e Morris (1999) denominam de demandas da pessoa, sendo essa a capacidade do indivíduo de provocar ou inibir reações dos ambientes sociais que irão afetar seu desenvolvimento. O Quadro 3 apresenta as características identificadas nas atletas que desencadeavam algum tipo de reação nas outras pessoas como

familiares, colegas de equipe, torcedores, técnicos, etc. Essas características são apresentadas no quadro a seguir.

Quadro 3 – Frequência de discursos para demandas

Ser extrovertida	3
Ser divertida	2
Simpatia	2
Humildade	2
Se dar bem com todos	2
Ser negra	2
Tolerância	1
Sinceridade	1

Dentre as características observadas no quadro 3, nota-se que de alguma forma elas ajudaram as atletas a se desenvolverem e atingirem seus objetivos: ser extrovertida, ser divertida, simpatia, humildade, se dar bem com todos, tolerância e a sinceridade. Um exemplo dessas características está no discurso a seguir:

Eu sempre fui uma pessoa muito querida no meio do basquete, eu acho que isso é importante porque por onde eu passei, ou por onde eu venha passar, eu tenho certeza de que as portas estarão sempre abertas pra mim por que eu sou sincera, eu sou dedicada, eu sempre me dei bem com todos (Atleta1).

Vale uma ressalva para a característica “ser negra”. O fato de ser negra assumiu diferentes reações em diferentes situações em atletas diferentes, ou seja, uma atleta relatou que no início da carreira sofreu preconceitos, no entanto, essa mesma atleta em outra situação se destacou das demais pelo mesmo fato de ser negra e para uma segunda atleta, o fato de ser negra não fez diferença.

A partir do momento que eu comecei a jogar basquete deu essa viravolta na minha vida, porque negra que não tinha condições nenhuma na vida, não estudava direito porque tinha que ajudar a mãe em casa, então através do esporte foi mais fácil (Atleta 2).

Alguns recursos pessoais como ter habilidade física, ter jogo de cintura, ou mesmo a falta desses recursos, são entendidos como características que geram algum tipo de reação nas outras pessoas. Assim, de acordo com Copetti (2001), alguns recursos pessoais podem assumir também a forma de característica de demanda da pessoa. O mesmo pode ocorrer com relação às disposições pessoais, que também podem assumir a função de demandas pessoais, uma vez que a capacidade de superação, a curiosidade, são características que têm o poder de desencadear reações em outros indivíduos. Portanto, tais colocações nos levam a entender que uma característica pessoal pode não assumir um único e exclusivo papel no desenvolvimento da pessoa.

Ao se fazer uma análise geral dos atributos pessoais das atletas de basquetebol em termos de disposições, recursos e demandas observa-se que

mostram habilidades para estabelecer laços de intimidade com outras pessoas, independência, humor, iniciativa e competência para resolver problemas. Essas características, segundo Melillo e Suárez Ojeda (2004), são equivalentes às características encontradas em pessoas resilientes. No entanto, devemos lembrar que essas características não podem ser analisadas de maneira isolada, pois, segundo os autores, elas dependem das condições do ambiente, e da presença ou ausência dos fatores de risco e dos fatores de proteção para que possam ter efeitos positivos no desenvolvimento do indivíduo. Além do mais, a interpretação de um determinado acontecimento poderá ser diferente de um indivíduo para outro.

É interessante ressaltar que a maioria dessas atletas morava em cidades grandes, e todas pertenciam a famílias de baixo poder aquisitivo. Assim, ao identificar as principais motivações que as levaram ao engajamento, permanência e à disposição para o abandono da prática, a oportunidade de conseguir, através do esporte, uma melhor condição de vida foi fator de grande motivação tanto para as atletas como para a própria família, o que pode justificar o incentivo e apoio por parte desses. Essa influência pôde ser constatada quando se investigou como surgiu o interesse pelo basquetebol (quadro 4).

Quadro 4- Frequência de discursos para o engajamento no basquete

Influência familiar	4
Observar treinamento	1
Atividades esportivas em clubes	1
Influência da mídia	1

Podemos observar, no quadro 4, que o engajamento no basquetebol está relacionado, principalmente, à influência familiar. Segundo Neto (2000), os motivos que levam crianças, jovens e adolescentes a se interessarem em participar e escolher uma modalidade esportiva giram em torno da influência da mídia, do status social e econômico alcançado pelos ídolos e pela influência direta dos pais. Pesquisadores reconhecem que os familiares, quase sempre, desempenham um papel muito importante na introdução da criança no esporte e sua transformação em atleta (GOULD, LAUER, ROMAN e PIERCE, 2005). Os discursos das atletas a seguir exemplificam a influência da família nas disposições pessoais para o engajamento em atividades esportivas.

Quando eu tinha 12 anos, meu irmão, meu tio, meus primos já jogavam basquete, nada profissional, mas era um estímulo positivo para o esporte, e acabou que eu entrei junto (Atleta 6).

Eu tinha duas irmãs que jogavam basquete e minha irmã mais velha fazia atletismo, e eu comecei ir no treino pra assistir minha irmã e sempre que faltava alguém o técnico perguntava você não quer entrar um pouquinho? E nessa de ir entrando, eu comecei a jogar (Atleta 7).

Foi possível observar também nos discursos das atletas que o que as moveu em direção ao basquete foi conhecer o que não conheciam, em outras palavras, a curiosidade. De acordo com Copetti (2001), a curiosidade é uma característica positiva importante, pois além de desencadear no indivíduo a

iniciativa para se envolver em alguma atividade, permite que vivencie e construa um significado próprio para sua experiência. Os discursos a seguir destacam o papel da curiosidade:

Eu tinha 12 anos e fui fazer um curso esportivo de natação, mas no primeiro dia de aula, de onde era a piscina, tinha uma visão da quadra e tinha alguém jogando, aí eu disse para o professor, eu não quero nadar, eu quero ir lá jogar bola na cesta (Atleta 1).

Quando eu era criança, eu gostava de assistir jogo de basquete pela televisão e um dia na aula de Educação Física a professora queria formar um time de basquete para os jogos escolares, ela me convidou e eu fui (Atleta 5).

Além da disposição pessoal para iniciar no basquete é importante a disposição para permanecer nele por um período significativo de tempo. Persistir engajado na prática sistematizada do basquete mostra a existência de uma disposição pessoal positiva. O quadro 5 revela as categorias de discursos relacionadas à disposição para a permanência no basquete.

Quadro 5- Frequência de discursos para a permanência no basquete

Ter reconhecimento	2
Motivada por objetivos e metas	2
Desafios	2
Retorno financeiro	2
Querer vencer	1
Paixão pelo esporte	1

Nota-se no quadro 5 que os discursos das atletas para continuar praticando basquete evidenciam não apenas a motivação intrínseca como paixão pelo esporte, desafios a enfrentar, metas a atingir e o desejo de vencer, mas também uma motivação extrínseca relacionada ao retorno financeiro proporcionado pelo esporte e o desejo de ter o reconhecimento de outras pessoas. Exemplos de discursos podem ser observados a seguir.

A pessoa que larga tudo pra trás para ser atleta tem que amar muito aquilo que faz, eu amo o basquete e me alimento disso o tempo todo, mas na verdade nem tudo são flores (Atleta 6).

O que me motiva é ter objetivos, se você não tem objetivo não tem como, vou jogar pra quê? Pra chegar a onde? Pra ser quem? Pra ser igual? Igual, eu não quero ser, eu quero ser melhor (Atleta 1).

O que me motivava mais eram os desafios, desafio de você estar se preparando para algo que ia te trazer algum benefício, na final de um campeonato quando você sabia que aquela situação dependeria de você pro seu sucesso pessoal e até mesmo coletivo, eram momentos que serviam como incentivo (Atleta 4).

De acordo com o Modelo Interacional da Motivação de Weinberg & Gould (2008), a motivação para a prática esportiva depende da interação entre as características de personalidade (expectativas, necessidades, interesses) e fatores do meio ambiente (tarefas atraentes, desafios, influências sociais), mas a importância desses fatores pode mudar no decorrer da vida dependendo das

necessidades e oportunidades vivenciadas. A motivação, a partir dos objetivos e metas estabelecidos, é uma influência que, segundo Gouvêa, Presoto e Machado (2008), além de ser mais estimulante pelo fato de alcançar algo, é eficiente também para melhorar a qualidade dos treinamentos, aumentar o rendimento e a confiança em si mesmo e desenvolver a auto-estima. Assim, a disposição para continuar engajada no esporte é desencadeada não só a partir da motivação pessoal, mas também pela interdependência dos contextos (microssistemas) de desenvolvimento em que as atletas participam (Copetti, 2001).

Bronfenbrenner (1996) coloca que, para que uma atividade gere desenvolvimento, ela deve apresentar, além de uma persistência temporal, um significado próprio para cada indivíduo. Esta afirmação está de acordo com pesquisas anteriormente realizadas que mostram que a avaliação de uma atividade, o tempo e a energia despendidas para realizá-la estão associadas com o engajamento nessa atividade (MAGEAU; VALLERAND, 2007). Além do mais, para os autores, a paixão é o combustível que aumenta a motivação, traz bem-estar e dá significado para a vida do dia a dia. Paixão pode ser definida como uma atividade que os indivíduos gostam, consideram importante e na qual investem tempo e energia. Outra característica importante da paixão é que o envolvimento com a atividade apaixonada é tão intenso que esta passa a representar um aspecto central da identidade do indivíduo (VALLERAND et al., 2003).

A disposição para o abandono do esporte é uma ameaça presente nas várias etapas da vida de um atleta (aprendizagem, aperfeiçoamento e alto rendimento), embora as motivações sejam distintas em cada uma delas. As

disposições encontradas para o abandono da prática do basquete nas atletas analisadas estão representadas no quadro a seguir.

Quadro 6- Frequência de discursos para a disposição para o abandono da prática do basquete

Dificuldade de adaptação	3
Pressão	1
Resultados negativos obtidos	1
Lesões físicas	1
Questões salariais	1

Observa-se no quadro 6 que a dificuldade de adaptação foi a causa mais citada. É comum no esporte de alto rendimento a mudança de clubes, cidades e, até mesmo países. Assim, o afastamento da família pode explicar em muitos casos, essa dificuldade de adaptação, uma vez que, das atletas avaliadas, somente uma permaneceu junto da família. Os discursos a seguir refletem essas dificuldades.

Eu pensei em desistir em vários momentos, eu pensei logo quando eu fui morar fora com 13 anos porque foi muito difícil ficar longe da minha mãe, da minha família, foi terrível, eu falava com minha mãe duas vezes por dia (Atleta 7).

Nas primeiras convocações pra seleção eu chegava em casa chorando e falava que não queria ir mais, porque eu era muito menina e comecei a conviver

com meninas de 18, 20 anos que já tinham uma certa malícia (Atleta 3).

Embora apenas uma atleta tenha citado a pressão que sofria por parte dos pais e técnicos como fator que a levou a pensar em alguns momentos a desistir da carreira esportiva, esse é um dos motivos que, segundo Vieira (1999), impulsionam muitos atletas a abandonarem a prática esportiva, pois a pressão pode gerar emoções negativas como a perda do prazer, da motivação e conseqüentemente do interesse. Aqui fica evidente a influência dos microssistemas (família e clube) no desempenho das atletas no contexto esportivo.

Segundo De Rose Jr. (1999), o basquete é um esporte que exige muito contato entre os jogadores e, conseqüentemente, provoca um grande número de lesões em função dos deslocamentos, mudanças bruscas de direção e saltos. No entanto, embora três atletas tenham enfrentado sérios problemas de lesão, apenas uma relatou ter pensado em desistir de jogar basquete em decorrência desse problema.

Eu sofri uma lesão grave no joelho e depois de fazer um tratamento por três meses eu torci o mesmo joelho de novo e tive que operar, aí eu pensava será que eu volto, será que eu vou jogar no mesmo nível, foi uma situação complicada porque eu tinha acabado de mudar de equipe. Aí eu lutei, lutei, e no outro ano eu tive um ano bacana, mas aí eu fui jogar numa outra equipe e torci o outro joelho, aí eu realmente pensei em parar de jogar (Atleta 5).

A extensão e o envolvimento com o basquete pode explicar, somente em parte, porque as atletas fazem uma atividade que as torna expostas a lesões e a experimentar uma grande quantidade de estresse, muito da qual prejudicará seu desempenho. Jogar basquete, como qualquer atividade esportiva, não é somente a expressão de necessidades fisiológicas, mas também de necessidades psicológicas e dos valores que orientam sua prática.

Para Torregrosa e Lee (2000), os valores são princípios ou crenças consideradas significativas ou desejáveis. Eles ajudam a guiar o comportamento, definem metas e estabelecem padrões de conduta. Em outras palavras, os valores são critérios que as pessoas usam para selecionar e justificar suas ações. Lee et al. (2008) afirmam que se os valores humanos guiam as ações das pessoas e governam sua percepção da realidade, então eles também influenciam atitudes e comportamentos no esporte, sua direção e intensidade. Em função disso, duas atletas disseram nunca ter pensado em desistir da carreira esportiva, como exposto nos discursos a seguir:

Eu nunca pensei em desistir, nem com todos os problemas que tive de lesão, eu até ficava mais motivada para voltar e jogar melhor, me superar (Atleta 1).

Não, nunca pensei em desistir, eu comecei a ganhar dinheiro com 14 anos e ajudei muito a minha família, eu achava que o esporte ia me dar a segurança de eu ter uma casa, de cuidar do meu pai, da minha mãe, de eu poder dar o melhor pra eles (Atleta 2).

Em particular nesse último discurso verificamos que as disposições das atletas são fortemente influenciadas pela interação com o contexto de desenvolvimento na qual está inserida. Essa interação segundo Copetti (2001) ocorre conforme o significado que o basquete possui para cada atleta, além da persistência temporal da interação e da qualidade dessa interação estabelecida pelas expectativas que cada uma tem acerca do esporte. No entanto, as forças advindas desses contextos podem tanto fortalecer quanto inibir as disposições pessoais, em função das características das atletas.

Muitas atletas relataram que o incentivo da família teve influência na decisão de continuar jogando basquete mesmo frente às dificuldades, a postura dos pais, muitas vezes rígida, fez com que não voltassem para casa e desistissem do sonho de ser uma grande jogadora. No discurso de algumas atletas isso fica claro:

Tinha vezes que eu vinha final de semana pra casa e na hora de ir embora eu falava que não queria ir mais, mas minha mãe falava, você vai sim, porque senão, você vai se arrepender depois, você têm que voltar (Atleta 7).

Quando voltei pra casa pensando em desistir de jogar, minha mãe falou: não pára, vai lá, vai até o final, vai buscar o que você quer, não vou deixar você desistir de seus sonhos por causa da primeira pedra no caminho (Atleta 6).

Nesses dois casos, a mãe pode ser considerada na vida das atletas como a pessoa que Cyrulnik (2003) designa como tutor da resiliência. Assim como para outras atletas, essa pessoa foi representada pelo técnico.

4.2 Características do ambiente

O contexto esportivo de alto rendimento, por apresentar um padrão de atividades, papéis e relações interpessoais com características próprias, pode ser considerado um microssistema conforme as descrições feitas por Bronfenbreener e Morris (1999), que foi analisado neste estudo a partir da interação com outros microssistemas em que as atletas participavam ativamente. Assim, procurou-se identificar dentro desses microssistemas, os fatores de risco (quadro 7) e os fatores de proteção (quadro 8) que estariam influenciando no processo de desenvolvimento das atletas a partir das experiências vivenciadas por elas.

Quadro 7- Fatores de risco

Lesões	3
Morte de familiares	3
Cobrança da família	2
Pressão dos técnicos	2
Relacionamentos interpessoais	2
Salário atrasado	1
Gravidez inesperada	1

O quadro 7 mostra que diferentes fatores podem ser considerados risco, desde aspectos diretamente relacionados ao esporte (salários atrasados), quanto aspectos pessoais (morte de familiares, gravidez inesperada, lesões) e interpessoais (cobranças da família, pressão dos treinadores). O esporte de

alto rendimento constitui um processo constante de otimização de capacidades e, portanto, requer maximizar as ações do desportista, para o qual se faz necessário estar em condições físicas e psíquicas tais que possam ser mobilizados todos os recursos do organismo. Uma lesão isola o atleta da atividade, ou, pelo menos, o coloca em condições que não pode levar a efeito, com toda sua amplitude, os requerimentos da execução desportiva (BRANDÃO; AGRESTA, 2008). Por isto, as lesões desportivas, em qualquer parte do corpo que ocorram, influirão, sempre, em toda a pessoa do desportista. De acordo com HEIL (1993), a influência disruptiva da lesão sobre a vida de um atleta é evidente porque existe uma perda temporária da habilidade para participar de atividades de alto rendimento e um significativo temor de não continuar a ter sucesso como esportista.

Eu tive várias lesões consecutivas, tive que operar cinco vezes, então isso é motivo pra desanimar, pra parar, mas eu sempre tinha vontade de me superar (Atleta 1).

Quando eu sofri outra lesão depois da primeira cirurgia eu pensei realmente em parar de jogar mas eu falava não é hora de parar, eu não tinha um plano para encerrar a carreira, então até que esse plano fosse construído eu tinha que continuar jogando, tanto pela questão financeira como psicológica (Atleta 5).

Algo que incomodou bastante na minha carreira foi o problema com o joelho que me fez em alguns momentos pensar em desistir, mas o seu desejo, a

vontade de estar fazendo o que você gosta é muito maior (Atleta 3).

Quanto aos relacionamentos interpessoais, estão implícitos aqui relacionamentos com colegas de time, técnicos e dirigentes. Nas duas situações relatadas a seguir é importante analisar a influência das características pessoais interferindo na maneira de encarar e lidar com os problemas e de suas consequências nas relações interpessoais. Segundo Copetti (2001), as características pessoais atuam como um sistema de forças que colocam o indivíduo em ação e podem ser desencadeadas, fortalecidas ou enfraquecidas pela interação com as forças dos contextos que constituem os ambientes de desenvolvimento de cada atleta.

Eu tive problema com a minha técnica naquela época da gravidez porque ela me criou como se eu fosse filha dela, e ela achou que eu traí a confiança dela, que eu não tive confiança de contar pra ela, aí ela cortou relação comigo, nem conversava, e algumas meninas por causa disso também me viraram as costas, foi um momento meio traumático (Atleta 7).

Eu só queria treinar com técnicos experientes, se eu não sentia confiança na capacidade do técnico, não aceitava nem acatava o que ele falava, uma vez eu fui convidada pra jogar numa equipe de ponta, mas não fui porque não queria trabalhar com aquele técnico (Atleta 5).

A pressão exercida pelos técnicos também foi outro fator de risco que ficou evidente na fala de duas atletas. Condições ou situações de pressão nas quais são feitas cobranças e exigências de resultados, também tendem a gerar reações negativas de estresse, uma vez que os atletas não têm controle sobre o resultado de uma partida (BRANDÃO, 2000). A pressão dos treinadores e familiares para vencer jogos, são exemplos destas situações. Do ponto de vista cognitivo, Cohn (1990) afirma que a percepção de pressão do próprio jogador e dos outros para desempenhar-se bem implica em uma grande tensão sobre os atletas até o ponto no qual as demandas do esporte podem ultrapassar as recompensas. Quando o atleta não consegue lidar com esta "sobrecarga" de expectativa, a atividade esportiva se torna fator de estresse negativo.

Eu nunca gostei que chamasse a minha atenção então eu me cobrava muito, já tinha a cobrança de fora, porque tinha técnico que queria tanto que a menina desse seu máximo que ele acabava passando dos limites, e como eu não queria que acontecesse isso comigo ficava aquele pânico sabe (Atleta7).

Existia uma sobrecarga muito grande, tinha a cobrança por parte dos técnicos, de querer ser técnico, pai, mãe, médico, ser tudo do time e isso era complicado (Atleta 3).

Segundo Rezende (2000) e Hernandez e Melo (2003), o clima organizacional, o bem estar e a satisfação laboral estão diretamente ligados ao salário, reconhecimento, divisão de tarefas e trabalho em grupo. Baixa

remuneração pode dificultar atuações e desempenhos mais propícios da equipe ou do profissional que trabalha. Com isso, a formação de grupos pode ser prejudicada, pois segundo Oliveira (1999), a dinâmica de grupo é a “soma de interesse” dos componentes e pode ser ativada através de estímulos e motivações no sentido de maior harmonia e aumento de relacionamento. Por outro lado, remuneração não adequada ou mesmo discrepâncias de remuneração dentro da equipe podem gerar desconfiança de um com os outros e dificultar um melhor ambiente organizacional, com o surgimento de boatos e críticas (BRANDÃO, PIZZO e RUBIN, 2007). Uma das atletas relatou que em uma fase de sua carreira ficou três meses com o salário atrasado, o que a levou a se desmotivar e voltar para casa pensando em parar de jogar e tentar outra carreira.

Sabemos que a capacidade de superação das dificuldades estará intrinsecamente relacionada aos fatores de risco e proteção. Com relação aos fatores de proteção, podem ser de natureza pessoal, relacionados a determinadas características do indivíduo ou ambiental, relacionados a presença de um suporte sócio-afetivo (POLETTTO e KOLLER, 2006). No quadro 8 podem ser observados os fatores de proteção.

Quadro 8 – Fatores de proteção

Apoio da família	7
Relacionamentos interpessoais	7

No quadro 8 podemos observar os fatores de proteção que se referem ao suporte sócio-afetivo através do relacionamento com pessoas significativas,

cuja importância foi evidenciada por todas as atletas. A dimensão desse tipo de relacionamento expõe a extensão e natureza dos vínculos com pessoas que são significativas para os atletas e que exercem influência sobre seu desempenho (BRANDÃO, 2000) e, no caso deste estudo, também para o engajamento e a permanência no basquete. Estas pessoas estão integralmente envolvidas na estrutura, dinâmica e ambiente social do esporte praticado (exemplos disso podem ser observados nos dois primeiros discursos a seguir). Entretanto, vale ressaltar que o apoio social destas pessoas significativas pode tanto ser um fator de proteção quanto um fator de risco (ver terceiro discurso a seguir).

Meu primeiro técnico foi uma pessoa fundamental na minha vida porque quando fui morar fora com 12 anos, eu estudava de manhã e a tarde treinava, e como não tinha dinheiro pro ônibus nem pra comer, ele levava todos os dias pra mim um lanche, alguma coisa pra comer, porque depois eu só voltava à noite pra casa, penso que se não fosse ele, será que eu teria continuado? (Atleta 1).

Quando eu fui contratada pra jogar em outro clube e mudei de cidade, na verdade eu nem queria ir, mas eu continuei graças a uma companheira de equipe que eu tinha amizade e confiava bastante, me deu suporte, o alicerce e o equilíbrio pra manter tudo o que eu já tinha conquistado no basquetebol (Atleta 4).

Num primeiro momento meus pais foram meus maiores incentivadores, aí passa a outro momento

que é o momento da cobrança por parte deles, além da nossa própria cobrança eles começam a cobrar seu rendimento, você tem que estar bem todos os dias pra eles (Atleta 3).

4.3 Interação entre indivíduo e ambiente

Muitas são as dificuldades enfrentadas pelas atletas no ambiente esportivo, no entanto, a superação dessas dificuldades depende da interpretação e da maneira de agir de cada uma. Encontramos em todas uma grande capacidade de superação e determinação no enfrentamento de situações desfavoráveis, uma vez que encaravam as experiências negativas como fazendo parte do processo e também um aprendizado para a sua vida. Isso fica explícito na fala dessas atletas.

Muitas coisas ruins aconteceram, mas tudo é superável, no outro dia, dali uma semana já passava, mas o que é difícil de superar é a lesão, porque às vezes te tira de momentos importantes da competição, momento que você sonhou o ano inteiro (Atleta 3).

Eu acho que na vida de qualquer esportista existem dificuldades que nós temos que passar, a minha maior dificuldade foi sair muito cedo de casa, mas teve seus prós e contras, porque como lição de vida melhor impossível, você aprende a se virar sozinha, a ser uma adolescente com responsabilidade (Atleta1).

Eu fui convocada a primeira vez pra uma seleção adulta com 17 anos e eu odiei, não quis ficar porque eu não tinha um preparo emocional para estar lá, eu era uma moleca e aquilo era uma responsabilidade que eu não estava pronta pra arcar (Atleta 5).

Quando questionadas a respeito dos relacionamentos interpessoais, as atletas mencionaram situações que demonstram a dinâmica desses relacionamentos.

Eu nunca tive vergonha de pedir desculpas, ou pedir perdão, acho que a vida é um aprendizado, e você está aqui para melhorar, a gente não é pau que nasce torto, tem que consertar aquilo que está meio distorcido (Atleta 3).

Acredito que eu seja uma pessoa fácil de lidar desde que me deixem no meu espaço, acho que respeitar o espaço de cada um é muito importante, porque isso é complicado mesmo, mas hoje eu estando mais madura com 31 anos, acho que passo pelas coisas com um pouco mais de sabedoria (Atleta 6).

O relato do comportamento de algumas atletas quando, por exemplo, o técnico chamava a sua atenção por algum motivo, era de revolta, de insatisfação, de inconformismo por achar que o técnico estava de implicância com elas, situações essas que ocorreram no início de carreira, quando não tinham experiência nem maturidade para entenderem a dinâmica do contexto esportivo. No entanto, disseram que com o tempo mudaram seu

comportamento e aprenderam a não ficar mais tão incomodadas com essa situação, veja discurso a seguir:

No início você acha que tá todo mundo pegando no seu pé, você xinga, fica irritada, mas depois você aprende que se o técnico está chamando a sua atenção é porque ele se importa com você, quer que você melhore, porque a partir do momento que ele deixa de fazer isso é porque você não é mais importante para a equipe (Atleta 5).

A dinâmica do ambiente esportivo é orientada para o desempenho no qual o indivíduo ou a equipe luta para realizar seus objetivos e atingir um padrão de excelência. Assim, de acordo com Vieira (1999), o indivíduo é responsável por seus comportamentos os quais conduzem ao resultado, e o processo é avaliado por ele mesmo e pelos outros que o avaliam em termos de sucesso ou fracasso.

Com relação às experiências positivas, as atletas consideraram gratificante o fato de terem tido a oportunidade de fazer muitas amizades, conhecer lugares com culturas diferentes que vieram acrescentar novas experiências e conhecimentos para sua vida, e que se não fosse o esporte, talvez não tivessem tido essa oportunidade. Mas, por outro lado, de acordo com Gutiérrez Calvo et al. (1997), no esporte, o rendimento assume uma importância extraordinária, pois dele depende o êxito profissional dos participantes e também a valorização social que recebe, além do prestígio de sua comunidade ou país. Portanto, o esporte de rendimento se converte em uma poderosa fonte de estresse, o atleta é submetido a grandes pressões para

render o máximo, o que pode levar a dúvidas ou temores de fracasso e desaprovação e desvalorização de outras pessoas. Tais situações constituem um desafio para a superação, mas também uma ameaça. Os discursos a seguir, mostram a relação antagônica vivida pelas atletas entre o estresse do esporte de alto rendimento e a gratificação que ele proporciona.

Quando eu comecei a jogar fora do país, minha vida virou uma bola de neve, eu saía de um campeonato, entrava na seleção, saía de outro campeonato, entrava na seleção, a vida particular, a vida própria quase não tinha mais, mas o reconhecimento mesmo é quando você veste a camisa da seleção, e pra mim foram os melhores anos da minha vida (Atleta 1).

O começo foi difícil porque eu fui muito nova pra seleção, não tinha experiência nenhuma, aí você começa a se questionar, da ausência da sua vida pra estar na seleção às vezes por seis meses de treinamento, você tem que abrir mão de estudo, da faculdade, mas passava pela minha cabeça também, eu sou privilegiada, quantas meninas não gostariam de estar no meu lugar, eu represento o meu país, a gente pena muito, mas é maravilhoso (Atleta 3).

CAPÍTULO 5

CONCLUSÃO

O objetivo desse estudo foi investigar, na perspectiva do paradigma bioecológico, a resiliência no contexto do esporte de alto rendimento do basquetebol feminino. Foram identificadas e analisadas as características pessoais em termos de disposição, recursos, demandas e o processo de engajamento, permanência e disposição para o abandono da prática, além da forma como as atletas interpretavam as experiências positivas e negativas vivenciadas ao longo da carreira esportiva e o reflexo disso sobre sua vida.

Ao analisar, à luz do Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano, os atributos pessoais das atletas participantes nesse estudo identificou-se um conjunto de características pessoais que atuaram no seu desenvolvimento e influenciaram positivamente na força, conteúdo e direção dos processos proximais e no engajamento, permanência e disposição para o abandono do basquetebol. Isso nos levou a concluir que as atletas avaliadas apresentaram comportamentos e atitudes resilientes diante das adversidades que foram moldadas ao longo da vida atlética, o que está de acordo com o que diz a literatura. Ficou evidente também que as relações interpessoais ocorridas nos diferentes ambientes nos quais as atletas participavam e participam ativamente, família, clubes e seleções brasileiras, instigaram, direcionaram e fortaleceram o envolvimento delas na prática do basquetebol. De especial relevância nesse processo foram os pais, familiares e primeiro técnico, importantes incentivadores para que as atletas se engajassem,

permanecessem e não desistissem do esporte, mostrando, portanto, que tanto a família quanto os clubes e as seleções são sistemas ecológicos importantes.

Além do mais, pode-se concluir que essas relações interpessoais significativas podem ser consideradas fatores de proteção ao oferecerem apoio e segurança às atletas e facilitarem seu desenvolvimento saudável mesmo frente às adversidades da vida esportiva tais como afastamento da família, lesões, resultados negativos etc. Mas fica evidente, também, que essas mesmas relações interpessoais podem ser consideradas fatores de risco em determinados momentos, cobranças e exigências excessivas são, muitas vezes, responsáveis por levar o atleta a desistir da carreira esportiva. Entretanto, devemos considerar que todos esses fatores de risco não foram decisivos para o término da carreira esportiva das atletas.

De acordo com o que foi estudado e abordado nessa pesquisa, pudemos conhecer e compreender por meio dos princípios do Modelo Bioecológico, que o processo da resiliência se manifestou ao longo da vida a partir do binômio fator de risco x fator de proteção e que, por ser o esporte de alto rendimento um ambiente no qual as atletas estão expostas ao risco e ao estresse, as atletas tiveram fortalecidas suas características pessoais positivas e uma rede de apoio social e afetivo eficaz para que conseguissem superar as adversidades e não abandonassem a carreira precocemente. Assim, essa conclusão nos permite alertar a todos os envolvidos com o esporte, para a qualidade dos vínculos estabelecidos entre atleta e técnicos e/ou familiares. Por serem essas pessoas as mais significativas e influentes no engajamento e permanência do atleta no esporte, estas deveriam ter suas atitudes repensadas e adequadas em favorecimento do atleta em primeiro lugar, pois muitas vezes

as necessidades e interesses de pais e técnicos sobrepõem às do próprio atleta, provocando situações estressantes e uma vida de privações em que poucos são os atletas que conseguem suportar tamanha pressão. Os resultados desse estudo são indicativos do potencial promissor do uso do Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano no estudo da resiliência, portanto através da metodologia adotada foi possível responder as questões levantadas no início da pesquisa.

REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, D. T.; VIEIRA, M. L. Relação de apego entre crianças institucionalizadas que vivem em situação de abrigo. In: **Psicologia em Estudo**. v. 9, n. 2, p. 207-217, 2004.

ANTONIAZZI, A. S.; DELL'AGLIO, D. D.; BANDEIRA, D. R. O conceito de *coping*: uma revisão teórica. In: **Estudos de Psicologia**. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. v. 3, n. 2, p. 273- 294, 1998.

BARLACH, L. **O que é resiliência humana? Uma contribuição para a construção do conceito**. 2005. 108f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) Universidade de São Paulo. São Paulo.

BELL, C. C.; SUGGS, H. Using sports to strengthen resilience in children: training hearth. In: **Child Adolescent Psychiatric** (7: 859-865) 1998.

BOWLBY, J. **Apego e perda**. (2ª Ed.) Trad. S. Monteiro. São Paulo: Martins Fontes, 1990.

BRANDÃO, M. R. F. **Fatores de stress em jogadores de futebol profissional**. 2000(a). 189f. Tese (Doutorado em Psicologia) Universidade Estadual de Campinas. Campinas.

BRANDÃO, M. R. F. O papel do treinador como motivador do treinamento desportivo. In: DOBRANSZKI, I. A; MACHADO, A. A. **Delineamentos da psicologia do esporte: evolução e aplicação**. Campinas: Tecnograf, 2000(b).

BRANDÃO, M. R. F. ; AGRESTA, M. C. As lesões e o esporte de rendimento: uma análise à luz da psicologia do esporte. In: MACHADO, A. A. ; BRANDÃO,

M. R. F. **Coleção psicologia do esporte e do exercício**. São Paulo: Atheneu, v.2, 2008.

BRANDÃO, M. R. F.; PIZZO, F.; RUBIN, M. **O profissional de futebol e a satisfação laboral**. Coleção Pesquisa em Educação Física ^{JCR}, v. 5, p. 439-444, 2007.

BRITO, R. C.; KOLLER, S. H. Desenvolvimento humano e redes de apoio social e afetivo. In: CARVALHO, A. M. (Ed) **O mundo social da criança: natureza e cultura em ação**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999.

BRONFENBRENNER, U. **A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados**; trad. Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

BRONFENBRENNER, U. **Making Human Beings Human: ecological perspectives on human development**. California: Sage, 2005.

BRONFENBRENNER, U.; MORRIS, P. Bronfenbrenner's Bioecological Theory of Human Development and the processo of development of sports talent. In: **International Journal Sports Psychology** (40: 108-135) 1999.

COHN, P. J. An explanatory study on sources of stress and athlete burnout in youth golf. In: **The Sport Psychologist** (4: 95-106) 1990.

COPETTI, F. **Estudo exploratório dos atributos pessoais de tenistas**. 2001. 218f. Tese (Doutorado em Educação Física e Desportos) Universidade Federal de Santa Maria. Santa Maria.

COPETTI, F.; KREBS, R. As propriedades da pessoa na perspectiva do paradigma bioecológico. In: KOLLER, S. H. (Org.) **Ecologia do**

desenvolvimento humano- pesquisa e intervenção no Brasil. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

COUTO, M. C. P. P. **Fatores de risco e de proteção na promoção de resiliência no envelhecimento.** 2007. 144f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Rio Grande do Sul.

CYRULNIK,B. **Resiliência- essa inaudita capacidade de construção humana.** Lisboa: Instituto Piaget, 2003.

CYRULNIK, B. **Os patinhos feios.** São Paulo: Martins Fontes, 2004.

DALBEM, J. X.; DELL´AGLIO, D. D. Apego em adolescentes institucionalizados: processos de resiliência na formação de novos vínculos afetivos. In: **Psicologia em Estudo.** v. 39, n. 1, p. 33-40, 2008.

DE ROSE JR, D.; DESCHAMPS, S.; KORSAKAS, P. Situações causadoras de stress no basquetebol de alto rendimento: fatores extracompetitivos. In: **Revista Brasileira Ciência e Movimento.** Brasília, v.9, n.1, p. 25-30, jan. 2001.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. S. If it changes it must be a process: a study of emotion and coping during three stages of college examination. **Journal of Personality and Social Psychology.** (48: 150-170) 1985.

GALLI, N.; VEALEY, R. Bouncing back from adversity: athletes experiences of resilience. In: **The Sport Psychologist.** (22: 316-335) 2008.

GOULD, D.; LAUER, L.; ROMAN, N.; PIERCE, M. Understanding the role parents play in junior tennis success. **Institute for Study of Youth Sports, Michigan State University.** Michigan, 2005.

GOUVÊA, F. C.; PRESOTO, D.; MACHADO, A. A. Motivação no esporte. In: BRANDÃO, M. R. F.; MACHADO, A.A. **Coleção psicologia do esporte e do exercício**. São Paulo: Atheneu, v.2, p. 65-81, 2008.

GROTBERG, E. H. Nuevas tendencias em resiliencia. In: MELILLO, A. ; OJEDA, E.N.S. **Resiliencia- descubriendo las propias fortalezas**. Buenos Aires: Paidós, 2004.

GRUNSPUN, H. **Criando filhos vitoriosos: quando e como promover a resiliência**. São Paulo: Atheneu, 2006.

GUIMARÃES, S. E. R. Necessidade de pertencer: um motivo humano fundamental. In: BORUCHOVITCH, E.; BZUNECK, J. A. **Aprendizagem: processos psicológicos e o contexto escolar social**. Petrópolis: Vozes, 2004.

GUTIÉRREZ CALVO, M.; ESTÉVEZ, A.; GARCÍA PÉREZ, J.; PÉREZ HERNANDEZ, H. Ansiedad y rendimiento atlético em condiciones de estrés: efectos moduladores de la práctica. In: **Revista de Psicología Del deporte** (12: 27-44), 1997.

HEIL, J. **Psychology of Sport Injury**. Human Kinetics, Champaign, 1993.

HERNANDEZ, J. A. F.; MELO, F. M. O clima organizacional e a satisfação dos funcionários de um centro medico integrado. In: **Revista Psicológica, Organização e Trabalho**. v.3, n.1, 2003.

KREBS, R. J. Bronfenbrenner s Bioecological Theory of human development and the process of development of sports talent. In: **International J. Sports Psychology** (40: 108-135) 2009.

KREBS, R. J. **Urie Bronfenbrenner e a ecologia do desenvolvimento humano**. Santa Maria: Casa Editorial, 1995.

KOLLER, S. H. (Org.) **Ecologia do desenvolvimento humano- pesquisa e intervenção no Brasil**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

LEE, M.; WHITCHEAD, J.; BALCHIN, N. The measure of values in youth sport: development of the youth sport values questionnaire. In: **Journal of Sport and Exercise Psychology** (22: 289-308), 2008.

LUTHANS, F.; YOUSSEF, C. M. Positive Organizational behavior in the workplace: the impact of hope, optimism and resilience. In: **Journal of Management**. University of Nebraska (33: 774-800) 2007.

LUTHAR, S. S. Anotation: Methodological and conceptual issues in research on childhood resilience. In: **Journal of Child Psychology and Psychiatry** (34: 441-453), 1993.

LUTHAR, S.; CICHETTI, D.; BECKER, B. The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. In: **Child Development** (71: 543-562), 2000.

MACHADO, A. A. Estresse infantil e competição esportiva. In: MACHADO, A. A. **Psicologia do Esporte: da educação física escolar ao esporte de alto nível**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

MAGEAU, G. A.; VALLERAND, R. J. The moderating effect of passion on the relation between activity engagement and positive effect. In: **Motivation and Emotion**. New York, v.31, n. 4, p. 312-321, 2007. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1007/s11031-007-9071-z>

MELILLO, A.; SUÁREZ OJEDA, E.N.S. **Resiliencia- descubriendo las propias fortalezas**. Buenos Aires: Paidós, 2004.

MELILLO, A.; ESTAMATTI, M.; CUESTAS, A. Algunos fundamentos psicológicos del concepto de resiliencia. In: **Resiliencia- descubriendo las próprias fortalezas**. Buenos Aires: Paidós, 2004.

MILLES, M. B.; HUBERMAN, A. N. **Qualitative data analysis: an expanded sourcebook**. Thousand Oaks: Sage, 1994.

MORAIS, N. A.; KOLLER, S. H. A abordagem ecológica do desenvolvimento humano, psicologia positiva e resiliência: ênfase na saúde. In: Koller, S.H. (Org.) **Ecologia do desenvolvimento humano: pesquisa e intervenção no Brasil**. (p. 91-107) SãoPaulo: Casa do Psicólogo, 2004.

NARVAZ, M. G.; KOLLER ,S. H. O modelo bioecológico do desenvolvimento humano. In: Koller, S. H. (Org) **Ecologia do desenvolvimento humano: pesquisa e intervenção no Brasil**. (p. 55- 69) São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

NETO, F. X. A iniciação e a especialização esportiva de crianças. In: Becker Junior,B. (Org). **Psicologia aplicada à criança no esporte**. Novo Hamburgo: Edelbra, 2000.

OLIVEIRA, S. L. **Sociologia das Organizações: uma análise do homem e das empresas no ambiente competitivo**. São Paulo: Pioneira, 1999.

PEREIRA, A. M. S. Resiliência, personalidade, stress e estratégias de coping. In: J. Tavares (Org.) **Resiliência e educação**. (p.77-94) São Paulo: Cortez, 2001.

PINHEIRO, D. P. N. A resiliência em discussão. In: **Psicologia em Estudo**. n.9, p.67-75, 2004.

POLETTTO, M. E KOLLER, S. H. Resiliência: uma perspectiva conceitual e histórica. In: DELLAGLIO, D.; KOLLER, S. H.,; YUNES, M. A. M. (Org.) **Resiliência e Psicologia Positiva: Interfaces do risco à proteção**. (p. 19-44) São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

RAEDEKE, T. D.; SMITH, A. L. Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. In: **Journal of Sport and Exercise Psychology** (23: 281-306), 2001.

REZENDE, J.R. **Organização e administração no esporte**. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

ROCCA L. SUSANA M. Resiliência: uma perspectiva de esperança na superação das adversidades. In: HOCH, L.; ROCCA L.; SUSANA M. (Org.) **Sofrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado**. 1 ed. São Leopoldo: Sinodal. v.1, p. 9-27, 2007.

RUTTER, M. Resilience in the face of adversity: protective factors and resistance to psychiatric disorder. **British Journal of Psychiatry** (147: 598-611), 1985.

RUTTER, M. Psychosocial resilience and protective mechanisms. In: **American Journal of orthopsychiatry** (57: 316-331), 1987.

RUTTER, M. Resilience: some conceptual considerations. In: **Journal of Adolescent Health** (14:8, 626-631), 1993.

RUTTER, M. Resilience concepts and findings: implications for family therapy. In: **Journal of Family Therapy** (21: 119-144), 1999.

SANCHES, S. M. A prática esportiva como uma atividade potencialmente promotora de resiliência. In: **Revista Brasileira Psicologia do Esporte**. v.1, n.1, p.1-15, 2007.

SANTOS, L. L. **Habitar a rua: compreendendo os processos de risco e resiliência**. 2006. 126f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Rio Grande do Sul.

SILVA, D. F. M. **O desenvolvimento das trajetórias do comportamento delinqüente em adolescentes infratores**. 2001. 113f. (Tese de Doutorado) Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Rio Grande do Sul.

SOUZA, M. T. S.; CERVENY, C.M.O. Resiliência Psicológica: revisão de literatura e análise da produção científica. In: **Revista Interamericana de Psicologia**. v.40, n.1, p. 119-126, 2006.

TAVARES, J. (Org) **Resiliência e educação**. São Paulo: Cortez, 2001.

TORREGROSA, M.; LEE, M. El estudio de los valores en psicología del deporte. **Revista de Psicología del Deporte**, Palma de Mallorca, v.9, n.12, p.71-86, 2000.

TROMBETA, L. H.; GUZZO, R. S. L. **Enfrentando o cotidiano adverso: estudo sobre resiliência em adolescentes**. Campinas: Alínea, 2002.

UNGAR, M. Qualitative contributions to resilience research. **Qualitative Social Work**, (2:1, 85-102), 2003.

VALLE, M. P. **O esporte de alto rendimento: produção de atletas contemporâneos**. Trabalho apresentado na reunião científica do CEAPIA em junho de 2003. Disponível em: <<http://www.psicoesporte.com.br/downloads/artigonarcisismo.pdf>>. Acessado em 23 maio 2008.

VALLERAND, R. J.; BLANCHARD, C. M.; MAGEAU, G. A.; KOESTNER, R.; RATELLE, C.; LÉONARD, M.; GAGNÉ, M.; MARSOLAIS, J. Les passions de l'âme: On obsessive and harmonious passion. In: **Journal of Personality and Social Psychology**. n.85, p.756-767, 2003.

VIEIRA, J. L. L. **O processo de abandono de talentos do atletismo do estado do Paraná: um estudo orientado pela teoria dos sistemas ecológicos**. 1999. 147f. Tese (Doutorado em Educação Física) Universidade Federal de Santa Maria. Santa Maria.

WEINBERG, R. S.; GOLD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. (4 ed.) Porto Alegre: Artmed, 2008.

WERNER, E.; SMITH, R. **Vulnerable but invincible: a longitudinal study of resilient children and youth**. New York: Adams-Banaster-Cox, 1989.

YUNES, M. A. M. Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. **Psicologia em Estudo**. n.8, p.75-84, 2003.

YUNES, M. A. M. Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. In: DELLAGLIO, D.D.; KOLLER, S.H.; YUNES, M.A.M. (ORG.) **Resiliência e psicologia positiva: interfaces do risco à proteção**. (p.45-68) São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

YUNES, M. A. M.; SZYMANSKI, H. Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In: J. Tavares (Org.) **Resiliência e educação**. (p. 13-42). São Paulo: Cortez, 2001.

ANEXOS

ANEXO 1

Roteiro para entrevista

- 1- Como surgiu o interesse pelo basquetebol? Alguém te influenciou?
- 2- Durante a carreira esportiva, você viveu algum evento que considera ter sido negativo (ou alguma dificuldade) na sua vida pessoal e/ou esportiva? Como lidou com a situação?
- 3- Me fale um pouco das pessoas que você considera que são/foram importantes na sua vida como atleta.
- 4- Como você se sente quando está num ambiente diferente do habitual com pessoas que você não conhece?
- 5- Me conte como foi sua experiência como atleta da Seleção Brasileira.
- 6- Como é/era o relacionamento com seus técnicos e colegas de equipe?
- 7- Qual a sua reação/como você se sente/sentia quando o técnico por alguma razão chama a sua atenção?
- 8- Quais as situações que fazem/faziam você se sentir mais motivada para continuar jogando?
- 9- Durante todos esses anos como atleta, pensou em algum momento em desistir da carreira esportiva? Me conte como foi.

ANEXO 2

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título da Pesquisa: O processo dinâmico da resiliência no esporte

Área: Psicologia do Esporte

Eu _____ RG _____, _____ anos, residente _____ nº _____ na cidade de _____ fone _____ e-mail _____ - _____, abaixo assinado (ou meu responsável legal) assino o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para participar como voluntária do Projeto de Pesquisa supra citado, sob a responsabilidade do Programa de Mestrado em Educação Física da Universidade São Judas Tadeu. Assinatura _____ RG _____
--

Assinado este Termo de Consentimento, estou ciente de que:

- 1) O objetivo da pesquisa é investigar na perspectiva do paradigma bioecológico, a resiliência no contexto do esporte de alto rendimento.
- 2) Durante o estudo, será realizado uma entrevista semi-estruturada contendo aproximadamente 15 perguntas relacionadas à aspectos da sua vida como atleta, que será gravada e posteriormente transcrita.
- 3) A realização da entrevista apresenta risco mínimo de constrangimento para as atletas, podendo ser interrompida e retomada a qualquer momento, caso seja de interessa da atleta.
- 4) A participação nesta pesquisa é voluntária e desvinculada de qualquer despesa ou compensação financeira.

- 5) Meus dados pessoais serão mantidos em sigilo, mas devido ao número reduzido e a especificidade do grupo de sujeitos delimitado para a pesquisa, não será possível garantir o anonimato com absoluta certeza.
- 6) Os resultados gerais obtidos através da pesquisa serão utilizados apenas para alcançar os objetivos do trabalho exposto acima, incluída sua ampla publicação na literatura científica especializada.
- 7) Poderei contatar o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Judas Tadeu para apresentar recursos ou reclamações em relação à pesquisa através do telefone (11) 2799.1946.
- 8) Poderei entrar em contato com a responsável pelo estudo Prof^a Maria Regina F. Brandão pelo telefone (55)(11) 8381.4253.
- 9) Obtive todas as informações necessárias para poder decidir conscientemente sobre a minha participação na referida pesquisa
- 10) Caso não me sinta à vontade poderei interromper a qualquer momento minha participação na pesquisa e retornar se tiver interesse.
- 11) Este Termo de Consentimento é feito em duas vias, sendo que uma permanecerá em meu poder e a outra com o Pesquisador responsável.

São Paulo, ____de _____ de _____.

Assinatura do Voluntário ou Responsável Legal

Assinatura do Pesquisador Responsável

Livros Grátis

(<http://www.livrosgratis.com.br>)

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)
[Baixar livros de Matemática](#)
[Baixar livros de Medicina](#)
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)
[Baixar livros de Meteorologia](#)
[Baixar Monografias e TCC](#)
[Baixar livros Multidisciplinar](#)
[Baixar livros de Música](#)
[Baixar livros de Psicologia](#)
[Baixar livros de Química](#)
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)
[Baixar livros de Serviço Social](#)
[Baixar livros de Sociologia](#)
[Baixar livros de Teologia](#)
[Baixar livros de Trabalho](#)
[Baixar livros de Turismo](#)