

13

O ABANDONO DAS PRÁTICAS DESPORTIVAS: ASPECTOS PSICOLÓGICOS

António Manuel Fonseca

O reconhecimento de que o envolvimento regular e sistemático dos indivíduos em geral, e das crianças e jovens em particular, em contextos de actividade física ou desportiva se traduz pela obtenção de um conjunto significativo de benefícios de natureza funcional, psicológica ou social constitui-se hoje como um dado perfeitamente adquirido não só pela comunidade científica, mas igualmente pela população em geral.

Nessa medida, podem classificar-se como perfeitamente naturais e previsíveis os resultados dos vários estudos que, ao longo dos últimos anos, têm vindo a demonstrar de forma consistente que são muitos os que se envolvem de forma empenhada e persistente na prática de uma modalidade desportiva.

Mais especificamente, poderemos recordar que, de acordo com diversos investigadores, mais de 70 milhões de crianças e jovens participavam em actividades desportivas nos finais dos anos 1970, nos Estados Unidos da América (Martens, 1986), União Soviética (Jefferies, 1986), Canadá (Valeriotte; Hansen, 1986), Reino Unido (Campbell, 1986) e Brasil (Ferreira, 1986).

Sensivelmente, duas décadas depois, durante os anos 1990, foi referido que nos Estados Unidos da América metade das crianças e jovens com idades até aos 18 anos participavam em programas desportivos organizados nas suas comunidades (Ewing; Seefeldt, 1995), e que muitos outros milhões participavam em programas desportivos extracurriculares (Smith; Smoll, 1996), tendo Weiss e Hayashi (1996) quantificado como

sendo aproximadamente 40 milhões os norte-americanos com idades compreendidas entre os 6 e os 18 anos que participavam em programas desportivos escolares e comunitários.

Ainda relativamente à realidade dos Estados Unidos da América, mas mais recentemente, foi afirmado que mais de 80% das crianças e jovens residentes naquele país participavam, pelo menos num momento das suas vidas, em actividades desportivas (Brustad, 2000).

Também no plano europeu as cifras são expressivas. Por exemplo, em França, de acordo com dados fornecidos pelo Ministério da Juventude e dos Desportos, dos 14 milhões de inscritos em 1997 nas federações desportivas quase 90% tinham idades compreendidas entre os 14 e os 17 anos (Guillet, 2000). Bem próximo, na Bélgica, são igualmente em grande número os que praticam desporto – sendo apontadas percentagens de participação em programas desportivos superiores a 60%, por parte dos jovens com idades até aos 18 anos, tanto no caso da comunidade francófona como no da flamenga – embora naturalmente nem todos o façam com uma mesma intensidade e regularidade (De Knop; Vanreusel et al., 1996).

Na Dinamarca, a percentagem de crianças e jovens que participam em actividades desportivas é ainda mais elevada, com diversos estudos a situá-la entre os 70% e os 80% (Ibsen; Ottesen, 1996), números, em grande medida, semelhantes aos reportados por White e Rowe (1996) relativamente a Inglaterra.

Uma leitura porventura menos atenta destes dados – complementarmente à consulta de outros igualmente relativos a este fenómeno (ver, por exemplo, De Knop; Engstrom et al., 1996) – poderia permitir formar a opinião de que o quadro relativo à participação das crianças e jovens em actividades desportivas se reveste de tonalidades ruidosas e entusiasmantes, não havendo portanto nada que suscite preocupação.

Importa, no entanto, destacar que os dados a que nos referimos anteriormente são de natureza transversal e não longitudinal. Por outras palavras, permitem-nos saber que são muitos os que decidem praticar uma determinada actividade desportiva, num ou noutro momento das suas vidas, mas não nos autorizam a concluir que essa prática se mantém, de forma intensa e regular, ao longo dos tempos; e esta é provavelmente a informação a que efectivamente pretendíamos aceder, particularmente se considerarmos que a magnitude dos múltiplos benefícios que decorrem da prática desportiva é claramente condicionada pelo facto de ela ser rea-

lizada de forma continuada no tempo e não pontual ou esporadicamente.

Nessa medida, parece legítimo colocar a seguinte questão: quantos são os que decidem abandonar a prática desportiva?

Relativamente a este ponto, e em primeiro lugar, há que sublinhar que os estudos publicados sobre a problemática do abandono da prática desportiva por parte das crianças e jovens são bastante escassos – de recordar, por exemplo, que de acordo com uma revisão recentemente realizada por Guillet, Sarrazin e Cury (2001), o número de estudos publicados na literatura internacional desde os anos 1970 sobre os factores e processos sociais e psicológicos relacionados com este fenómeno é de apenas uma trintena.

Ainda assim, parecem ser inequívocas as evidências empíricas e científicas de que o número de indivíduos, designadamente crianças e jovens, que decidem deixar de praticar a modalidade desportiva que haviam escolhido praticar, algumas das vezes pouco tempo antes, é significativo, o que naturalmente não pode deixar de constituir-se como uma preocupação para todos os que têm responsabilidades neste domínio.

No que concerne a estatísticas, e não obstante nem sempre ser fácil chegar a consensos, por razões a que adiante nos referiremos, poderemos ainda assim recordar os números de alguns dos escassos estudos publicados.

Assim, um importante estudo publicado sobre esta temática por Dan Gould (1987), um dos principais psicólogos do desporto norte-americano, revelou que após os 12 anos um terço dos jovens abandonava a prática desportiva, aumentando essa taxa até os 80%, por volta dos 17 anos de idade. A este propósito, importará igualmente destacar que a idade dos 12 anos tem sido apontada por outros investigadores (Ibsen; Ottesen, 1996; Mahoney, 1997; Sallis; Patrick, 1996; Wankel; Mummery, 1996) como a idade a partir da qual começa a aumentar o número dos que abandonam a prática desportiva, acentuando-se esta tendência ainda mais a partir dos 14 anos (Gonçalves, 1996; Weiss; Hayashi, 1996), especialmente no que concerne a uma prática desportiva organizada e institucionalizada.

Um outro estudo, mais recente, realizado na Austrália, mais concretamente na província da Tasmania, permitiu verificar que, após os 19 anos, 52% dos praticantes de futebol australiano ali inscritos abandonaram a prática desportiva, elevando-se essa percentagem, após os 24 anos, a 64% (ABS, 1995).

Também em França, os dados revelados por alguns estudos desenvolvidos no contexto do andebol feminino por Emma Guillet e Philippe Sarrazin apontaram no mesmo sentido; ou seja, taxas de abandono da prática desportiva superiores a 50%. Mais especificamente, enquanto um desses estudos revelou que, das andebolistas que começaram a praticar entre os 9 e os 12 anos, 50% abandonaram a prática 3 ou 4 anos depois (Guillet; Sarrazin, 1999) um outro, que considerou um período de tempo mais dilatado – de 10 anos – permitiu verificar que, de sensivelmente 330 andebolistas, apenas metade continuava a praticar 2 ou 3 anos depois, e apenas um quarto continuava a fazê-lo 5,5 anos depois (Guillet, 2000).

Ainda em França, mas desta vez no contexto do boxe, também Trabal e Augustini (1997) detectaram uma taxa de abandono superior a 50%, taxa essa próxima da encontrada por Chevalier (1994, 1996) quando, no âmbito da elaboração da sua dissertação de doutoramento, examinou o percurso de aproximadamente 400 mil praticantes de equitação, ao longo de 5 anos. Efectivamente, Vèrène Chevalier reportou que, em média, a taxa de abandono era de 40%, elevando-se todavia a aproximadamente 70% quando considerados apenas os praticantes com idades inferiores a 8 anos.

Na Dinamarca, Ibsen e Ottesen (1996) situaram as taxas mais elevadas de abandono da prática desportiva nas modalidades de natação e ginástica, apontando mesmo que uma em cada cinco crianças dinamarquesas com idades entre os 7 e os 9 anos pratica natação, mas que apenas uma em cada vinte a pratica de forma organizada quando atinge os 13/15 anos de idade. No caso da ginástica, aqueles autores destacaram que dois terços das crianças que a praticam entre os 7 e os 9 anos já não a praticam por volta dos 13/15 anos de idade.

Por outro lado, num amplo estudo realizado na Irlanda com mais de 20 mil crianças e jovens – para mais detalhes, ver Kremer, Trew e Ogle (1997) – verificou-se que, dos quase 7 mil que disseram já ter praticado pelo menos um desporto, apenas aproximadamente 20% haviam abandonado completamente a prática desportiva. Números similares a este foram também indicados em relação à Bélgica – para mais detalhes, ver De Knop, Vanreusel et al. (1996).

Outros estudos mais antigos (Fry; McClements; Sefton, 1981; Pooley, 1981; Sefton; Fry, 1981) apontaram igualmente para taxas de abandono compreendidas entre os 20% e os 40%.

Independentemente de conseguirmos ou não quantificar com absoluto rigor quantos são os que efectivamente decidem abandonar a prática desportiva, parece todavia claro, em decorrência dos dados apresentados, que paralelamente ao elevado número de crianças e jovens que decidem iniciar a prática de uma actividade desportiva são igualmente muitos os que decidem cessar essa actividade, com os naturais prejuízos daí decorrentes.

Essa é aliás a razão pela qual propugnamos que, se queremos minorar este fenómeno e contribuir para que os jovens pratiquem regular e sistematicamente actividade desportiva, devemos procurar cada vez mais perceber como evitar que eles a abandonem após a terem experimentado, e não exclusivamente em como atraí-los para essa prática, até porque esse processo – de adesão das crianças e jovens à prática desportiva num ou noutro momento das suas vidas – está, de uma forma geral, perfeitamente consolidado nos hábitos das sociedades ocidentais.

Mais adiante, voltaremos a falar sobre esta questão. Entretanto, e ao analisar os números anteriormente apontados, pensamos que terá sentido questionar: abandonarão eles o desporto em geral, ou uma determinada modalidade em particular?

Na verdade, esta é uma questão que consideramos como extremamente importante, porquanto há uma distância enorme, por exemplo, entre um jovem que decide cessar toda e qualquer actividade desportiva e um outro que decide simplesmente passar a praticar uma actividade desportiva diferente da que praticava até então, razão pela qual as implicações decorrentes da sua resposta são substantiva e qualitativamente distintas.

Assim, enquanto o abandono total da prática desportiva por parte dos jovens é claramente um desfecho que devemos procurar evitar, atendendo fundamentalmente às claras consequências negativas que daí advêm para eles, o mesmo não se passa necessariamente com o abandono da prática de uma determinada modalidade desportiva quando a esse abandono se sucede a prática de uma outra modalidade desportiva, ou até da mesma modalidade desportiva mas num clube ou num contexto distinto do anterior.

Aliás, somos mesmo de opinião que, em alguns casos, esta é a melhor opção para os jovens, especialmente quando os princípios e/ou

objectivos que configuram o contexto onde desenvolvem a sua prática desportiva não se adequam ou propiciam plenamente o seu desenvolvimento e bem-estar; como, por exemplo, quando não lhes concedem suficientes oportunidades para participarem efectivamente nos treinos e competições, de forma a terem possibilidade de progredir e melhorar os seus níveis de desempenho, e isto não obstante o rendimento por eles demonstrado poder ser pontual ou sistematicamente inferior ao evidenciado pelos seus colegas.

Bom, mas, no que se refere à questão formulada, não é fácil responder de forma objectiva e inequívoca, já que para tal necessitávamos de mais estudos de natureza abrangente e longitudinal e não apenas circunscritos e transversais, como foram quase todos os realizados até o momento. Ou seja, se quisermos ser um pouco mais rigorosos, em grande parte dos casos o que foi escrutinado pelos investigadores foi a taxa de reinscrição e não a de abandono; ou, ainda melhor, o que foi investigado foi a variação no número de inscrições dos jovens num dado clube ou modalidade desportiva de um ano para outro.

Na verdade, ao não se centrarem no percurso individual dos jovens – o que admitimos nem sempre ser fácil – os investigadores ficam sem saber se, por exemplo, os 200 atletas inscritos num dado ano por 20 clubes participantes numa determinada liga desportiva são exactamente os mesmos que estiveram inscritos no ano anterior nos mesmos clubes – o que corresponderia a uma taxa de abandono de 0% – ou se são todos estreantes – o que corresponderia a uma taxa de abandono de 100%. Para além disso, poderá ainda acontecer que todos eles tenham decidido mudar de clube, mantendo-se contudo na mesma liga desportiva, continuando, portanto, todos eles a praticar a mesma modalidade mas por clubes diferentes – o que, em função da metodologia observada pelos investigadores, poderá levar a que seja reportada uma taxa de abandono de 0%... ou 100%, consoante o que esteja em causa seja o abandono da prática desportiva no clube ou na liga. Do mesmo modo, caso os 200 jovens atletas tenham decidido, todos eles, abandonar aquela liga e mudar-se para uma outra – ou, mesmo, deixar de praticar aquela modalidade desportiva para passar a praticar uma outra modalidade desportiva – as taxas de abandono da prática desportiva poderão igualmente ser diferentes em função dos objectivos e critérios estabelecidos pelos investigadores para definir abandono da prática desportiva.

Assim sendo, parece pois claro que é fundamental definir o conceito de abandono da prática desportiva, contemplando as questões anteriormente levantadas. Uma contribuição nesse sentido foi dada por Gould (1987) quando, no estudo já anteriormente referido, propôs que o abandono desportivo seja entendido em função de um *continuum*, que vai desde o abandono de uma actividade específica acompanhado de uma transferência para outra actividade até o abandono total de toda a actividade desportiva.

Adicionalmente, Gould (1987) sublinhou a importância de se considerar o abandono desportivo em função da possibilidade de controlo por parte dos indivíduos relativamente a essa decisão. Na origem desta sugestão está o reconhecimento de que existe uma diferença significativa, pelo menos no domínio psicológico, entre um caso de abandono da prática desportiva por parte de um jovem devido, por exemplo, a ter contraído uma lesão grave ou a ter entrado na universidade (causas relativamente às quais a sua capacidade de controlo é reduzida ou, mesmo, inexistente) e o de um outro que decide abandonar a prática desportiva porque necessita de tempo para realizar outras actividades que lhe interessam mais ou porque não se está a sentir bem com os moldes em que se desenvolve essa sua prática desportiva.

Na verdade, não só as circunstâncias que desencadeiam um e outro abandono são distintas como as consequências o serão também; de facto, enquanto no primeiro caso poderemos falar de um *desistente relutante* (Klint; Weiss, 1986) que, provavelmente, mal possa voltar a praticar desporto o fará, no segundo temos um *desistente voluntário* (Petlichkoff, 1992) que, em função da qualidade da experiência e dos afectos experienciados, poderá (ou não) voltar a praticar desporto. Inclusivamente, muitos dos jovens que, tendo praticado desporto durante algum tempo, decidem não voltar a praticar desporto indicam como uma das razões para essa sua decisão a negatividade da experiência pela qual passaram anteriormente.

Nessa medida, levanta-se pois a questão: por que decidem os jovens abandonar uma actividade na qual se haviam envolvido com tanto entusiasmo?

Conforme referimos anteriormente, os estudos sobre esta temática não são nem abundantes nem absolutamente conclusivos. Ainda assim,

da análise dos seus resultados parecem emergir algumas indicações suficientemente importantes e merecedoras da nossa atenção, particularmente as que se relacionam com alguns aspectos que, para além de se constituírem como limitadores de uma prática desportiva positiva e saudável por parte das crianças e jovens, poderão (e deverão!) ser passíveis de alteração por parte dos adultos.

Por exemplo, Martínez e Díaz (2000) decidiram realizar um estudo com 37 ex-praticantes de ginástica rítmica, tendo como principal objectivo analisar a relação entre a idade com que elas haviam abandonado a prática desportiva competitiva da ginástica rítmica e um conjunto de variáveis supostamente associadas a esse abandono prematuro, designadamente a idade com que haviam iniciado a sua prática desportiva e o número de horas que lhe dedicavam em cada semana, bem como as suas percepções relativamente à dificuldade em manter um peso corporal consonante com a prática da ginástica rítmica e em ter tempo para realizar outro tipo de actividades do seu interesse. Com base na análise dos dados, os investigadores sublinharam não só a idade bastante precoce com que as ginastas haviam iniciado a sua prática desportiva competitiva, mas também as elevadas exigências que esta prática implicava para elas. Daí a sua carreira desportiva extremamente reduzida no tempo e caracterizada por uma ausência indesejável da componente recreativa, em detrimento da componente competitiva.

Num outro estudo desenvolvido com ginastas, Claessens (1995), estabelecendo como principal objectivo investigar se as características morfológicas e de *performance* poderiam permitir distinguir um grupo de ginastas no “activo” de um outro grupo de ginastas “condenadas” ao abandono do treino e competição, seleccionou um conjunto de indicadores somáticos, idade esquelética, testes de aptidão física, bem como outros testes específicos de ginástica para avaliar a força e a flexibilidade. Após analisar os dados recolhidos, o autor concluiu que aqueles factores exerceram um valor negligenciável no abandono da modalidade, sugerindo que este parecia estar mais ligado a factores psicológicos e sociais decorrentes da idade mais elevada das ginastas do segundo grupo.

Outros investigadores, adoptando uma abordagem eminentemente descritiva, concentraram a sua atenção nas razões apontadas pelos jovens para abandonarem a prática desportiva (Cruz; Costa; Viana, 1995;

Cruz et al., 1988; Fry; McClements; Sefton, 1981; Gould et al., 1982; Klint; Weiss, 1986; Pooley, 1981; Sefton; Fry, 1981), tendo a análise dos resultados dos seus estudos convergido, pelo menos, num ponto: a exemplo do verificado relativamente aos motivos apresentados pelas crianças e jovens para praticarem desporto – para mais detalhes, ver, por exemplo, Fonseca (2001) –, todos os estudos orientados para a pesquisa das razões pelas quais as crianças e jovens decidem abandonar a actividade desportiva têm concluído pela inexistência de uma razão única para essa decisão, apontando antes para que esta decorra da acção concertada de um conjunto de razões de natureza diversa.

Não obstante a anteriormente referida diversidade, em alguns dos casos naturalmente relacionada com as especificidades dos contextos nos quais foram realizados os diferentes estudos, algumas razões como, por exemplo, o “conflito de interesses”, a “falta de prazer” a “percepção de (in)competência”, a “excessiva ênfase na competição” ou as “lesões” parecem destacar-se das restantes no modo como exercem influência na decisão dos jovens em abandonar a prática desportiva.

A questão, porém, é que esta informação se reporta ao que normalmente se designa por razões de superfície e, nessa medida, não nos permite adquirir um conhecimento profundo sobre o fenómeno. Por exemplo, embora seja frequente os jovens referirem que abandonaram a prática desportiva devido à excessiva ênfase percebida nos aspectos competitivos, tal informação não nos esclarece acerca da origem dessa pressão, e esse é um dado central se queremos procurar controlá-la, ou mesmo eliminá-la.

Assim sendo, para que seja possível passar de um enfoque essencialmente descritivo – cuja validade é manifestamente reduzida caso pretendamos, como é o caso, perceber e controlar o fenómeno do abandono desportivo – para um interpretativo e explicativo – anterior mas necessário para aceder a um plano preditivo e interventivo – importa recorrer a modelos teóricos que possam fornecer “alguma luz” sobre a problemática em análise.

A questão, portanto, é: que enquadramentos conceptuais nos podem ajudar a perceber melhor o fenómeno do abandono da prática desportiva juvenil?

Numa primeira fase, os modelos teóricos adoptados pelos investigadores interessados em estudar o abandono da prática desportiva infanto-

juvenil foram os utilizados para o estudo da motivação para a prática desportiva, designadamente os que enfatizam o modo como os comportamentos dos indivíduos são influenciados pela sua percepção de competência (Harter, 1978, 1981, 1982, 1983; Harter; Connell, 1984), bem como pelos critérios de sucesso adoptados por eles relativamente a uma determinada actividade (Maher; Nicholls, 1980; Nicholls, 1984a, 1984b, 1989, 1992) – inclusivamente, a este propósito, gostaríamos de afirmar da nossa convicção de que, para melhor perceber os factores e processos psicológicos envolvidos no fenómeno do abandono da pratica desportiva, é crucial conhecer profundamente os mecanismos relacionados com a motivação para a prática desportiva, já que estas são duas realidades que, embora distintas, estão intimamente relacionadas.

De acordo com o postulado por Susan Harter, os jovens que se percebem como competentes para praticar uma determinada modalidade desportiva – e que valorizam esse facto – não só se orientam nesse sentido como persistem na prática dessa modalidade. Nesse sentido, esperar-se-ia que aqueles que decidem abandonar a prática desportiva se percepcionassem como menos competentes do que os que decidem continuar a praticar; o que foi efectivamente verificado na maior parte dos estudos que procuraram testar essa hipótese (Burton; Martens, 1986; Feltz; Petlichkoff, 1983; Klint; Weiss, 1987).

A questão da competência desempenha igualmente um papel central na outra abordagem anteriormente referida, a qual sobreleva ainda o impacto que os critérios de sucesso, ou objectivos de realização, adoptados pelos indivíduos relativamente a uma determinada actividade assumem nos comportamentos orientados para essa mesma actividade. Ou seja, em traços gerais, esta abordagem defende igualmente que os indivíduos, quando envolvidos em contextos de realização, procuram essencialmente demonstrar a sua competência, seja a si ou aos outros; a grande contribuição desta teoria, relativamente à anterior, é que ela destaca que o modo como as pessoas definem sucesso não é uniforme, razão pela qual elas avaliam de forma diferente a competência demonstrada.

Consideram-se, assim, duas formas distintas de definir sucesso e avaliar a competência: enquanto uma delas – normalmente designada como orientação para a tarefa – recorre fundamentalmente a critérios de natureza auto-referenciada, enfatizando o progresso e a melhoria indivi-

dual, a outra – normalmente designada como orientação para o ego – centra-se em critérios de natureza normativa, destacando a comparação com o rendimento apresentado pelos outros.

Aplicada ao fenómeno do abandono da prática desportiva, esta teoria propõe que enquanto aqueles que se orientam para a tarefa persistem na prática desportiva, conquanto essa prática os leve a melhorar os seus níveis de rendimento anteriores, mesmo que estes não sejam muito elevados, os que privilegiam uma orientação para o ego, caso sejam confrontados com situações ou adversários superiores à sua competência, tenderão a abandonar essa prática. Não obstante serem escassos os estudos que procuraram testar em profundidade a aplicabilidade desta teoria ao fenómeno do abandono desportivo, os seus resultados têm fornecido suporte nesse sentido (Duda, 1989; Ewing, 1981; Le Bars; Gernigon, 1998).

Ainda a propósito dos objectivos de realização, importará sublinhar que, consistentemente com o postulado na teoria, a investigação tem vindo demonstrar que eles são modelados não só por factores de natureza disposicional, mas também pelas características situacionais, dentre as quais poderemos destacar os climas motivacionais promovidos pelos treinadores bem como os objectivos associados à prática desportiva das crianças e jovens pelos seus pais ou outros significativos.

Considerando contudo a necessidade de recorrer a modelos explicativos mais abrangentes do que os anteriores – os quais se centram essencialmente na competência percebida e nos objectivos de realização dos indivíduos – Smith (1986), Gould (1987) e Scanlan, Carpenter, Schmidt, Simons e Keeler (1993) propuseram três modelos multifactoriais para explicar o abandono desportivo, todos eles baseados num mesmo paradigma: o da análise da relação entre custos e benefícios.

Ou seja, independentemente de existirem naturais diferenças entre estes modelos – para mais detalhes, ver, por exemplo, Guillet, Sarrazin e Cury (2001) –, todos eles convergem num ponto: os jovens que, ao procederem à análise do balanço entre o que “ganham” e “perdem” com a sua prática desportiva, entenderem que o resultado é negativo abandonam essa prática, especialmente se considerarem que existem alternativas a essa prática – efectivamente, as alternativas jogam aqui um papel determinante, já que, caso não existam, é possível que os jovens não abandonem a prática desportiva mesmo que sintam que os custos que

ela implica excedem os benefícios que dela retiram; no entanto, o contrário também é verdade: é possível que os jovens, caso tenham alternativas viáveis e atractivas, abandonem a prática desportiva mesmo que os seus benefícios excedam os seus custos.

De destacar ainda que enquanto do lado dos benefícios se encontram factores como os identificados a partir da investigação sobre os motivos indicados pelos jovens para praticarem desporto (por exemplo, competência percebida, prazer, afiliação, bem-estar físico e psicológico) do lado dos custos encontram-se factores como os revelados pelos estudos sobre as razões indicadas pelos jovens para abandonar a prática desportiva (por exemplo, percepção de incompetência, falta de prazer, conflito de interesses, pressão excessiva) bem como, por exemplo, o dinheiro, energia e disponibilidade exigidos para continuar a praticar.

No caso do modelo do comprometimento para a prática desportiva, proposto por Tara Scanlan e colaboradores, para além dos factores relacionados com o prazer proporcionado pela prática desportiva e a capacidade de atracção das alternativas (já contemplados nos modelos de Ronald Smith e Dan Gould) é ainda destacada a influência exercida por outros três factores: os investimentos (em tempo, energia, ou dinheiro) que os indivíduos foram efectuando ao longo do tempo e no âmbito da sua prática – e relativamente aos quais não podem mais ser ressarcidos –, os constrangimentos sociais – que se referem não só aos estereótipos sociais em geral associados à prática desportiva, mas também ao modo como as pessoas se comportam a esse respeito, ou ainda, por exemplo, ao modo como os outros significativos promovem ou inibem a prática desportiva das crianças e jovens – e os benefícios esperados ou antecipados – ou seja, tudo aquilo que é expectável que os indivíduos obtenham através da sua prática desportiva mas que não obterão caso a abandonem.

Naturalmente, quanto mais peso assumirem os factores relacionados com o prazer, os investimentos e os benefícios antecipados, e menos peso estiver associado ao factor relativo às alternativas, mais os indivíduos estarão comprometidos com a sua prática desportiva e menos tenderão a abandoná-la. No caso dos constrangimentos sociais, será óbvio que quanto mais eles se orientarem no sentido de promover o envolvimento das crianças e jovens na prática desportiva, mais elas o farão e menos abandonarão.

Aliás, a elevada importância associada aos factores de natureza social em geral, e aos outros significativos em particular, é igualmente perceptível a partir da análise dos modelos propostos por Brown (Brown, 1985; Brown; Frankel; Fennell, 1989) e Vallerand (1997) igualmente para explicar o fenómeno do abandono da prática desportiva. Por exemplo, Brown sublinhou que o abandono dos jovens da prática desportiva é influenciado quer pelos estereótipos culturais ligados ao género, quer pelo apoio fornecido a essa prática pelos seus outros significativos. Por seu lado, Vallerand, entre outros aspectos, destacou que os factores sociais – como, por exemplo, os comportamentos de treinadores e pais – influenciam a motivação dos jovens para a prática desportiva, ainda que o façam de forma indirecta, isto é, mediada pelas percepções de competência, autonomia e pertença social dos jovens.

Até o momento, todos estes modelos teóricos parecem revelar-se como úteis no sentido de permitir uma melhor compreensão relativamente ao preocupante fenómeno que é o abandono da prática desportiva por parte de crianças e jovens. Não obstante, importará desenvolver mais investigação no sentido de clarificar algumas inconsistências verificadas de estudo para estudo, bem como tentar determinar a real validade explicativa e preditiva de cada um deles.

Porém, especialmente para os que não estão tão relacionados com a investigação, mas sim com a intervenção no seu dia-a-dia, uma questão se coloca: o que poderemos nós fazer entretanto para tentar prevenir o fenómeno do abandono na prática desportiva infanto-juvenil?

Naturalmente que a resposta a esta questão não é fácil; isto é, a resposta completa a esta questão é bastante complexa, difícil e, porventura, impossível de dar num espaço como este, atendendo ao carácter complexo e multidimensional do fenómeno a que se refere e à escassa informação disponível no momento. Ainda assim, se atentarmos no que anteriormente foi sendo exposto, e nos concentrarmos essencialmente nos aspectos de natureza social e psicológica, é possível destacar alguns pontos passíveis de contribuir para responder à questão formulada.

Assim, talvez o mais importante passe pelo alerta que é necessário fazer aos adultos – assumam eles o papel de treinadores, espectadores, ou... nem isso; isto é, sejam “apenas” pais... que não participam de forma activa na prática desportiva dos seus filhos – relativamente ao

modo como o que eles pensam, sentem e fazem influencia os jovens sob a sua responsabilidade.

De facto, se atentarmos quer nas razões normalmente indicadas pelos jovens como estando na origem da sua decisão de abandonar a prática desportiva (por exemplo, conflito de interesses, percepção de incompetência, falta de prazer, pressão para ganhar, lesões), quer nos enquadramentos conceptuais que se têm revelado como mais válidos e consistentes para a compreensão deste fenómeno, facilmente reconheceremos que o papel desempenhado pelos adultos pode ser (e é!) determinante no modo como os jovens se sentem e comportam.

Aliás, em nossa opinião, um dos principais problemas actuais do desporto infanto-juvenil consiste no facto de este, na maior parte dos casos, de desporto infanto-juvenil apenas possuir a designação e os participantes; tudo o resto é definido, regulamentado e dirigido pelos (e para os) adultos.

De resto, este cenário já nem sequer é um exclusivo das sociedades ocidentais porquanto também no Japão, por exemplo, o excessivo controlo exercido pelos adultos relativamente ao desporto juvenil, cunhando neste os seus próprios valores em detrimento dos que deveriam ser os valores dos seus protagonistas, é destacado como um dos principais problemas com os quais se depara o desporto juvenil naquele país (Yamaguchi, 1996).

A incompreensão dos adultos em geral, e de alguns pais em particular, pode chegar a extremos tais que coloque em perigo o desenvolvimento e/ou o equilíbrio do próprio jovem como pessoa. Para ilustrarmos este ponto poderemos, por exemplo, recordar o caso protagonizado pela ginasta norte-americana Dominique Moceanu, medalha de ouro nos Jogos Olímpicos de Atlanta em 1996, que, com 17 anos, se viu obrigada a solicitar judicialmente a independência relativamente aos seus pais. Independentemente de terem sido esgrimidas razões de natureza financeira como tendo estado na origem da sua decisão, permanece a sua acusação de que os seus pais lhe haviam roubado a infância ao pressionarem-na a ser atleta antes de pessoa, não admitindo outra coisa que não fosse a procura incessante do sucesso desportivo.

Por outro lado, alguns casos parecem suportar a noção de que só assim se pode aceder ao patamar mais alto do rendimento desportivo,

impossibilitando portanto que os jovens que pretendem (ou outros por eles...) ser os melhores tenham uma vida normal nos seus outros domínios, como sejam o escolar, o social e o afectivo. De recordar, por exemplo, o sucedido com Martina Hingis, cuja vida foi meticulosamente desenhada por sua mãe com o objectivo de a tornar na “número 1” mundial – tendo-o conseguido aos 16 anos – e nos problemas que surgiram quando Martina decidiu que, para além de tenista, queria ser uma jovem adolescente com comportamentos próprios dessa idade, mas incompatíveis com o planeamento da sua vida efectuado pela sua mãe.

Importará pois que os adultos, para além de se concentrarem no que acham que o desporto pode e deve proporcionar aos jovens, procurem igualmente perceber quais são afinal os objectivos e benefícios que as crianças e jovens associam à sua prática desportiva – até porque, conforme verificámos anteriormente, quando os jovens se apercebem “do que estão a perder por causa da sua actividade desportiva” a abandonam – e se consciencializem de que o desporto infanto-juvenil não é o desporto dos adultos, e que, por isso mesmo, não deveria ser uma sua réplica.

Aliás, a este propósito, importará questionar: estarão as características das competições para jovens adaptadas ao que eles procuram e/ou necessitam?

Esta é uma questão que cada vez mais é colocada pelos que se interessam em melhorar o actual modelo de competições para jovens, e relativamente à qual – ainda que não pretendamos escarpelizar-la pormenorizadamente aqui; para mais detalhes, consultar, por exemplo, o capítulo deste livro escrito por António Marques – não podemos deixar de tecer alguns comentários, considerando particularmente o modo como algumas das características do actual modelo de competições (seja em termos estruturais seja em termos funcionais) interferem com a decisão dos jovens abandonarem a prática desportiva.

Na verdade, alguns estudos e/ou experiências desenvolvidas em diversos locais e momentos têm fornecido suporte para a noção de que importa proceder a alterações no modo como estão configuradas as competições dos jovens, fundamentalmente porque elas não respeitam o que eles, de uma forma geral, mais procuram e gostam na actividade desportiva.

Por exemplo, Robert Rotella e Linda Bunker (1998) perguntaram aos participantes de uma liga local de futebol juvenil, nos Estados Uni-

dos da América, como poderiam tornar o jogo mais divertido. Curiosamente, ou não, todas as sugestões que os jovens deram (diminuição do número de jogadores por equipa, eliminação dos guarda-redes e jogar à largura do campo e não ao seu comprimento) concorriam num sentido: proporcionar mais tempo de intervenção no jogo a cada um dos seus intervenientes.

No mesmo sentido, os mesmos Rotella e Bunker (1998) referiram que um inquérito a mais de mil participantes na Little League de beisebol revelou que a maior parte dos jogadores das equipas que não terminaram em primeiro lugar nas suas séries indicaram que preferiam jogar durante mais tempo numa equipa que não ficasse em primeiro do que fazer parte da equipa vencedora mas ficar sentado no banco a ver os seus colegas a jogar.

Nessa medida, é interessante reflectir em quantas vezes, em contextos de desporto infanto-juvenil organizado por adultos, não é satisfeita esta legítima aspiração das crianças e jovens de participar o mais possível, quer nos treinos, quer nas competições. E, ao invés, talvez seja igualmente interessante recordar quantas vezes em contextos de prática desportiva espontânea por parte dos jovens se passa a mesma situação. Na verdade, qual o sentido de em grande número de competições desportivas para jovens se limitar, por exemplo, o número de substituições a fazer por jogo, ou o número de equipas a inscrever por clube numa determinada competição?

No contexto do desporto infanto-juvenil, devem os treinos constituir-se como subsidiários das competições... ou o contrário? Ou, por outras palavras, deve-se aprender e melhorar para competir... ou competir para aprender e melhorar? A nossa opção é claramente a segunda, inclusivamente porque ela vai ao encontro do que perseguem os jovens e que passa, em grande medida, por quererem aprender e melhorar as suas competências, retirando daí elevado prazer – de recordar, a este propósito, o papel nuclear desempenhado pela competência percebida na determinação dos seus comportamentos.

Anteriormente, abordámos igualmente a importância dos critérios de sucesso na determinação dos comportamentos dos indivíduos, enfatizando que enquanto a orientação para a tarefa parece promover a persistência na prática desportiva, a orientação para o ego parece provo-

car o seu abandono, quando os indivíduos são confrontados com desafios superiores às suas capacidades.

A este propósito, interessará recordar uma experiência passada numa liga local de natação nos Estados Unidos da América, cujos responsáveis decidiram instituir um novo sistema de regras, baseado na assunção de que o principal objectivo a perseguir nessa liga era o desenvolvimento e progresso de cada participante relativamente a si mesmo, e não necessariamente em relação aos outros. Para tal, cada nadador indicou os seus três melhores tempos para cada uma das provas a disputar, constituindo-se a média daqueles três tempos como o seu tempo de referência a partir do qual era depois avaliado o seu rendimento. Caso o tempo alcançado numa dada competição fosse, pelo menos, 2% melhor do que o seu tempo de referência seriam creditados 2 pontos à sua equipa; se o tempo alcançado fosse semelhante ao tempo de referência (isto é, entre 2% melhor e 2% pior) seria creditado um ponto à sua equipa; finalmente, se o tempo alcançado fosse inferior em, pelo menos, 3%, então não seria creditado nenhum ponto à sua equipa. De referir ainda que os tempos de referência eram recalculados a cada semana. Assim sendo, todos poderiam ser bem-sucedidos e não apenas um em cada oito – conforme o sistema clássico em que um chega em primeiro e os outros são todos últimos...

Quando, no final da época, perguntaram aos nadadores qual o sistema de classificação preferido, mais de 90% pronunciaram-se a favor deste – curiosamente, ou não, os sensivelmente 10% que declararam preferir o sistema tradicional eram, no geral, os melhores nadadores, que normalmente faziam os melhores tempos absolutos mas que tinham mais dificuldade em melhorar os próprios tempos.

Ao contrário, porém, mais de 80% dos pais revelaram-se contra este novo sistema de classificação por este, no seu entender, não proporcionar uma boa medida de comparação do rendimento efectivo de cada um dos nadadores ou equipas. Assim sendo, terá sentido perguntar: quem é que efectivamente quer ganhar e quem é que quer melhorar: os jovens ou os adultos? Como configuram afinal uns e outros o sucesso e objectivos a perseguir no desporto?

Adicionalmente, importará recordar que os objectivos de realização das crianças e jovens são, em grande medida, modelados pelas percepções que eles têm do que significa sucesso para os seus outros significati-

vos, razão pela qual os resultados da experiência anteriormente descrita devem ser equacionados com bastante cuidado. Na verdade, de uma forma geral, são os adultos que socializam os jovens no sentido de que sucesso passa essencialmente por ser “melhor do que os outros” e não necessariamente por ser “melhor do que antes”, embora naturalmente também possa suceder o contrário – por exemplo, Sarrazin, Guillet e Cury (2001) destacaram o papel desempenhado pelo clima motivacional promovido pelo treinador ao longo dos seus treinos no abandono da prática desportiva por parte de um grupo de andebolistas do sexo feminino.

Uma outra experiência, ilustrativa das vantagens de se entender o desporto infanto-juvenil a partir do prisma de interesses dos seus praticantes, passou-se recentemente na província canadiana de Ontario. Ed Arnold – editor do *Peterborough Examiner* e treinador durante uma década de jovens hoquistas no gelo – após ter presenciado, durante vários anos, comportamentos completamente inadequados ao que deveria ser uma actividade para crianças e jovens – como, por exemplo, o de um treinador de uma equipa de crianças de 7 e 8 anos de idade a pontapear um caixote do lixo e a insultá-los de forma obscena, ou o de um pai a matar outro na sequência de uma briga após uma competição – decidiu criar uma nova liga com um conjunto de regras promotoras de um desiderato principal: permitir às crianças e jovens assumir o controlo da sua actividade desportiva, aprendendo os seus fundamentos e tendo prazer com isso.

Para tal, recorreu à colaboração de dois ex-jogadores profissionais da NHL, Greg Millen e Steve Larmer, os quais lhe forneceram uma ajuda especializada preciosa no sentido de devolver às crianças e jovens praticantes a possibilidade de reinventarem o jogo e de lhe retirarem a componente extremamente séria que lhe havia sido inculcada ao longo dos tempos, quer pelos seus pais, quer pelos seus treinadores. Algumas das regras estabelecidas – proibido gritar com os atletas, treinadores ou árbitros; jogadores jogam em todas as posições, não obedecem a sistemas rígidos de jogo e jogam todos períodos de tempo equivalentes, independentemente da importância dos jogos – não foram, uma vez mais, bem aceites por alguns pais, mas os jovens adoraram.

Em suma, se queremos que as crianças e jovens usufruam das imensas virtualidades e benefícios decorrentes de uma prática desportiva re-

gular e sistemática, prevenindo portanto o fenómeno do abandono desportivo, importa pois procurar formas de devolver protagonismo aos seus principais actores, sob pena de que eles não se sintam bem nos “filmes” que outros decidiram rodar com eles. Na verdade, a institucionalização do desporto infanto-juvenil, em muitos casos, foi sendo feita à custa de aspectos (que deveriam ser) estruturantes, e é altura de procurar inverter essa tendência, sob pena de que aquilo que tanto bem pode trazer aos jovens em geral apenas beneficie alguns, prejudicando inclusivamente uma elevada percentagem de outros.

REFERÊNCIAS

BROWN, B. A. Factors influencing the process of withdrawal by female adolescents from the role of competitive age group swimmer. *Sociology of Sport Journal*, 2, p. 111-129, 1985.

BROWN, B. A.; FRANKEL, B. G.; FENNELL, M. P. Hugs or shrugs: parental and peer influence on continuity of involvement by female adolescents. *Sex Roles*, 7, 7/8, p. 397-412, 1989.

BRUSTAD, R. J. *Efeitos da participação no desporto no desenvolvimento psicológico e social das crianças*. Conferência apresentada na FCDEF-UP, Porto, 2000.

BURTON, D.; MARTENS, R. Pinned by their own goals: an exploratory investigation into why kids drop out of wrestling. *Journal of Sport Psychology*, 8, p. 183-197, 1986.

CAMPBELL, S. Youth sport in the United Kingdom. In: WEISS, M. R.; GOULD, D. (Ed.). *Sport for Children and Youths*. Champaign: Human Kinetics, 1986. p. 21-26.

CHEVALIER, V. *Démographie sportive: itinéraires et abandons dans les pratiques de l'équitation*. *Dissertação (Doutoramento)*—Université de Paris VII, Paris, 1994.

_____. Une population de pratiquants sportifs et leurs parcours: les cavaliers titulaires d'une licence. *Population*, 3, p. 573-608, 1996.

CLAESSENS, A. *Características morfológicas e de performance: preditores de abandono em jovens ginastas femininas*. Trabalho apresentado no seminário A Equação da Selecção na Genética, nas Ciências do Desporto e no Terreno da Prática. FCDEF-UP, Porto, 1995.

CRUZ, J. F.; COSTA, F. S.; VIANA, M. F. Avaliação da motivação para a competição desportiva: estudo preliminar dos motivos para a prática e das razões para o abandono. In: ALMEIDA, L.; RIBEIROS, I. (Ed.). *Avaliação psicológica: formas e contextos*. Braga: APPORT: Universidade do Minho, 1995. v. 3.

CRUZ, J. F. et al. Motivação para a prática e competição desportiva. *Revista Portuguesa de Educação*, 1, p. 113-124, 1988.

De KNOP, P.; ENGSTROM, L. -M. et al. (Ed.). *Worldwide trends in youth sport*. Champaign: Human Kinetics, 1996a.

De KNOP, P.; VANREUSEL, B. et al. Belgium. In: DeKNOP, P.; ENGSTROM, L. -M. et al. (Ed.). *Worldwide trends in youth sport*. Champaign: Human Kinetics, 1996b. p. 88-100.

DUDA, J. L. Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 20, p. 42-56, 1989.

EWING, M. E. *Achievement orientations and sport behavior of males and females*. Dissertação (Doutoramento)—University of Illinois at Urbana, 1981.

EWING, M. E.; SEEFELTD, V. Patterns of participation and attrition in American agency-sponsored youth sports. In: SMOLL, F. L.; SMITH, R. E. (Ed.). *Children and youth in sport: a biopsychosocial perspective*. Dubuque: Brow & Benchmark, 1995. p. 31-46.

FELTZ, D. L.; PETLICHKOFF, L. Perceived competence among interscholastic sport participants and dropouts. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences=Journal Canadien des Sciences Appliquées au Sport*, 8, n. 4, p. 231-235, 1983.

FERREIRA, M. B. R. Youth sport in Brazil. In: WEISS, M. R.; GOULD, D. (Ed.). *Sport for Children and Youths*. Champaign: Human Kinetics, 1986. p. 11-15.

FONSECA, A. M. (Ed.). *A FCDEF-UP e a Psicologia do Desporto: estudos sobre motivação*. Porto: FCDEF-UP, 2001.

FRY, D. A. P.; McCLEMENTS, J. D.; SEFTON, J. M. M. *A report on participation in the Saskatoon Hockey Association*. Canada: SASK Sport, 1981.

GONÇALVES, C. Portugal. In: DeKNOP, P.; ENGSTROM, L.-M.; SKIRSTAD, B.; WEISS, M. R. (Ed.). *Worldwide trends in youth sport*. Champaign: Human Kinetics, 1996. p. 193-203.

GOULD, D. Understanding attrition in children's sport. In: GOULD, D.; WEISS, M. R. (Ed.). *Advances in Pediatric Sciences: vol 2, Behavior Issues*. Champaign: Human Kinetics, 1987. p. 61-85.

GOULD, D. et al. Reasons for attrition in competitive youth swimming. *Journal of Sport Behavior*, 5, p. 155-165, 1982.

GUILLET, E. *Facteurs et processus de l'abandon sportif: du rôle de l'entraîneur à l'impact des normes culturelles: un étude longitudinale en handball féminin*. Dissertação (Doutoramento)–Université Joseph Fourier, Grenoble, 2000.

GUILLET, E.; SARRAZIN, P. *Utiliser l'analyse de survie pour déterminer les moments et les taux d'abandon de la pratique sportive: l'exemple du handball féminin*. Trabalho. Universidade de Grenoble, 1999.

GUILLET, E.; SARRAZIN, P.; CURY, F. L'abandon sportif: de l'approche descriptive aux modèles interactionnistes. *Science & Motricité*, 41, p. 47-60, 2001.

HARTER, S. Effectance motivation reconsidered: toward a developmental model. *Human Development*, 21, p. 34-64, 1978.

_____. A model of intrinsic mastery motivation in children: individual differences and developmental change. In: COLLINS, W. (Ed.). *Minnesota Symposium on Child Psychology*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, 1981. v. 14. p. 215-255.

_____. The Perceived Competence Scale for children. *Child Development*, 53, p. 87-97, 1982.

_____. Developmental perspectives on the self-esteem. In: HETHERINGTON, E. M. (Ed.). *Handbook of child psychology: socialization, personality and social development*. New York: John Wiley & Sons, 1983. v. 4. p. 275-385.

HARTER, S.; CONNELL, J. P. A model of children's achievement and related self-perceptions of competence, control, and motivational orientation. In: NICHOLLS, J. G. (Ed.). *Advances in motivation and achievement*. Greenwich: JAI Press, 1984. v. 3. p. 219-250.

IBSEN, B.; OTTESEN, L. Denmark. In: DeKNOP, P.; ENGSTROM, L.-M.; SKIRSTAD, B.; WEISS, M. R. (Ed.). *Worldwide trends in youth sport*. Champaign: Human Kinetics, 1996. p. 101-114.

JEFFERIES, S. C. Youth sport in the Soviet Union. In: WEISS, M. R.; GOULD, D. (Ed.). *Sport for Children and Youths*. Champaign: Human Kinetics, 1986. p. 35-40.

KLINT, K. A.; WEISS, M. R. Dropping out and in: participation motives of current and former youth gymnastics. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 11, p. 106-114, 1986.

_____. Perceived competence and motives for participating in youth sports: a test of Harter's competence motivation theory. *Journal of Sport Psychology*, 9, n. 1, p. 55-65, 1987.

KREMER, J.; TREW, K.; OGLE, S. (Ed.). *Young people's involvement in sport*. London: Routledge, 1997.

LE BARS, H.; GERNIGON, C. Perceived motivational climate, dispositional goals and participation/withdrawal in judo. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, S58, 1998.

MAHER, M. L.; NICHOLLS, J. G. Culture and achievement motivation: a second look. In: WARREN, N. (Ed.). *Studies in cross-cultural psychology*. New York: Academic Press, 1980. p. 221-267.

MAHONEY, C. Age and sport participation. In: KREMER, J.; TREW, K.; OGLE, S. (Ed.). *Young people's involvement in sport*. London: Routledge, 1997. p. 98-113.

MARTENS, R. Youth sport in the USA. In: WEISS, M. R.; GOULD, D. (Ed.). *Sport for Children and Youths*. Champaign: Human Kinetics, 1986. p.27-33.

MARTÍNEZ, A.; DÍAZ, P. *Variables asociadas ó abandono da competição deportiva en ximnasia rítmica*. Comunicação apresentada no 8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa, Lisboa, 2000.

VALERIOTE, T. A.; HANSEN, L. Youth sport in Canada. In: WEISS, M. R.; GOULD, D. (Ed.). *Sport for Children and Youths*. Champaign: Human Kinetics, 1986. p. 17-20.

WANKEL, L. M.; MUMMERY, W. K. Canada. In: DeKNOP, P.; ENGSTROM, L.-M.; SKIRSTAD, B.; WEISS, M. R. (Ed.). *Worldwide trends in youth sport*. Champaign: Human Kinetics, 1996. p. 27-42.

WEISS, M. R.; HAYASHI, C. T. The United States. In: DeKNOP, P.; ENGSTROM, L.-M.; SKIRSTAD, B.; WEISS, M. R. (Ed.). *Worldwide trends in youth sport*. Champaign: Human Kinetics, 1996. p. 43-57.

WHITE, A.; ROWE, N. England. In: DeKNOP, P.; ENGSTROM, L.-M.; SKIRSTAD, B.; WEISS, M. R. (Ed.). *Worldwide trends in youth sport*. Champaign: Human Kinetics, 1996. p. 115-125.

YAMAGUCHI, Y. Japan. In: De KNOP, P.; ENGSTROM, L.-M. et al. (Ed.). *Worldwide trends in youth sport*. Champaign: Human Kinetics, 1996. p. 67-75.