

## HABILIDADES PARA VIDA E EXPERIÊNCIAS ESPORTIVAS POSITIVAS DE JOVENS FUTEBOLISTAS

### YOUTH SOCCER PLAYERS LIFE SKILLS AND POSITIVE EXPERIENCES IN SPORT

### HABILIDADES PARA LA VIDA Y EXPERIENCIAS DEPORTIVAS POSITIVAS DE JÓVENES FUTBOLISTAS

**Vanessa Menezes Menegassi**

<https://orcid.org/0000-0002-3779-4268> 

<http://lattes.cnpq.br/5635904267734119> 

Universidade Estadual de Maringá (Maringá, PR – Brasil)

vanessamenegassi19@gmail.com

**Adriely Orlando Ricatto**

<https://orcid.org/0000-0003-1105-3768> 

<http://lattes.cnpq.br/1719099473324520> 

Universidade Estadual de Maringá (Maringá, PR – Brasil)

adrielyorlando@hotmail.com

**Andressa Ribeiro Contreira**

<https://orcid.org/0000-0001-9331-3134> 

<http://lattes.cnpq.br/4455603006697690> 

Universidade do Estado do Amazonas (Manaus, AM – Brasil)

andressacontreira@gmail.com

**Paulo Henrique Borges**

<https://orcid.org/0000-0001-5056-9666> 

<http://lattes.cnpq.br/8414808588146463> 

Universidade Federal de Santa Catarina (Florianópolis, SC – Brasil)

paulo.henrique.borges@ufsc.br

**Wilson Rinaldi**

<https://orcid.org/0000-0001-5593-3666> 

<http://lattes.cnpq.br/3678615902015128> 

Universidade Estadual de Maringá (Maringá, PR – Brasil)

wrinaldi@uem.br

#### Resumo

O presente estudo objetivou investigar as habilidades para vida e as experiências esportivas positivas de jovens futebolistas. Foram avaliados 104 jogadores das categorias Sub-15, Sub-17 e Sub-19 de um clube de futebol filiado à Federação Paranaense de Futebol, que compete a nível regional e estadual. Foram aplicados o Questionário da Experiência de Jovens no Esporte e a Escala de Habilidades Para a Vida no Esporte. Na análise dos dados foram empregados os testes U de Mann-Whitney, Coeficiente de Correlação de Spearman e Análise Correlacional de Redes. Não foram verificadas diferenças significativas na comparação das habilidades para vida e experiências esportivas positivas por tempo de experiência, nível competitivo e categoria ( $p > 0,05$ ). As dimensões de experiências esportivas positivas e habilidades para vida apresentaram associações fracas ( $p < 0,05$ ). Os jogadores avaliados relataram que o futebol contribuiu para as experiências esportivas positivas e também para a aquisição de



habilidades para vida. As dimensões de habilidades para vida “Solução de Problemas” e “Liderança” são fatores centrais que contribuem para o desenvolvimento das demais dimensões.

**Palavras-chave:** Psicologia do Esporte; Jovens Atletas; Futebol.

#### Abstract

The present study aimed to investigate the life skills and positive youth development of young soccer players. 104 players from U-15, U-17 and U-19 categories of a club affiliated to Paraná Soccer Federation, that participate in regional and stated championships were evaluated. The Youth Experience Survey for Sport and the Sports Life Skill Scale were applied. For data analysis, Kruskal-Wallis test, Spearman's correlation coefficient and Network Correlation Analysis were used. There was no difference in the comparison of life skills and positive youth development by time of experience, competitive level and category ( $p > 0.05$ ). The dimensions of positive youth development and life skills were weakly associated ( $p < 0.05$ ). The evaluated players reported that soccer contributes to positive youth development and also to the acquisition of life skills. The dimensions of life skills “Problem Solving” and “Leadership” are central factors that contribute to the development of the other dimensions.

**Keywords:** Sports Psychology; Youth Athletes; Soccer.

#### Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo investigar las habilidades para la vida y las experiencias deportivas positivas de jóvenes futbolistas. Se evaluaron 104 jugadores de las categorías Sub-15, Sub-17 y Sub-19 de un club de fútbol afiliado a la Federación Paranaense de Fútbol, que compite a nivel regional y estatal. Se aplicaron el Cuestionario de Experiencia de Jóvenes en el Deporte y la Escala de Habilidades Para la Vida en el Deporte. En el análisis de los datos se emplearon las pruebas U de Mann-Whitney, el Coeficiente de Correlación de Spearman y el Análisis Correlacional de Redes. No se encontraron diferencias significativas en la comparación de las habilidades para la vida y las experiencias deportivas positivas según el tiempo de experiencia, el nivel competitivo y la categoría ( $p > 0,05$ ). Las dimensiones de experiencias deportivas positivas y habilidades para la vida mostraron asociaciones débiles ( $p < 0,05$ ). Los jugadores evaluados informaron que el fútbol contribuye a las experiencias deportivas positivas y también a la adquisición de habilidades para la vida. Las dimensiones de habilidades para la vida “Solución de Problemas” y “Liderazgo” son factores centrales que contribuyen al desarrollo de las demás dimensiones.

**Palabras clave:** Psicología del Deporte; Atletas Jóvenes; Fútbol.

## INTRODUÇÃO

O futebol é uma modalidade coletiva praticada por diversas pessoas ao redor do mundo. Pesquisas apontam o crescente envolvimento no número de jovens atraídos pela modalidade, o que favorece o desenvolvimento de diversos aspectos positivos nos indivíduos praticantes, sendo estes fisiológicos, psicológicos e sociais (RODRÍGUEZ-ROSELL et al., 2017; MOSSMAN; CRONIN, 2019; RAABE; READDY; HÖNER, 2020).

Ao considerar que as equipes esportivas têm apresentado equilíbrio nos níveis de desempenho, no que tange aos aspectos físicos, técnicos e táticos do treinamento esportivo, este estudo lança seu olhar na perspectiva dos aspectos psicológicos, uma vez que se tratam de habilidades que podem ser chaves para o sucesso esportivo. Isso pelo fato de que cada vez mais a literatura tem reportado a relevância de ambientes de treinamento que promovam o desenvolvimento humano, os quais sejam focados no ensino das habilidades técnicas, físicas e táticas, mas que também promovam o crescimento pessoal (JOWETT, 2017). Nesse sentido, a psicologia do esporte tem sido considerada uma área emergente de estudo, principalmente





quando aborda os aspectos psicológicos positivos e virtudes do ser humano, superando a visão tradicional de abordagem dos fatores disfuncionais como estresse e ansiedade.

Diante dessas informações, este estudo tem como foco apresentar os aspectos funcionais do desenvolvimento humano, a partir da abordagem do Desenvolvimento Positivo de Jovens (DPJ) (LERNER et al., 2005). Tal abordagem foi elaborada com o objetivo de compreender como a prática esportiva pode colaborar de maneira positiva para a vida dos jovens atletas, à medida em que estas vivências fomentam a aprendizagem de habilidades pessoais que auxiliam o sujeito a lidar com os desafios cotidianos em contextos que transcendem o esportivo (CATALANO et al., 1999; HODGE; DANISH, 1999; LERNER et al., 2003).

Estudos previamente publicados na literatura com jovens atletas apontam que o tipo de modalidade contribui para o estabelecimento de relações e habilidades sociais (BRUNER; HALL; COTÉ, 2011). Os autores identificaram em atletas de basquetebol e em corredores de meia distância que os primeiros apresentavam características mais positivas para as experiências esportivas no que tange aos aspectos sociais como trabalho em equipe, redes de suporte e competência social, reiterando as contribuições da modalidade coletiva para o desenvolvimento desses aspectos. Importante salientar a ressalva dos autores sobre os aspectos obtidos na pesquisa, uma vez que apontam que mesmo considerando o tipo de modalidade como algo relevante para as percepções de experiências esportivas positivas, também é necessário estudar sobre as formas de interação das pessoas envolvidas.

Gucciardi (2011) em investigação com jovens atletas de críquete, obteve que as experiências esportivas tanto positivas quanto negativas, impactam na resistência mental dos jogadores, sendo mais significativas quando associadas à iniciativa, tendo uma relação mais forte com a resistência mental. Nesse estudo, especificamente, o autor encontrou que o tempo de experiência na modalidade e o número de horas dedicadas ao treinamento não apresentaram significância estatística sobre a resistência mental, mas reforça os achados positivos da iniciativa e experiências interpessoais sobre a resistência mental dos atletas da modalidade.

Na perspectiva das experiências interpessoais, destacamos a pesquisa desenvolvida por McDonald, Coté e Deakin (2010) sobre a relevância da relação treinador-atleta no desenvolvimento positivo de jovens. Os autores investigaram que treinadores que recebem formação por meio de programas esportivos têm maior tendência a fomentar ambientes para o desenvolvimento social e pessoal dos atletas do que treinadores que não





passam por programas de formação, o que sugere a relevância de implantar formações voltadas ao DPJ. Ainda sobre os programas estruturados para o desenvolvimento dos jovens, destacamos o estudo realizado por Strachan, Coté e Deakin (2009) o qual buscou a verificação as contribuições dos aspectos pessoais e sociais associados ao desporto juvenil. Os autores encontraram que os jovens experimentam reduzidos níveis de estresse e experimentam a sensação de prazer na prática esportiva quando as suas experiências no esporte estão fundamentadas em características de identidade positiva, capacitações e suporte social, demonstrando a importâncias de ambientes harmoniosos para o desenvolvimento humano dos jovens atletas.

A revisão sistemática realizada por Rigoni, Belém e Vieira (2017) verificou o impacto do esporte sobre o DPJ. Os benefícios encontrados foram principalmente voltados aos aspectos pessoais, dentre os quais destacaram-se caráter, carinho, desejo para realização, diminuição do burnout, estabelecimento de metas, feedback, e habilidades cognitivas. Se tratando dos benefícios sociais, os autores identificaram elementos como as interações com a família, ligações com a comunidade, menor exclusão social, normas pró-sociais, rede de adultos/capital social, relações positivas, respeito e trabalho em equipe. Embora os achados sejam considerados relevantes para o conhecimento sobre a abordagem, vale a ressalva de que há concentração de pesquisas sobre a temática no contexto internacional, principalmente na América do Norte e Europa.

As pesquisas no Brasil sobre o tema ainda se mostram em crescimento, ao considerar que a adaptação transcultural do instrumento para o contexto nacional é recente (RIGONI et al., 2018). Além da iniciativa de ampliar o acervo científico nacional sobre o desenvolvimento positivo de jovens, o presente estudo também apresenta como lacuna que o DPJ de futebolistas consoante às diferentes faixas etárias é um assunto pouco explorado pelos pesquisadores. Apesar dos clubes de futebol evidenciarem uma ideia de jogo/treino global que norteia o processo de ensino-aprendizagem-treinamento nas suas diversas categorias de base (CASARIN et al., 2011; HEWITT; GREENHAM; NORTON, 2016), nota-se que as experiências intra-grupais provenientes dos estímulos dos treinadores não são padronizáveis, influenciando decisivamente no desenvolvimento de habilidades para a vida do jovem atleta (TAYLOR; BRUNER, 2012).

Deste modo, compreender as vivências positivas e negativas dos jovens por meio do esporte é de fundamental importância para os profissionais envolvidos com a modalidade,





pois permitem que os técnicos, auxiliares, psicólogos e demais profissionais envolvidos no clube ou organização esportiva busquem identificar estes aspectos ao longo do tempo do desenvolvimento dos jovens (GOULD; CARSON, 2008). Tais identificações podem ser utilizadas como ferramentas para aprimorar o processo de intervenção promovido pela rede de suporte, a partir de programas estruturados, visando uma formação global dos atletas, envolvendo aspectos de cunho emocional, social e moral, além dos aspectos físicos, técnicos e táticos. Assim, os ambientes de treinamento fomentados pelos agentes sociais serão positivos, não somente para o desempenho e satisfação esportiva dos jovens atletas, mas também para sua felicidade e bem-estar (JOWETT, 2017).

Considerando estes aspectos, o presente estudo objetivou investigar as habilidades para vida e as experiências esportivas positivas de jovens futebolistas, a partir da comparação dos indicadores em função do tempo de experiência na modalidade, nível competitivo e categoria de jogo. Ainda, objetivou associar as dimensões de habilidades para vida com as experiências esportivas positivas dos jovens futebolistas. Acredita-se que as informações encontradas podem evidenciar pontos positivos e negativos presentes no processo de formação esportiva, contribuindo para minimizar a lacuna existente de pesquisas acerca desta temática.

## PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

### Abordagem Metodológica, Contexto da Pesquisa e Participantes

A avaliação foi realizada em um clube filiado à Federação Paranaense de Futebol, que possui as categorias de base Sub-15, Sub-17 e Sub-19, constituídas por jogadores entre 14 e 19 anos, que participam dos treinamentos com frequência de 5 vezes por semana e competem a nível regional e estadual. A amostra foi escolhida por conveniência. Todos os atletas do clube foram convidados a participar da pesquisa e responderam os questionários. Devido ao não preenchimento dos questionários de forma correta, 4 atletas foram excluídos, dessa forma, a amostra final do estudo foi constituída de 104 jovens futebolistas. Os critérios de inclusão estabelecidos foram: I) Participar de treinamento sistematizado na modalidade por pelo menos um ano; II) Estar inscrito em competições de nível regional e/ou estadual; e III) Apresentar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado.





Este estudo está integrado ao projeto institucional com aprovação no Comitê Permanente de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (COPEP) de uma universidade pública do Noroeste do Paraná, sob o parecer nº 1.324.411/2015. Primeiramente foi realizado contato com a Federação Paranaense de Futebol para acesso ao contato do clube e posterior apresentação do objetivo da pesquisa. Após esta autorização, foram entregues aos pais/responsáveis pelos jovens atletas o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), formalizando a autorização para participação dos atletas na pesquisa.

### **Técnica e Instrumento de Coleta de Dados**

A coleta de dados foi realizada em período vespertino, no ambiente de treinamento dos atletas e antes do início da sessão. A aplicação dos questionários foi realizada de forma coletiva e com preenchimento individual e aconteceu com duração média de 8 minutos.

Foram utilizados dois questionários, primeiramente foi aplicado o Questionário da Experiência de Jovens no Esporte - *Youth Experience Survey for Sport* (MACDONALD et al., 2012), validado para o contexto brasileiro por Rigoni e colaboradores (2018). A escala apresenta 22 itens que avaliam as experiências positivas de jovens no esporte a partir de quatro dimensões: "Habilidade Pessoais e Sociais", "Habilidades Cognitivas", "Experiências de Iniciativa" e "Experiências Negativas". O questionário é respondido numa escala *Likert* de avaliação que varia de 1 (de jeito nenhum) a 4 pontos (definitivamente sim).

Na sequência, foi utilizada a Escala de Habilidade para a Vida no Esporte (LSSS), desenvolvida por Cronin e Allen (2017) e validada para o contexto brasileiro por Nascimento Júnior e colaboradores (2019). A escala é composta por 43 itens que avaliam 8 dimensões, sendo elas: "Trabalho em Equipe", "Estabelecimento de Metas", "Habilidades Sociais", "Solução de Problemas", "Habilidades Emocionais", "Liderança", "Controle do Tempo" e "Comunicação". As afirmações que constituem a escala são avaliadas por intermédio de uma escala *Likert* de 5 pontos que compreende de maneira progressiva as respostas referindo-se a 1 (nada) e 5 (extremamente).

### **Análise de Dados**

Para a apresentação e análise dos dados, inicialmente foi aplicado o teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov ( $n > 50$ ). Em função da distribuição não-paramétrica, as





variáveis foram apresentadas em mediana, intervalo interquartilico (IIQ) e limites inferiores e superiores. Para comparar as habilidades para vida e as experiências esportivas positivas por tempo de experiência, nível competitivo e categoria foi aplicado o Teste de *Kruskal-Wallis*.

Para comparar o desenvolvimento de habilidades para vida e as experiências esportivas positivas em cada categoria, foi empregado o Teste de *Friedman*. Para associar as dimensões de habilidades para vida com as de experiências esportivas positivas foram empregados o Coeficiente Correlação de *Spearman* e a Análise Correlacional de Redes, a partir do pacote *Qgraph*. Para verificar as características de centralidade da rede, foram utilizados os indicadores de força, conectividade e proximidade. A significância foi estabelecida em 5%. Todos os dados foram tabulados no programa Excel e analisados nos programas R (versão 4.0.0) e R *Studio* (versão 1.2.5042).

## RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta a caracterização dos participantes em cada um dos agrupamentos de análise. Conforme observado, a média de idade dos participantes da pesquisa foi de 15,6 ( $\pm 0,1$  anos). A maior parte da amostra de atletas (46,2%) esteve presente na categoria Sub-15, disputando campeonatos a nível estadual (71,2%) e com um tempo de experiência na prática do futebol entre 2 a 7 anos (57,7%).

**Tabela 1** – Caracterização de futebolistas quanto a idade, tempo de experiência, categoria e nível competitivo (n = 104).

	Média	DP
Idade	15,6	0,1
Tempo de Experiência	6,9	0,3
	F	%
<b>Categoria</b>		
Sub-15	48	46,2
Sub-17	41	39,4
Sub-19	15	14,4
<b>Nível Competitivo</b>		
Regional	30	28,8
Estadual	74	71,2
<b>Tempo de Experiência</b>		
2 a 7 anos	60	57,7
8 a 13 anos	44	42,3

DP= desvio-padrão; f = frequência relativa.

**Fonte:** construção dos autores.





Foi realizada a comparação entre os jogadores em função do tempo de experiência (G1: 2 a 7 anos; G2: 8 a 13 anos) e nível competitivo (G1: regional; G2: estadual). Nenhuma diferença significativa ( $p < 0,05$ ) foi encontrada nas variáveis de habilidades para vida e de experiências esportivas positivas. Estes aspectos podem indicar que, independentemente do tempo de envolvimento dos atletas com o esporte ou do nível mais alto de competição das quais já participaram, a aquisição de habilidades e experiências positivas/negativas com o esporte mostram-se semelhantes.

A Tabela 2 apresenta a comparação das habilidades para vida e das experiências esportivas positivas de jovens futebolistas por categoria de jogo. Com relação as experiências esportivas, os resultados apontam que em todas as categorias avaliadas, os jogadores relataram que o futebol contribui muito com "Experiências de Iniciativa", sendo que na categoria Sub-19, a variável "Habilidades Pessoais e Sociais" também apresentou o maior escore ( $p < 0,05$ ). Os escores foram moderados em "Habilidades Cognitivas" e baixos em "Experiências Negativas".

**Tabela 2** – Comparação das habilidades para vida e experiências esportivas positivas de futebolistas Sub-15, Sub-17 e Sub-19 (n = 104).

Variáveis	Sub-15 (n = 48)				Sub-17 (n = 41)				Sub-19 (n = 15)				P	
	Md	IIQ	Min	Máx	Md	IIQ	Min.	Máx.	Md	IIQ	Min.	Máx.		
EEP	<b>Hab. Pessoais Sociais*</b>	3,67	0,33	3,00	4,00	3,67	0,33	2,67	4,00	<b>4,00*</b>	<b>0,33</b>	<b>3,00</b>	<b>4,00</b>	<b>0,638</b>
	Habilidades Cognitivas	2,63	1,00	1,25	3,50	2,25	1,00	1,00	4,00	2,50	1,00	1,50	3,50	0,251
	<b>Exp. de Iniciativa*</b>	<b>4,00*</b>	<b>0,17</b>	<b>3,33</b>	<b>4,00</b>	<b>4,00*</b>	<b>0,17</b>	<b>3,33</b>	<b>4,00</b>	<b>4,00*</b>	<b>0,17</b>	<b>3,17</b>	<b>4,00</b>	<b>0,901</b>
	Experiências Negativas	1,44	0,75	1,00	2,89	1,33	0,67	1,00	2,78	1,56	0,34	1,00	2,33	0,902
HV	<b>Trabalho em Equipe*</b>	<b>4,57*</b>	<b>0,68</b>	<b>3,43</b>	<b>5,00</b>	<b>4,57*</b>	<b>0,57</b>	<b>3,43</b>	<b>5,00</b>	<b>4,43*</b>	<b>0,42</b>	<b>3,86</b>	<b>5,00</b>	<b>0,684</b>
	<b>Est. de Metas*</b>	<b>4,43*</b>	<b>0,57</b>	<b>3,43</b>	<b>5,00</b>	<b>4,57*</b>	<b>0,57</b>	<b>3,43</b>	<b>5,00</b>	<b>4,43*</b>	<b>0,57</b>	<b>3,29</b>	<b>4,86</b>	<b>0,225</b>
	Habilidades Sociais	3,90	1,00	2,00	5,00	4,20	1,00	2,20	5,00	4,20	1,00	2,80	4,60	0,262
	Solução de Problemas	3,97	0,94	2,50	5,00	4,09	1,13	2,50	5,00	4,00	0,50	3,25	5,00	0,607
	Hab. Emocionais	3,88	1,13	2,75	4,75	4,25	1,00	1,75	5,00	4,25	1,00	2,50	5,00	0,074
	Liderança	4,25	0,59	2,88	5,00	4,25	0,94	2,00	5,00	4,00	0,63	3,38	5,00	0,791
	Controle do Tempo	4,00	0,94	2,00	5,00	3,75	1,25	1,75	5,00	3,50	1,25	2,50	4,50	0,127
	Comunicação	4,50	1,00	2,50	5,00	4,50	0,75	2,75	5,00	4,25	0,75	3,00	5,00	0,250

$p < 0,05$ ; \* = apresentaram os maiores valores na categoria em comparação com as demais dimensões (teste de Friedman); Md = mediana; IIQ = intervalo interquartil; min = mínimo; máx = máximo; EEP = experiências esportivas positivas; HV = habilidades para vida.

**Fonte:** construção dos autores.





Na avaliação das habilidades para vida, os jogadores Sub-15, Sub-17 e Sub-19 relataram que o futebol contribui principalmente para o desenvolvimento das habilidades de "Trabalho em Equipe" e "Estabelecimento de Metas" ( $p < 0,05$ ), entretanto, de forma geral, os resultados apontam que a prática da modalidade possibilita o desenvolvimento de todas as dimensões avaliadas (mediana acima de 3,50 na escala de 5 pontos). Por fim, com relação a comparação entre as experiências esportivas positivas e as habilidades para vida de jogadores Sub-15, Sub-17 e Sub-19, não foi encontrada diferença significativa ( $p > 0,05$ ) em nenhuma das dimensões avaliadas.

A Tabela 3 apresenta a correlação das dimensões de habilidades para vida com as experiências esportivas positivas de futebolistas Sub-15, Sub-17 e Sub-19. As principais associações significativas ( $r > 0,27$ ) foram identificadas entre "Habilidades Cognitivas" com "Habilidades Sociais", "Solução de Problemas" e "Controle do Tempo", indicando que à medida que o atleta se percebe mais habilidoso e criativo para a realização de suas atividades, melhores são suas relações interpessoais, maior é sua capacidade de criar estratégias para tomada de decisão e também administrar de forma efetiva seu tempo.

**Tabela 3** – Correlação entre habilidades para vida e experiências esportivas positivas de jovens futebolistas Sub-15, Sub-17 e Sub-19 ( $n = 104$ ).

Variáveis	HPS	HC	EI	em
Trabalho em Equipe	-0,13	0,16	0,17	-0,17
Estabelecimento de Metas	0,11	0,16	<b>0,30**</b>	0,06
Habilidades Sociais	0,01	<b>0,30**</b>	0,19	-0,02
Solução de Problemas	0,11	<b>0,34**</b>	<b>0,20*</b>	-0,05
Habilidades Emocionais	0,09	0,18	<b>0,21*</b>	<b>0,21*</b>
Liderança	0,15	<b>0,20*</b>	<b>0,28**</b>	-0,09
Controle do Tempo	0,06	<b>0,29*</b>	<b>0,20*</b>	0,10
Comunicação	-0,04	<b>0,24*</b>	0,14	-0,10

\* $p < 0,05$ ; \*\* =  $p < 0,01$ . HPS = Habilidades Pessoais e Sociais; HC = Habilidades Cognitivas; EI = Experiências de Iniciativa; EN = Experiências Negativas.

**Fonte:** construção dos autores.

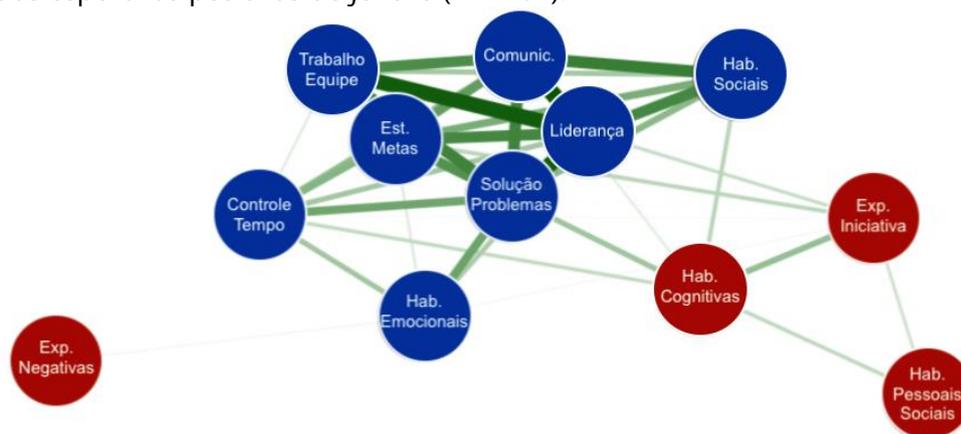
A Figura 1 apresenta a rede de correlação entre as dimensões analisadas. Os nós representam as variáveis avaliadas e os vértices as correlações ( $p < 0,05$ ) evidenciadas entre elas. Quanto maior a espessura dos vértices, mais forte é a correlação e quanto mais central está o nó, mais influencia a variável representada por ele exerce sobre as demais dentro da rede. As ligações em verde representam associações positivas, nenhuma associação negativa





significativa foi verificada. É possível observar correlações fracas entre os indicadores de experiências esportivas positivas e habilidades para vida. Por outro lado, é possível identificar correlações moderadas e fortes entre as dimensões que compõem a escala de habilidades para vida.

**Figura 1** – Análise correlacional de rede entre as dimensões de habilidades para vida e experiências esportivas positivas de jovens (n = 104).



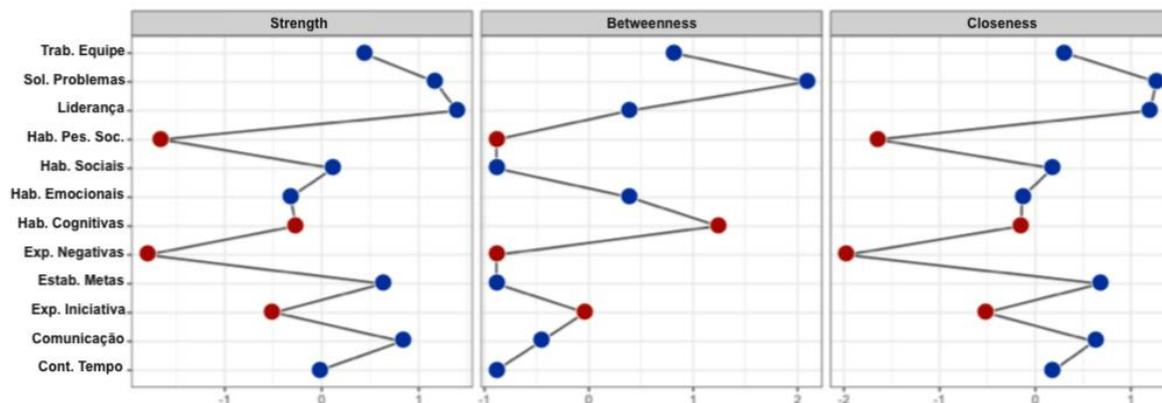
Vermelho = dimensões de experiências esportivas positivas; azul = dimensões de habilidades para vida.

**Fonte:** construção dos autores.

A Figura 2 analisa a centralidade de cada variável dentro da rede a partir dos indicadores de "Força", "Proximidade" e "Conectividade". A força sinaliza o número de ligações que uma variável estabelece com outra dentro de uma rede, ou seja, quanto mais correlações significativas com outras variáveis, mais forte e mais central ela será. A proximidade é o inverso da soma das distâncias de uma variável para todas as outras dentro da rede, então quanto maior o grau de proximidade, mais central é a variável na rede. Por fim, a conectividade reflete o quanto uma variável serve de ponte ou de intermediação entre outras duas variáveis, sinalizando assim a capacidade de mediar a associação entre uma variável e outra. A dimensão "Solução de Problemas" que constitui as habilidades para vida é a que apresentou valores elevados de escore z para força, proximidade e conectividade, sendo central na rede e também intermediando a maior parte das ligações indiretas. No mesmo sentido, a dimensão "Liderança" apresentou valores elevados para força e proximidade. Ambas se associaram significativamente com 8 de 11 variáveis possíveis, sendo consideradas as mais relevantes dentro da rede.



**Figura 2** – Indicadores de centralidade da rede de habilidades para vida e desenvolvimento positivo de jovens (n = 104).



Nota: valores apresentados em escore Z; vermelho = dimensões de experiências esportivas positivas; azul = dimensões de habilidades para vida.

**Fonte:** construção dos autores.

## DISCUSSÃO

O presente estudo objetivou investigar as habilidades para vida e as experiências esportivas positivas de jovens futebolistas. No geral, os jogadores apresentaram bons índices em todas as dimensões avaliadas. Os resultados demonstram que os jovens atletas percebem que o ambiente esportivo disponível para a prática do futebol pode proporcionar o desenvolvimento de habilidades e experiências positivas durante sua formação, como as “Habilidades Pessoais e Sociais”, “Experiências de Iniciativa”, “Trabalho em Equipe” e “Estabelecimento de Metas” (Tabela 02).

Estes achados vão ao encontro das afirmações de Jowett (2017) ao indicar que os ambientes de treinamento criados pelos treinadores esportivos devem sobretudo serem voltados ao desenvolvimento relacional, os quais podem impactar sobre as demais habilidades socio emocionais dos atletas e incidir sobre seu crescimento pessoal. Assim, ambientes harmoniosos para o desenvolvimento humano devem ser voltados a automotivação, promovendo a autonomia dos envolvidos, criando oportunidades para que os atletas tomem iniciativa e que reconheçam as competências dos atletas, o que reflete sobre suas experiências esportivas e habilidades para vida.

Os resultados do presente estudo são reforçados também por afirmações de que o engajamento dos jovens no ambiente esportivo é altamente desejável para seu desenvolvimento, a partir dos benefícios físicos e fisiológicos no que tange à melhora da aptidão física e composição corporal (HOLT; SEHN, 2007). Além disso, os autores reportam que





tal engajamento reflete sobre a melhora dos aspectos psicológicos dentre os quais se destacam a motivação, concentração, formação da identidade, socialização e controle das emoções. Na mesma perspectiva, Hamilton, Hamilton e Pittman (2004) apontam que o desenvolvimento ideal na adolescência possibilita que os indivíduos tenham uma vida saudável, satisfatória e produtiva, transferindo esses comportamentos para a vida adulta, como resultado da aquisição de competências cívicas, sociais e culturais adquiridas por meio de diversas experiências, dentre as quais se incluem as esportivas.

A revisão sistemática de Gould e Carson (2008) sinalizou que essas habilidades podem estar associadas ao desenvolvimento da autoestima, moral, caráter, estabelecimento de metas, responsabilidade, conquistas acadêmicas e comprometimento escolar. Entretanto, o estudo aponta também que apesar da literatura relatar que os praticantes percebem que o esporte pode influenciar no desenvolvimento desses aspectos positivos, ainda não é consenso a possibilidade de transferência dessas habilidades para a vida dos jovens, para além do esporte. Para tanto, estudiosos enfatizam que os programas esportivos devem ser conscientemente planejados e estruturados para garantir que os jovens adquiram experiências positivas e resultados positivos, com base na integração das habilidades para vida às habilidades esportivas (FRASER-THOMAS; CÔTÉ; DEAKIN, 2005; BEAN et al., 2018).

Ao comparar os indicadores em função do tempo de experiência na modalidade e nível competitivo (Tabela 1) nenhuma diferença significativa foi encontrada entre os grupos. O tempo de experiência na prática da modalidade também não foi considerado fator interveniente na pesquisa desenvolvida por Gucciardi (2011) com atletas de críquete, que investigou experiências esportivas e a resistência mental dos jovens. Ao observarmos atentamente nossos achados, acreditamos que os resultados encontrados podem ser limitados em função do desenho transversal do estudo e método de identificação por escalas fechadas, uma vez que as percepções dos atletas e os indicadores ao longo da carreira esportiva não foram coletados, o que poderia fornecer uma visão mais abrangente do processo/experiências vivenciadas ao longo do tempo em que estão envolvidos com o esporte.

Para além disso, os resultados refletem a realidade dos participantes que treinam no mesmo contexto e ambiente, rodeados por treinadores com uma visão similar do processo de formação esportiva e humana, o que contribui para que não sejam observadas diferenças nas percepções dos atletas considerando o nível competitivo. Larsen e colaboradores (2013) apresentam um modelo holístico de desenvolvimento de talentos esportivos onde o ambiente





de formação é centrado no relacionamento entre jogadores e uma equipe de treinadores, assistentes e gerentes que trabalham para que os jogadores aprendam a administrar duas carreiras (esporte e escola), desenvolvendo as habilidades de trabalhar duro, ser autoconsciente e responsável por seu próprio treinamento. Para tanto há a necessidade de incentivar os profissionais a serem sensíveis para transcender a preocupação voltada apenas para a melhora do desempenho atlético e sim voltar-se a criação de atmosferas de treinamento propícias para o desenvolvimento humano, felicidade e bem-estar dos atletas, a partir de ambientes de treinamento técnico-relacionais que fomentem a automotivação dos mesmos (JOWETT, 2017).

No mesmo sentido, na comparação em função da categoria de jogo (Tabela 02) os resultados evidenciaram que tanto os atletas mais jovens quanto os mais experientes do clube, apresentam escores similares nas dimensões de experiências esportivas positivas e habilidades para vida. Nesse sentido, Taylor e Bruner (2012), ao avaliar jovens futebolistas dos 11 aos 18 anos evidenciam que atletas que compõem equipes unidas, onde os treinadores também compartilham de um bom relacionamento tem menor probabilidade de vivenciar exclusão social e mais chances de ter uma regulação emocional positiva, além de ter a capacidade de estabelecer metas e liderar em comparação com jogadores de equipes com conflitos emocionais e treinadores isolados. Estes aspectos reforçam mais uma vez a ideia de que ambientes preparados para o desenvolvimento dos jovens numa abordagem positiva podem fomentar as competências que os levam a apresentar comportamentos adaptativos e positivos que permitem que lidem de forma mais efetiva com os desafios advindos do contexto esportivo e cotidiano (GOULD; CARSON, 2008).

Ao associar as dimensões de habilidades para vida com as experiências esportivas positivas dos jovens futebolistas (Tabela 3, Figuras 1 e 2) foram encontradas correlações significativas, sendo que as dimensões “Solução de Problemas” e “Liderança” foram identificadas como as mais importantes para o desenvolvimento das demais. Com relação a “Solução de Problemas” os achados sinalizam que resolver problemas da própria equipe e saber lidar com conflitos internos são comportamentos que podem beneficiar o desenvolvimento das habilidades sociais, emocionais e cognitivas, além de favorecer o estabelecimento de metas e o controle de tempo, incentivando também a comunicação e a liderança. Neste aspecto, os achados do presente estudo mostram-se positivos no sentido de identificar que os ambientes de treinamento de futebol no Paraná são positivos para o





desenvolvimento dos jovens atletas, independentemente do tempo de experiência ou categoria em que se encontram, possibilitando aos mesmos o desenvolvimento de habilidades cognitivas e experiências de iniciativa, sendo estas competências necessárias para a prática esportiva (resolução de problemas, desenvolvimento de habilidades de liderança), podendo transcender para outros contextos nos quais estiverem inseridos.

Com relação a dimensão “Liderança”, sugere-se que a capacidade de influenciar o grupo, ser um bom exemplo, ajudar, motivar e reconhecer as conquistas dos demais favorece o desenvolvimento de outras virtudes relevantes para a formação e experiências esportivas. De acordo com Loughhead (2017) a liderança é um processo que ocorre dentro do contexto da equipe, está relacionado com a capacidade de influenciar os outros e envolve também o estabelecimento e conquista de objetivos. Ainda, é comum identificar os treinadores como líderes das equipes, entretanto os atletas também podem ocupar papéis de liderança. Assim, tanto o papel de liderança exercido pelo treinador esportivo, quanto às iniciativas de liderança dos próprios atletas são consideradas habilidades importantes para a criação de ambientes de treinamento com alta capacidade de comunicação e que refletem na autonomia dos atletas, na capacidade de resolver problemas em conjunto e estabelecimento de conexões sociais significativas e decisivas para a permanência no contexto esportivo.

Em se tratando da importância de investir em métodos de treino que priorizem o desenvolvimento positivo de jovens atletas, o estudo de Papacharisis e colaboradores (2005) verificou o impacto do programa de ensino de habilidades para vida “*Sports United to Promote Education and Recreation (SUPER)*” em jogadores de futebol de 11 anos de idade. Foram realizadas oito sessões com duração de 15 minutos com enfoque no desenvolvimento do estabelecimento de metas, solução de problemas e pensamento positivo. Os resultados apontam que o grupo intervenção demonstrou melhores resultados em todas as habilidades aprendidas, além de ter um melhor desempenho físico que o grupo controle. Dessa forma, compreende-se que a prática esportiva associada a intervenções fundamentadas no desenvolvimento de habilidades para a vida é essencial para a formação de atletas e também de futuros cidadãos.

Como limitações do presente estudo, assume-se o reduzido número da amostra e a avaliação de apenas um clube constituído por atletas de nível regional e estadual. Destaca-se também o desenho transversal que pode não refletir de forma assertiva as experiências reais dos jovens com o esporte e a própria abordagem quantitativa. Para investigações futuras





acerca da presente abordagem, sugere-se que as variáveis sejam quantificadas a partir de um acompanhamento longitudinal, com coletas ao longo do processo de formação esportiva (avaliação semestral ou anual) e também durante a vida adulta - associada a profissionalização no esporte ou não - com o intuito de verificar também a transferência das experiências esportivas positivas e das habilidades para a vida adulta dos indivíduos avaliados, utilizando-se de técnicas qualitativas para registro dos processos e interações ao longo do tempo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os jovens atletas relataram que a prática do futebol contribui para as experiências esportivas positivas e também para a aquisição de habilidades para vida. O tempo de experiência, nível competitivo e a categoria de jogo não se mostraram fatores intervenientes sobre as experiências esportivas positivas e as habilidades para vida para este grupo de atletas. As dimensões de experiências esportivas positivas e habilidades para vida apresentam associações significativas entre si. As dimensões de habilidades para vida “Solução de Problemas” e “Liderança” são fatores centrais que contribuem para o desenvolvimento das demais dimensões.

Os achados do presente estudo são de fundamental importância aos treinadores esportivos e professores que desenvolvem atividades de treinamento diretamente com jovens atletas, uma vez que estes agentes sociais são os responsáveis pela criação de ambientes de treinamento técnico, mas sobretudo de desenvolvimento humano. Assim, ao entender que o treinamento esportivo transcende a técnica, estes profissionais podem se utilizar de metodologias de treinamento explícitas para o desenvolvimento de competências que estimulem o pensamento crítico, tomada de decisão, trabalho em equipe, liderança e habilidades emocionais, contribuindo para o sucesso dos jovens em contextos sociais distintos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRUNER, Mark W.; HALL, Jonathan; CÔTÉ, Jean. Influence of sport type and interdependence on the developmental experiences of youth male athletes. **European journal of sport science**, v. 11, n. 2, p. 131-142, 2011.

CASARIN, Rodrigo Vicenzi e colaboradores. Modelo de jogo e processo de ensino no futebol: princípios globais e específicos. **Movimento**, v. 17, n. 3, p. 133-152, 2011.





CATALANO, Richard F. e colaboradores. **Positive youth development in the United States: research findings on evaluations of youth development programs**. Washington, DC: Department of Health and Human Services, 1999.

CRONIN, Lorcan Donal; ALLEN, Justine. Development and initial validation of the life skills scale for sport. **Psychology of sport and exercise**, v. 28, p. 105-119, 2017.

FRASER-THOMAS, Jessica L.; CÔTÉ, Jean; DEAKIN, Janice. Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. **Physical education & sport pedagogy**, v. 10, n. 1, p. 19-40, 2005.

GOULD, Daniel; CARSON, Sarah. Life skills development through sport: current status and future directions. **International review of sport and exercise psychology**, v. 1, n. 1, p. 58-78, 2008.

GUCCIARDI, Daniel F. The relationship between developmental experiences and mental toughness in adolescent cricketers. **Journal of sport and exercise psychology**, v. 33, n. 3, p. 370-393, 2011.

HAMILTON, Stephen F.; HAMILTON, Mary Agnes; PITTMAN, Karen. Principles for youth development. In: HAMILTON, Stephen F.; HAMILTON, Mary Agnes (Eds.). **The youth development handbook**. Thousand Oaks, Califórnia, USA: Coming of age in American communities, 2004.

HEWITT, Adam; GREENHAM, Grace; NORTON, Kevin. Game style in soccer: what is it and can we quantify it? **International journal of performance analysis in sport**, v. 16, n. 1, p. 355-372, 2016.

HODGE, Ken; DANISH, Steven. **Promoting life skills for adolescent males through sport**. Handbook of counseling boys and adolescent males: a practitioner's guide. Thousand Oaks, Califórnia, USA: Coming of age in American communities, 1999.

HOLT, Nicholas L.; SEHN, Zoe L. Processes associated with positive youth development and participation in competitive youth sport. In: HOLT, Nicholas L. **Positive youth development through sport**. London, England: Routledge, 2007.

JOWETT, Sophia. Coaching effectiveness: the coach-athlete relationship at its heart. **Current opinion psychology**, v. 16, p. 154-158, 2017.

LARSEN, Carsten H. e colaboradores. Successful talent development in soccer: the characteristics of the environment. **Sport, exercise, and performance psychology**, v. 2, n. 3, p. 190-206, 2013.

LERNER, Richard M. e colaboradores. Positive youth development, participation in community youth development programs, and community contributions of fifth-grade adolescents: findings from the first wave of the 4-H study of positive youth development. **the journal of early adolescence**, v. 25, n. 1, p. 17-71, 2005.





LERNER, Richard M; DOWLING, Elizabeth M; ANDERSON, Pamela M. Positive youth development: thriving as a basis of personhood and civil society. **Applied developmental science**, v. 7, p. 172-180, 2003.

LOUGHEAD, Todd M. Athlete leadership: a review of the theoretical, measurement, and empirical literature. **Current opinion in psychology**, v. 16, p. 58-61, 2017.

MACDONALD, Dany J. e colaboradores. Psychometric properties of the youth experience survey with young athletes. **Psychology of sport and exercise**, v. 13, p. 332-340, 2012.

MACDONALD, Dany J; CÔTÉ, Jean; DEAKIN, Janice. The impact of informal coach training on the personal development of youth sport athletes. **International journal of sports science & coaching**, v. 5, n. 3, p. 363-372, 2010.

MOSSMAN, Gareth J; CRONIN, Lorcan D. Life skills development and enjoyment in youth soccer: the importance of parental behaviours. **Journal of sports sciences**, v. 37, n. 8, p. 850-856, 2019.

NASCIMENTO-JUNIOR, José Roberto Andrade do e colaboradores. Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the portuguese version of the life skills scale for sport. **Measurement in physical education and exercise science**, v. 24, p. 1-14, 2019.

PAPACHARISIS, Vassilios e colaboradores. The effectiveness of teaching a life skills program in a sport context. **Journal of applied sport psychology**, v. 17, p. 247-254, 2005.

RAABE, Johannes; READDY, Tucker; HÖNER, Oliver. Fulfillment of basic psychological needs: a qualitative investigation of strategies used by elite youth soccer coaches. **german journal of exercise and sport research**, v. 50, n. 2, p. 1-12, 2020.

RIGONI, Patrícia Aparecida Gaion e colaboradores. Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the portuguese version of the youth experience survey for sport (P-YES-S). **Measurement in physical education and exercise science**, v. 22, n. 4, p. 310-321, 2018.

RIGONI, Patrícia Aparecida Gaion; BELEM, Isabella Caroline; VIEIRA, Lenamar Fiorese. Revisão sistemática sobre o impacto no desenvolvimento positivo de jovens atletas de rendimento. **Journal of physical education**, v. 28, p. 28-54, 2017.

RODRÍGUEZ-ROSELL, David e colaboradores. Effect of high-speed strength training on physical performance in young soccer players of different ages. **The journal of strength & conditioning research**, v. 31, n. 9, p. 2498-2508, 2017.

SANCHES, Alcir Braga; REZENDE, Alexandre Luiz Gonçalves de. Avaliação da percepção das situações de estresse de jogadores de futebol em função da idade. **Revista brasileira de ciência e movimento**, v. 18, n. 3, p. 43-50, 2010.





STRACHAN, Leisha; CÔTÉ, Jean; DEAKIN, Janice. An evaluation of personal and contextual factors in competitive youth sport. **Journal of applied sport psychology**, v. 21, n. 3, p. 340-355, 2009.

TAYLOR, Ian M.; BRUNER, Mark W. The social environment and developmental experiences in elite youth soccer. **Psychology of sport and exercise**, v. 13, n. 4, p. 390-396, 2012.

**Dados do primeiro autor:**

Email: vanessamenegassi19@gmail.com

Endereço: Avenida Pioneiro Alcício Arantes Campolina, 1818, Vila Esperança, Maringá, PR, CEP: 87020-750, Brasil.

Recebido em: 03/11/2023

Aprovado em: 11/12/2023

**Como citar este artigo:**

MENEGASSI, Vanessa Menezes e colaboradores. Habilidades para vida e experiências esportivas positivas de jovens futebolistas. **Corpoconsciência**, v. 27, e.16561, p. 1-18, 2023.

