



**INFLUÊNCIA PARENTAL NO DESENVOLVIMENTO
DESPORTIVO: PERCEÇÕES E IMPACTOS NO DESEMPENHO
DOS ATLETAS**

Mestrado em Psicologia do Desporto e Desenvolvimento Humano

Filipa Alexandra Simões da Rocha

Porto, 2024



INFLUÊNCIA PARENTAL NO DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO: PERCEÇÕES E IMPACTOS NO DESEMPENHO DOS ATLETAS

Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Mestre em Psicologia do Desporto e Desenvolvimento Humano, na especialidade de Psicologia do Desporto e Performance, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei nº65/2018 de 16 de agosto.

Orientadora: Professora Doutora Cláudia Dias

Filipa Alexandra Simões da Rocha

Porto, 2024

FICHA DE CATALOGAÇÃO:

Rocha, F. (2024). *Influência Parental no Desenvolvimento Desportivo: Perceções e Impactos no Desempenho dos Atletas*. Porto: Rocha, F. Dissertação para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia do Desporto e Desenvolvimento Humano, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: Psicologia do Desporto; Influência parental; Motivação; Perceção refletida; Trajeto carro.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaria de expressar a minha gratidão à minha orientadora, Professora Doutora Cláudia, por todo o apoio, orientação e compreensão ao longo deste percurso académico. O seu conhecimento e conselhos foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho, e sou muito grata por todas as sugestões e conversas que me ajudaram a aprimorar cada etapa da dissertação.

Agradeço à minha mãe pelo amor, incentivo, e sobretudo por todo o esforço feito para que pudesse chegar até aqui. À Laura e ao Rafael, agradeço todo o amor, carinho e força para lutar sem receios. À minha namorada Catarina, agradeço por todos os momentos de carinho, apoio, paciência e compreensão ao longo desta jornada, e a tua presença foi fundamental para que tivesse a força e a motivação necessárias para concluir este trabalho. Sou grata a cada um de vocês, e sem o vosso apoio, esta conquista não seria de todo possível.

Aos professores e colegas do mestrado, agradeço por todo o apoio e discussões que ajudaram a moldar o meu pensamento crítico e a aprofundar o meu conhecimento na área da Psicologia do Desporto. As aulas, dinâmicas e sugestões foram essenciais para a construção desta dissertação e para o meu desenvolvimento ao longo do percurso académico.

Também quero expressar a minha gratidão aos meus amigos que acompanharam de perto este percurso académico, tanto na Licenciatura em Vila Real, quanto atualmente no mestrado.

Ao Águias Negras de Tabuadelo, sobretudo ao coordenador da formação, aos pais e atletas que aceitaram participar no estudo, e em especial à “Guida”, que não só me ajudou no desenvolvimento deste trabalho, como a força que me tem dado ao longo deste percurso académico.

Por fim, agradeço a todas as pessoas que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho. A cada um de vocês, o meu sincero obrigada.

ÍNDICE

ÍNDICE DE QUADROS	VIII
ÍNDICE DE ANEXOS	IX
RESUMO	X
ABSTRACT	XI
ABREVIATURAS	XII
CAPÍTULO 1: INTRODUÇÃO GERAL	1
ESTUDO 1	9
Perceção de Competência e Valor: Será em casa que começa o treino?	9
RESUMO	11
ABSTRACT	12
INTRODUÇÃO	13
MÉTODOS	19
RESULTADOS	22
DISCUSSÃO	29
CONCLUSÃO	33
ESTUDO 2	34
Trajeto para o sucesso: Um estudo da influência da comunicação parental em jovens futebolistas	34
INTRODUÇÃO	37
MÉTODOS	43
RESULTADOS	46
DISCUSSÃO	71
CONCLUSÃO	75
DISCUSSÕES E CONCLUSÕES FINAIS	77
BIBLIOGRAFIA	83

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 - Estatística Descritiva e Correlações Bivariadas	24
Quadro 2 - Correlação canónica: Relações multivariadas entre as variáveis.....	26
Quadro 3 - Regressão hierárquica múltipla: predição das variáveis pela perceção de competência e valor.....	28
Quadro 4 - Exemplo da definição dos códigos e temas ao longo da análise de dados	45

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 – Questionário usado na recolha de dados do INEX

Anexo 2 – Guião da entrevista semiestruturada (Atletas)

Anexo 3 – Guião da entrevista semiestruturada (Pais)

Anexo 4 – Transcrição das entrevistas

RESUMO

A prática desportiva é muito importante para o desenvolvimento cognitivo, motor, emocional e social do atleta. Para que esta prática seja positiva, é necessário que o atleta tenha as condições necessárias como apoio financeiro, logístico e emocional, muitas vezes proveniente dos pais. Por isso, torna-se necessário analisar e compreender como este apoio e influência parental são transmitidos, e de que forma os atletas a percebem. O objetivo da dissertação passou por analisar a influência parental no contexto desportivo, onde no primeiro estudo, foram examinadas as relações entre percepções de competência (autopercepções e refletidas do pai e da mãe), o valor dado ao desporto, e a percepção do clima motivacional iniciado pelos pais; e no segundo estudo, compreender como os padrões de comunicação se alteravam em contextos mais privados como o trajeto de carro e o sexo dos atletas, e de que forma influenciavam o desempenho dos atletas durante os treinos e jogos. Através de uma metodologia quantitativa no primeiro estudo, e uma metodologia qualitativa no segundo estudo, foram realizados questionários a 643 atletas ($M = 13.4 \pm DP = 1.28$), que analisavam as variáveis em estudo, assim como entrevistas semiestruturadas a 8 atletas de ambos os sexos ($n_{\text{feminino}} = 4$) e cada um dos seus pais, de forma a analisar a comunicação existente durante as viagens de carro, assim como os comportamentos durante os contextos desportivos. Os resultados mostraram como é importante que os atletas sintam um clima motivacional e uma percepção de competência refletida positiva, com maior ênfase no prazer e aprendizagem, para que a percepção de competência e valor tenham valores mais elevados. Para além disso, foi possível perceber como a comunicação parental é influenciada pelo contexto, onde o trajeto de carro oferece um espaço privado onde os pais conseguiam motivar e abordar tópicos que não discutiriam em contextos públicos, e que um clima motivacional percebido como positivo melhorava o desempenho dos atletas. É importante desenvolver investigações que permitam expandir o conhecimento da influência parental no contexto desportivo a longo prazo, em mais contextos privados, assim como através de dispositivos tecnológicos, para que entidades desportivas e clubes consigam desenvolver planos de intervenção e formações para sensibilizar pais, treinadores e outros agentes sociais.

Palavras-chave: Psicologia do Desporto; Influência parental; Motivação; Percepção refletida; Trajeto carro.

ABSTRACT

Sports practice is very important for an athlete's cognitive, motor, emotional and social development. For this practice to be positive, the athlete must have the necessary conditions such as financial, logistical and emotional support, often from their parents. It is therefore necessary to analyze and understand how this parental support and influence is transmitted and how parents perceive it. The aim of this dissertation was to analyze parental influence in sports' context, where in the first study, the relationships between perceptions of competence (self-perceptions and those reflected by the father and mother), the value given to sport, and the perception of the motivational climate initiated by parents were examined; and in the second study, to understand how communication patterns changed in more private contexts such as the car journey and the athletes' gender, and how they influenced the athletes' performance during training and matches. Using a quantitative methodology in the first study, and a qualitative methodology in the second study, questionnaires analyzing the variables under study were administered to 643 athletes ($M = 13.4 \pm DP = 1.28$), which analyzed the variables under study, as well as semi-structured interviews with 8 athletes of both sexes ($n_{\text{female}} = 4$) and each of their parents, in order to analyze the communication during car journeys, as well as the behavior during sporting contexts. The results showed how important it is for athletes to feel a positive motivational climate and reflected perception of competence, with a greater emphasis on enjoyment and learning, so that the perception of competence and value have higher scores. In addition, it was possible to see how parental communication is influenced by the context, where the car journey offers a private space where parents can motivate and address topics that they wouldn't discuss in public contexts, and that a positive perceived motivational climate improves the athletes' performance. It is important to develop research to expand knowledge of parental influence in the sports context in the long term, in more private contexts, as well as through technological devices, so that sports institutions and clubs can develop intervention plans and formations to raise awareness among parents, coaches and other social agents.

Keywords: Sports psychology; Parental influence; Motivation; Reflected perception; Car ride.

ABREVIATURAS

CIFI₂D- Centro de Investigação, Formação, Inovação e Intervenção em Desporto

CEFADE- Comissão de Ética da Faculdade de Desporto

INEX- *In search of excellence in sport*

PIMCQ-2_p- *Parent Initiated Motivacional Climate Questionnaire_p*

SPSS- *Statistical Package for the Social Sciences*

TEV- Teoria expectativa-valor

CAPÍTULO 1: INTRODUÇÃO GERAL

O desporto oferece um contexto rico para a aquisição de novas vivências sociais e pessoais, promovendo o desenvolvimento cognitivo, motor e emocional dos atletas, o que é essencial para uma experiência desportiva positiva e um bom rendimento (Dorsch et al., 2022). Além disso, a prática regular de atividade física está fortemente associada ao bem-estar mental (Davidson et al., 2024), ao aumento da coordenação motora e à melhoria da aptidão física e musculoesquelética (Crane & Temple, 2015).

No entanto, apesar destes benefícios, persiste a preocupação com o abandono desportivo precoce, especialmente entre os 10 e os 16 anos (Pisaniello et al., 2024). Este fenómeno é frequentemente atribuído à falta de motivação, experiências desportivas negativas, conflitos com colegas ou treinadores e à escassez de tempo (Fraser-Thomas et al., 2008). Adicionalmente, a taxa de abandono desportivo é significativamente mais elevada entre as raparigas do que entre os rapazes (Møllerløkken et al., 2015).

A motivação é um dos fatores cruciais para que os atletas tenham uma experiência desportiva satisfatória e alcancem os seus objetivos. Para isso, é necessário que as três necessidades psicológicas básicas estejam satisfeitas: competência (sentimento de capacidade para realizar a atividade), autonomia (realização independente das tarefas) e relacionamento (vínculo social com os colegas) (Ryan & Deci, 2000).

A satisfação destas necessidades está diretamente ligada à motivação intrínseca, que por sua vez influencia o desenvolvimento pessoal e a saúde mental dos atletas. Segundo Susan Harter (1978), a perceção de competência nas crianças e jovens é fortemente influenciada pelas interações sociais, nomeadamente com pais e colegas, e tem um impacto direto na forma como os atletas se sentem competentes e eficazes. Crianças com maior motivação intrínseca tendem a experienciar mais prazer e satisfação nas suas atividades do que aquelas que se focam mais em motivações extrínsecas, como recompensas externas (Harter, 1978).

De forma a perceber como a motivação para a prática de uma tarefa é construída e desenvolvida, Eccles et al. (1993) propuseram uma teoria, chamada teoria expectativa-valor (TEV), onde sugere que o comportamento e escolhas dos indivíduos são determinados por dois fatores principais, sendo eles a expectativa que a pessoa tem em ser capaz de realizar a atividade e ser bem sucedida na tarefa, assim como o valor que atribui à tarefa, que inclui fatores como o interesse intrínseco, a utilidade e importância percebida que a tarefa tem, assim como os custos associados para a alcançar (Eccles &

Wigfield, 2002). No contexto desportivo, esta teoria é relevante para a compreensão do envolvimento dos atletas no desporto, uma vez que as expectativas de sucesso podem ser influenciadas por diversos fatores externos, entre eles pais, treinadores e colegas (Coutinho et al., 2021), onde um envolvimento positivo leva a que os atletas se sintam encorajados para a prática desportiva e a serem persistentes, mesmo quando aparecem situações mais desafiadoras; enquanto que um envolvimento menos positivo pode trazer consequências emocionais como a ansiedade, levar ao desinteresse pela prática, assim como aumentar a probabilidade de abandono (Bhalla & Weiss, 2010; Chan et al., 2012; Osai & Whiteman, 2017; Partridge, 2011).

Em dois artigos mais recentes, Eccles e Wigfield (2020, 2023), duas autoras fundamentais para o desenvolvimento da teoria, referem que a teoria inicial dá mais ênfase aos fatores individuais, como autoperceções e a influência parental, como principais influenciadores da expectativa de sucesso e valor atribuído à atividade. Contudo, nesta nova teoria, chamada *Situated expectancy-value* (ou teoria expectativa-valor situada) refere que o contexto onde o indivíduo está inserido, através de fatores sociais e culturais como a classe económica ou género, são fatores também importantes para moldar as expectativas e o valor atribuído.

O valor que os atletas dão ao desporto é um dos fatores importantes, em conjunto com a perceção de competência, para o envolvimento e desenvolvimento positivo, uma vez que se relacionam com o tipo de motivação e os resultados relacionados com a realização (Fredricks & Eccles, 2002). De acordo com a TEV, o valor que a pessoa atribui à tarefa é uma função de quatro elementos, sendo o interesse na aprendizagem; a importância de ter um bom desempenho na tarefa; a importância para objetivos futuros; e os aspetos negativos, pontos que acabam por incentivar (ou desincentivar quando valorizam negativamente) o indivíduo a realizar uma tarefa (Fredricks & Eccles, 2002).

Os pais desempenham um papel essencial na prática desportiva dos filhos, fornecendo suporte financeiro, logístico e emocional (Côté, 1999; Elliott & Drummond, 2017a). O envolvimento parental pode alterar a forma como os atletas percecionam a sua própria prática, influenciando diretamente a motivação e a perceção de rendimento, bem como o desenvolvimento de uma participação desportiva saudável e duradoura (Branco et al., 2024; Fraser-Thomas et al., 2008). Bornstein e Zlotnik (2008) identificaram quatro estilos parentais: (a) autoritário (centrado na punição e obediência; pais que usam a punição e estratégias de disciplina baseadas na violência, dando muita importância à obediência e

ao conformismo), (b) autoritativo (centrado na autonomia e disciplina equilibrada; pais que respeitam e encorajam a autonomia e individualidade dos filhos, esperando que cumpram um conjunto moderado de regras que supram as suas necessidades), (c) negligente (falta de envolvimento; pais que não demonstram interesse nem contribuem para o desenvolvimento adequado da criança) e (d) permissivo (muito recetivos, mas com pouco controlo; pais que são muito recetivo às necessidades dos filhos, mas que exercem pouco controlo sobre o comportamento da criança, dando-lhes uma grande ou total autonomia para agir e escolherem as atividades que quiserem).

O envolvimento parental no desporto dos filhos nem sempre é igual. Os pais, muitas vezes, devido a estereótipos de género e à sua própria experiência desportiva, estão mais envolvidos em aspetos técnicos e táticos, enquanto as mães se ocupam de tarefas logísticas, como a preparação das refeições e o transporte (Coakley, 2006; Nieto et al., 2011). Esta diferença pode também explicar a maior perceção de competência nos rapazes, resultante de mais elogios e comportamentos diretivos por parte dos pais, e a consequente maior taxa de abandono entre as raparigas (Boiché' et al., 2011; Lienhart & Nicaise, 2022).

O tipo de clima motivacional que os pais promovem também influencia o bem-estar dos atletas (O'Rourke et al., 2014). Atletas que experienciam um clima motivacional centrado no desempenho e no ego tendem a definir objetivos mais voltados para a competição e apresentam níveis mais elevados de ansiedade. Em contrapartida, quando o clima é orientado para o domínio de tarefas e o envolvimento na prática, os atletas mostram maior autoestima, motivação intrínseca e menos ansiedade (Harwood et al., 2019; O'Rourke et al., 2014; White et al., 2004). De igual modo, estudos demonstram que o suporte emocional e os elogios dos pais estão associados a maiores níveis de motivação intrínseca, prazer na prática desportiva, perceção de competência e uma participação desportiva mais prolongada (Knight et al., 2011).

A comunicação entre pais e atletas também desempenha um papel fundamental na criação de um clima motivacional positivo e na perceção de apoio e bem-estar dos atletas. Neste contexto, o trajeto de carro para os treinos e jogos, bem como no seu regresso, é frequentemente uma (ou a única) oportunidade valiosa para conversas mais íntimas e diretas sobre as experiências desportivas, sem as distrações habituais do quotidiano. Frequentemente, este é um dos raros momentos em que os pais têm a oportunidade de estar a sós com os filhos, dispondo do tempo e da atenção necessários para discutir

estratégias de desenvolvimento de competências, oferecer apoio e, por vezes, abordar conversas mais difíceis (Azimi & Tamminen, 2022; Tamminen et al., 2017).

O comportamento dos pais durante os treinos e jogos são também um contexto onde estes conseguem influenciar positivamente ou negativamente o desempenho dos atletas (Fredricks & Eccles, 2004). Diversos estudos referem que os pais desempenham um papel importante para o desenvolvimento da perceção de competência dos atletas, uma vez que quando estes sentem um envolvimento parental positivo, aumenta a confiança, a motivação intrínseca e o sentimento de prazer pela atividade (Dorsch et al., 2015; Holt et al., 2008). Comportamentos de apoio e incentivo levam a um desenvolvimento positivo do clima motivacional, uma vez que promove a aprendizagem e o desenvolvimento de habilidades desportivas (Holt et al., 2008). Quando os pais oferecem um apoio onde os atletas sintam que é negativo, dando ênfase a erros ou feedbacks negativos sobre o desempenho do atleta ou da equipa e exercem pressão de forma excessiva, podem aumentar os níveis de ansiedade, medo de falhar, assim como diminuir a perceção de competência desportiva (Knight et al., 2011).

Passando para a literatura existente sobre a influência parental no desporto, são notórias as diferenças na quantidade e no foco dos estudos entre Portugal e o contexto internacional, sobretudo em países como os Estados Unidos, Canadá ou Reino Unido, onde o volume de estudos é consideravelmente maior, com dezenas de anos de investigação sobre o tema. Em países como os Estados Unidos, os estudos centram-se, de uma forma geral, na pressão para a aquisição de sucesso desportivo, explorando mais como os estilos parentais orientados para o desempenho influenciam posteriormente a perceção de competência e o prazer da prática (e.g., Fredricks & Eccles, 2005; Knight & Holt, 2014). Para além disso, também abordam de que forma os comportamentos parentais antes e depois dos jogos (e.g., comunicação) influenciam essas mesmas variáveis.

Já em Portugal, o número de estudos é mais reduzido, onde a investigação científica foca-se mais no apoio emocional e na proximidade familiar, como o impacto positivo do apoio parental, motivação e bem-estar do atleta, e não tanto na pressão competitiva ou tão focado na influência no desempenho (e.g., Branco et al., 2024; Coutinho et al., 2021).

A literatura sobre a influência parental no desporto identifica várias lacunas que necessitam de ser estudadas, entre elas, explorar a influência da perceção de competência

refletida, comunicação parental e clima motivacional (Dorsch et al., 2016, 2021; Knight & Holt, 2014). Além disso, os estudos referem ser necessário explorar mais artigos longitudinais de forma a entender como a percepção de competência e valor vão alternado ao longo do tempo (Fredricks & Eccles, 2005); analisar a comunicação parental fora do contexto desportivo, como em contextos mais privados, de forma a entender como o contexto também influencia essa comunicação e posteriormente o clima motivacional iniciado pelos pais (Knight & Holt, 2014); e usar não só metodologias qualitativas, mas também triangular dados quantitativos e qualitativos, de forma a criar uma visão mais complementar e ampla sobre a influência parental no contexto desportivo (Coutinho et al., 2018).

Neste contexto, procurando proporcionar uma visão abrangente sobre o papel dos pais no contexto desportivo dos jovens atletas, foram realizados dois estudos que abordam diferentes aspetos da influência parental. Juntos, os dois estudos oferecem uma compreensão integrada de como o envolvimento parental, através do suporte motivacional e da comunicação, desempenha um papel crucial na promoção de uma experiência desportiva positiva, saudável e duradoura. Os resultados não só reforçam a importância do papel ativo dos pais no desporto juvenil, como também abrem novas direções para futuras investigações sobre a comunicação e envolvimento parental em diferentes contextos e ao longo de épocas desportivas completas.

Estrutura da dissertação:

O objetivo do primeiro capítulo desta investigação, a “Introdução Geral”, é contextualizar o tema geral, que é a influência parental no contexto desportivo, assim como os temas mais específicos de cada estudo, bem como a apresentação da organização e desenvolvimento do trabalho, com ênfase na definição dos objetivos gerais e estruturação da investigação.

No capítulo 2, é apresentado o primeiro estudo, de natureza quantitativa, onde se examinou as relações entre o clima motivacional parental, as percepções de competência e o valor atribuído ao desporto pelos atletas. Esta investigação recorreu a análises de correlação bivariada para identificar as associações diretas entre as variáveis e a correlação canónica para examinar as interações mais complexas entre conjuntos de variáveis, nomeadamente o clima motivacional parental e as percepções de competência refletida em relação à percepção de competência e ao valor do desporto. Foram ainda

realizadas regressões lineares múltiplas para modelar o impacto preditivo dos climas motivacionais parentais e das perceções de competência refletida na perceção de competência e no valor que os jovens atribuíam à prática desportiva.

No terceiro capítulo, onde se aborda o segundo estudo, de natureza qualitativa, que procurou oferecer uma visão abrangente sobre a comunicação entre pais e filhos no contexto desportivo, destacando as suas implicações para o desempenho e desenvolvimento dos atletas adolescentes. Para tal, foram examinados os padrões de comunicação durante as deslocações de carro para os treinos e jogos analisando o conteúdo e impacto dessas interações nas experiências emocionais e no desempenho dos atletas; complementarmente, foi também avaliado de que modo a comunicação parental durante os treinos e jogos influenciava as experiências e o desempenho dos atletas; assim como foi comparada as diferenças entre o sexo dos atletas.

No capítulo 4, é realizada uma discussão e conclusão geral, onde se explica, de uma forma sucinta, os objetivos e resultados de cada estudo, assim como uma reflexão onde se pretende agrupar os dois estudos, explicando de uma forma geral a complementação dos resultados, e de que forma são importantes para o enriquecimento do conhecimento na área.

Por fim, no capítulo 5, é apresentada a bibliografia utilizada para a realização deste trabalho.

CAPÍTULO 2: ESTUDO 1

Percepção de Competência e Valor: Será em casa que começa o treino?

RESUMO

A teoria expectativa-valor, uma teoria que abrange a área da motivação, afirma que as expectativas de sucesso na aprendizagem de uma tarefa e o valor individual atribuído à mesma são determinantes para a aprendizagem. Contribuições teóricas referentes às expectativas e valor incluem as percepções que as crianças têm acerca da avaliação que os pais fazem sobre as suas competências, assim como o tipo de clima motivacional induzido pelos pais. No presente estudo, examinámos as relações entre a percepção de competência (autopercepções e percepções de competência refletidas do pai e da mãe), o valor atribuído ao desporto e a percepção do clima motivacional parental. Seiscentos e quarenta e três jogadores, praticantes de vários desportos coletivos, com idades entre os 10 e os 16 anos, responderam a um questionário com várias secções que abordava as variáveis consideradas. Globalmente, as análises correlacionais mostraram que as percepções de competências refletida (pai e mãe), bem como a percepção de um clima motivacional mais direcionado para a ênfase no prazer e aprendizagem (pai e mãe) estavam associados a níveis mais elevados de percepção de competência e valor atribuído ao desporto. Posteriormente, as análises de regressão hierárquica revelaram que níveis mais elevados de percepção de competência refletida (pai e mãe), juntamente com um clima motivacional menos direcionado para a ênfase nos erros por parte do pai e mais direcionado para os erros por parte da mãe, prediziam uma percepção de competência mais elevada. Para além disso, um clima motivacional direcionado para o prazer na aprendizagem por parte do pai, em conjunto com níveis elevados de percepções de competência refletida (pai e mãe) prediziam o valor dado ao desporto. Os resultados foram discutidos à luz da literatura de forma a compreender as relações entre as variáveis, assim como as implicações no desempenho desportivo dos atletas.

Palavras-chave: Percepção de competência; Valor do desporto; Percepções de competência refletidas; Clima motivacional; Influência parental.

ABSTRACT

The Expectancy-value theory, a theory that covers the area of motivation, says that the expectations of success in learning a task and the individual value attributed to it are determinants to learning. Theoretical contributions related to expectancy and value include the children's perception of their parents' assessment of their abilities, as well as the parents' motivational climate induced. In this study, we examined the relationship between perceived competence (self-perceptions, and fathers' and mothers' reflected perceptions of competence), the value attributed to sport and the perception of the parental motivational climate. Six hundred and forty-three players from various team sports, aged between 10 and 16, answered a questionnaire with multiple sections that discussed the considered variables. Overall, the correlational analyses showed that perceptions of reflected competence (father and mother), as well as the perception of a motivational climate more geared towards emphasizing pleasure and learning (father and mother) were associated with higher levels of perceived competence and value attributed to sport. Subsequently, hierarchical regression analyses revealed that higher levels of perceived reflected competence (father and mother), along with a motivational climate that was less error-oriented on the father's side and more error-oriented on the mother's side, predicted higher perceived competence. In addition, a motivational climate directed towards pleasure in learning on the father's side, together with high levels of perceptions of reflected competence (father and mother) predicted the value placed on sport. The results were discussed in the light of the literature, to understand the relationship between the variables, as well as the implications for the athletes' sporting performance.

Keywords: Perceived competence; Sport value; Reflected appraisals; Motivational climate; Parental influence.

INTRODUÇÃO

A prática desportiva tem sido identificada como muito importante para o desenvolvimento positivo das crianças e jovens, sendo associada a benefícios ao nível físico (e.g., crescimento saudável, aumento das habilidades motoras, desenvolvimento da força muscular), psicológico/emocional (e.g., aumento da autoestima e confiança), social (e.g., promoção de relações positivas entre colegas, promoção da capacidade de liderança) e intelectual (e.g., aumento no desempenho escolar) (Bean & Forneris, 2016; Dorsch et al., 2022; Fraser-Thomas et al., 2005). Apesar dos aspetos positivos referidos, para que estes sejam benéficos e para reduzir a possibilidade de abandono, é necessário que o atleta se sinta motivado na sua prática (Balish et al., 2014).

A motivação é muito importante para a prática de qualquer tarefa, uma vez que é responsável pelo processo inicial da tomada de decisão para atingir um objetivo ou satisfazer alguma necessidade, levando também a que a pessoa consiga manter essa prática no tempo (Gopalan et al., 2017). Na literatura, algumas teorias procuram explicar a influência da motivação incluem. Segundo a teoria da autodeterminação (Ryan & Deci, 2000), a motivação intrínseca é desenvolvida quando três necessidades psicológicas básicas são satisfeitas: a perceção de competência, autonomia e sentimento de pertença. Quando estes fatores estão presentes, os indivíduos têm maior tendência em realizarem atividades de forma voluntária e a sentirem-se motivados interiormente (Cook & Artino Jr, 2016). A teoria da orientação para objetivos (Ames, 1992; Dweck, 1986; Elliot & Harackiewicz, 1996) defende que os objetivos podem ser orientados para o domínio (foco na aprendizagem e melhoria pessoal) ou para o desempenho (foco em mostrar habilidades ou receber aprovação) (Cook & Artino Jr, 2016). Atletas que tenham objetivos direcionados para a mestria e que acreditam que as suas capacidades podem ser alteradas e desenvolvidas, usualmente experienciam um maior prazer na prática desportiva e demonstram uma posterior intenção de a continuar (Gardner et al., 2017).

De forma a explicar melhor como a perceção de competência, autonomia e sentimento de pertença se interligam e influenciam posteriormente a motivação, Eccles et al. (1993) propuseram a teoria expectativa-valor (TEV) um modelo explicativo da influência das expectativas de sucesso e do valor da atividade para a posterior realização dos objetivos. Sustentado pelo modelo utilizado na investigação de Atkinson (1957), esta teoria liga o

desempenho, a persistência e a escolha da realização diretamente à expectativa individual e às crenças do valor da tarefa (Eccles & Wigfield, 2002).

As expectativas de sucesso referem-se à crença que a pessoa possui na sua capacidade de ser bem-sucedida na tarefa (Muenks et al., 2018; Wigfield & Eccles, 2000). De acordo com Fredricks e Eccles (2005), as expectativas de sucesso e a percepção de competência constituem um fator só. A competência é um tema muito discutido na literatura, sendo, em conjunto com a autonomia e a pertença, uma das necessidades psicológicas básicas que influenciam a motivação intrínseca, a autorregulação e o bem-estar (Ryan & Deci, 2000). Os jovens que têm uma percepção de competência mais elevada têm mais tendência para exibirem expectativas direcionadas para o sucesso, persistência, esforço e uma maior motivação intrínseca (Bortoli et al., 2011; Harter, 1978). Segundo alguns estudos realizados em Portugal, a percepção de competência é usualmente elevada até aos 10 anos, decrescendo posteriormente com a idade (Almeida et al., 2009; Vasconcelos-Raposo et al., 2012).

Ainda no que respeita à percepção de competência, refira-se que a percepção que os jovens atletas têm da avaliação dos pais, designada como percepção de competência refletida, pode mediar a relação entre a avaliação parental e a motivação dos filhos (Bois et al., 2005; Harwood et al., 2019). Esta percepção refletida afeta a autoestima (O'Rourke et al., 2012), o comportamento para com os colegas de equipa e/ou equipa adversária (Danioni & Barni, 2019), e o tipo de orientação dos objetivos (que afeta posteriormente a percepção de competência e prazer na prática desportiva) (Atkins et al., 2015; Nicholls, 1984). Quando os pais criam um clima de apoio à mestria, focando-se na aprendizagem ou domínio das tarefas e valorizando o esforço e a melhoria contínua, estão a promover uma maior motivação intrínseca nos jovens; por outro lado, um clima focado apenas no resultado e na comparação, onde o desempenho da tarefa é baseado no ego, na demonstração de capacidades e nos incentivos externos, pode gerar ansiedade e uma motivação mais extrínseca (Ames, 1992; Atkins et al., 2015; Harwood et al., 2019; Spittle & Byrne, 2009). Assim, o clima motivacional induzido pelos pais não só afeta a autoestima e o comportamento social dos jovens, como também o seu prazer na prática desportiva e a intenção de continuar a praticá-la no futuro (Spittle & Byrne, 2009).

O valor atribuído ao desporto, a outra dimensão da TEV, está relacionado com a dimensão em que um indivíduo valorize ou goste da atividade (Eccles & Wigfield, 2002) definiram quatro componentes relativas ao valor subjetivo da tarefa: (a) valor da realização (importância que a pessoa dá ao fazer a tarefa de forma correta (Battle, 1966)); (b) valor intrínseco (interesse e prazer em fazer a atividade); (c) valor de utilidade (determinar de que forma a tarefa se adequa aos objetivos futuros); e (d) custo (aspectos negativos como a ansiedade, o medo do fracasso ou o esforço necessário para ser bem sucedido). Ou seja, apesar dos fatores externos terem um papel relevante no valor subjetivo da tarefa, a autoperceção é o último e mais importante passo para definir este valor e posterior comportamento. Boiché' et al. (2011), num estudo onde analisaram a TEV de Eccles e a influência que os pais têm sobre os seus filhos, dividiu o modelo do estudo em três fases: uma primeira fase as crenças específicas dos pais e as características da criança (e.g., sexo, idade) influenciam a sua atividade (e.g., competência, valor); numa segunda fase, os comportamentos específicos das mães e pais relativamente aos seus filhos (e.g., o tipo de envolvimento, ou comportamentos de pressão, elogio ou compreensão) influenciam a perceção dos filhos; e numa terceira fase é considerado o desempenho das crianças na atividade (onde são consideradas variáveis como a perceção de competência, a motivação intrínseca, ou o valor).

Diversos autores procuraram aplicar a TEV ao contexto desportivo (e.g., Boiché' et al., 2011; Fredricks & Eccles, 2005; Simpkins et al., 2012), no sentido de explicar determinadas ações-reações dos atletas, assim como facilitar e identificar aspetos a ter em consideração para desenvolver níveis saudáveis de motivação, expectativa e frustração. Com efeito, são diversos os artigos que se focaram na compreensão de como esta teoria pode influenciar e potencializar o rendimento dos atletas na sua fase de desenvolvimento (e.g., Boiché' et al., 2011; Knight et al., 2016; Rouquette et al., 2020), procurando explicar a transferência do valor e das expectativas de sucesso/perceção de competência dos jovens atletas no rendimento desportivo. Globalmente, estes estudos concluíram que o valor dado ao desporto e às expectativas de sucesso/perceção de competência têm uma grande influência no desenvolvimento da motivação, no envolvimento desportivo e também na posterior diminuição do abandono desportivo (Boiché' et al., 2011; Guillet et al., 2006; Romaine et al., 2016; Straub, 2019).

Ainda em relação com a TEV no contexto desportivo, importa sublinhar o papel dos pais na formação de expectativas e valores dos jovens atletas. De facto, os pais são responsáveis pela quantidade de apoio que oferecem e pelas oportunidades que proporcionam, permitindo que os seus filhos possam praticar desporto de forma regular e eficaz (Boiché' et al., 2011). Além disso, estes têm o potencial de influenciar os atletas (Dorsch et al., 2022), uma vez que, frequentemente, estão diretamente envolvidos no desporto, seja como treinadores, diretores, ou até antigos atletas. Esta envolvimento reforça a valorização da prática desportiva e proporciona apoio emocional, criando assim experiências desportivas positivas (Fredricks & Eccles, 2005).

Um aspeto particularmente importante é o clima motivacional que os pais induzem nos seus filhos, quer através do valor que atribuem à prática de desporto, quer da forma como avaliam a sua competência desportiva (Sari & Bizan, 2022). Alguns estudos exploraram a relação entre o clima motivacional parental, as percepções de competência (autopercepções e percepções refletidas), e o valor dado ao desporto. Boiché' et al. (2011), por exemplo, num estudo com atletas dos 12 aos 16 anos, estudaram as relações entre os comportamentos parentais, a percepção que os atletas tinham sobre esses comportamentos, e de que forma essa percepção influenciava posteriormente a perspetiva do nível de sucesso desportivo. Os resultados mostraram que quanto mais os pais enfatizavam a importância e utilidade do sucesso desportivo (ou seja, quanto mais valor davam ao desporto), maior era a frequência dos comportamentos de elogio e compreensão; no entanto, também se verificavam mais intervenções diretivas e de pressão. Adicionalmente, a percepção que os atletas tinham sobre o comportamento dos pais correspondia moderadamente ao que os próprios pais percebiam. De forma interessante, comportamentos diretivos da mãe estavam associados a uma diminuição da percepção de competência dos jovens, enquanto comportamentos de elogio e compreensão prediziam positivamente a motivação intrínseca. Por fim, os atletas que percecionavam maiores níveis de elogio e compreensão por parte da mãe e um envolvimento ativo do pai relataram atribuir mais valor à prática desportiva. Posteriormente, Wagnsson et al. (2016) analisaram a influência da percepção refletida e do clima motivacional induzido pelos pais na tomada de decisão de jovens atletas, concluindo que quando estes percebiam um clima mais direcionado para o prazer na aprendizagem e para a preocupação com o seu bem-estar, e menos focado no sucesso sem esforço, era menos provável que adotassem comportamentos antidesportivos ou

aceitassem fazer batota. Estes valores estavam mais ligados ao clima induzido pela mãe comparativamente ao pai. Appleton et al. (2011), num estudo com atletas entre os 10 e os 18 anos, cujo objetivo incluía analisar o tipo de clima motivacional que promovia o desenvolvimento de cognições perfeccionistas, revelaram que o preditor mais forte era o clima parental focado na preocupação, designadamente por pais do mesmo sexo. Ou seja, os atletas que percecionavam um clima mais focado na ênfase no erro e em críticas constantes estavam mais propensos a desenvolver estas cognições perfeccionistas.

Contudo, apesar de evidências claras de que o clima motivacional parental, ao influenciar diretamente as perceções de competência e o valor que os jovens atribuem ao desporto, pode impactar o seu prazer na prática desportiva, a motivação intrínseca e o seu envolvimento a longo prazo no desporto (Appleton et al., 2011; Wagnsson et al., 2016), existe em Portugal uma escassez de estudos que analisem a perceção que os atletas têm sobre o comportamento dos pais na sua prática desportiva (Coutinho et al., 2018). Tal investigação é essencial, pois, como referiram Simpkins et al. (2012), o contexto cultural, social e económico pode influenciar de forma distinta estas dinâmicas. Nesse sentido, a realização de um estudo, em Portugal, que aborde o clima motivacional induzido pelos pais, as perceções de competência (autoperceções e perceções refletidas) e o valor atribuído ao desporto é essencial para compreender melhor as dinâmicas familiares e culturais no desenvolvimento desportivo juvenil. Em contextos específicos, como o desporto juvenil em Portugal, explorar estas variáveis pode revelar nuances culturais e identificar fatores que promovam comportamentos saudáveis (Boiché' et al., 2011; Gao et al., 2024; O'Rourke et al., 2012). Estes insights são fundamentais para melhorar projetos educativos e de intervenção em ambientes desportivos juvenis no país, proporcionarem aos atletas maior suporte para a sua prática desportiva e, consequentemente, diminuição do abandono desportivo.

Decorrendo do exposto, o objetivo do presente estudo foi analisar, em jovens jogadores praticantes de diferentes modalidades desportivas coletivas, as relações entre e o clima motivacional parental de ambos os pais, a perceção de competência desportiva (autoperceções e perceções refletidas do pai e da mãe) e o valor atribuído ao desporto. Foram realizadas análises de correlação bivariada para identificar associações lineares entre as variáveis, análises de correlação canónica para explorar relações mais complexas entre conjuntos de variáveis (clima motivacional parental e perceções de competência

refletida vs. percepção de competência e valor) e regressões lineares múltiplas para modelar a influência preditiva dos climas motivacionais parentais e das percepções de competência refletida sobre a percepção e competência e o valor atribuído ao desporto.

MÉTODOS

Participantes

Participaram neste estudo 643 jogadores do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 10 e os 16 anos ($M = 13.4 \pm DP = 1.28$), praticantes de andebol ($n = 100$; 15.6%), basquetebol ($n = 219$; 34.1%), futebol ($n = 175$; 27.2%), polo aquático ($n = 163$; 9.8%), e voleibol ($n = 86$; 13.4%).

Instrumentos

Os questionários utilizados para avaliar as perceções de competência física e o valor atribuído ao desporto basearam-se, respetivamente, nas escalas *Child's Perception of Sport Competence* e *Child's Perception of Sport Value*, desenvolvidas originalmente por Fredricks e Eccles (2005), traduzidas e adaptadas para a língua portuguesa por Dias e Fonseca (2009a). O instrumento relativo à perceção de competência compreendia cinco itens, respondidos numa escala tipo Likert de 1 (*Muito Fraca*) a 5 (*Muito Boa*), sendo os valores mais elevados correspondentes a níveis de perceção de competência mais elevados. O instrumento que avaliava o valor atribuído ao desporto compreendia sete itens (i.e., gosto e importância), respondidos numa escala tipo Likert de 5 pontos, correspondendo os valores mais elevados uma maior valorização da prática desportiva.

O questionário utilizado para avaliar as perceções refletidas do pai e da mãe baseou-se no *Perceptions Mirroirs des Parents*, desenvolvido originalmente por Bois (2003), traduzido e adaptado para a língua portuguesa por (Dias & Fonseca, 2009b). Este instrumento compreende duas escalas, uma relativa às perceções refletidas do pai e outra às perceções refletidas da mãe, com três itens cada (e.g., “Na tua opinião, como é que o teu pai avalia a tua competência no desporto?”). Os itens eram respondidos numa escala tipo Likert de 1 (*Muito Fraca*) a 5 (*Muito Boa*), correspondendo os valores mais elevados a níveis de perceção de competência refletida mais elevados e os valores mais baixos a níveis de perceção de competência refletida mais baixos.

Para a avaliação da perceção do clima motivacional parental utilizou-se o *Parent Initiated Motivational Climate Questionnaire_p* (PIMCQ2_p), a versão traduzida e adaptada por Santana et al. (2010) do *Parent Initiated Motivational Climate Questionnaire* (White et

al., 1992). Este instrumento é constituído por 36 afirmações que avaliam três dimensões: prazer na aprendizagem (9 itens), ênfase nos erros (5 itens) e valorização do sucesso sem esforço (4 itens). Os atletas respondem a 18 itens referentes à seguinte afirmação: ‘Eu considero que a minha mãe pensa acerca da minha atividade desportiva’ e 18 itens referentes à afirmação: ‘Eu considero que o meu pai pensa acerca da minha atividade desportiva’. A opinião dos atletas foi registada numa escala de Likert de 5 pontos (*de 1= Discordo Totalmente a 5= Concordo Totalmente*).

Procedimentos

A recolha de dados foi realizada no âmbito do projeto *In Search of Excellence - A Mixed-longitudinal Study in Young Athletes* (INEX) dirigido pelo Centro de Investigação Formação Inovação e Intervenção em Desporto (CIFID2D) da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. O Comité de Ética (CEFADE 13.2017) da instituição aprovou o estudo, e os clubes deram permissão formal para a recolha de dados.

Os participantes e os encarregados de educação foram informados sobre os objetivos do estudo, o seu envolvimento e o direito de se retirarem a qualquer momento. A confidencialidade dos dados foi assegurada, tendo ambos assinado um termo de consentimento informado. Para os procedimentos de recolha de dados, os participantes preencheram um questionário (ver Anexo 1), presencialmente, numa sala de aula tranquila, sob supervisão de um membro da equipa de investigação. Os participantes completaram o questionário em grupo (cerca de 30 participantes por grupo), embora de forma independente. Após assegurar aos participantes a confidencialidade e o anonimato, foram fornecidas instruções verbais detalhadas. Foram também prestados esclarecimentos sobre as questões e as variáveis em análise, sempre que necessário. O processo de preenchimento do questionário teve a duração aproximada de 30 a 40 minutos.

Análises estatísticas

Análises preliminares

Os dados foram analisados com recurso ao software SPSS, 29.0. Num primeiro momento, foi analisada a existência de *missing values*. Os *missing values* para os itens das escalas

usadas no presente estudo variavam entre 0 e 2.6%. Tabachnick e Fidell (2007) sugeriram que, quando os *missing values* nos dados de uma investigação são inferiores a 5%, deve ser utilizada a substituição pelo valor médio. A substituição pelo valor médio é um procedimento utilizado na análise estatística para substituir *missing values* num conjunto de dados sendo estes substituídos pela média dos valores válidos desse indicador no conjunto de dados (Hair et al., 2017). Em conformidade, o presente estudo utilizou a substituição pelo valor médio para tratar os valores em falta.

De seguida, os dados foram examinados em busca de possíveis outliers univariados e multivariados. Identificaram-se 14 *outliers* extremos através de *boxplots* e do cálculo dos limites $Q1 - 3 * IQR$ e $Q3 + 3 * IQR$; relativamente à normalidade multivariada, a distância de Mahalanobis (D2) revelou desvios significativos em 28 sujeitos, os quais foram eliminados. O número de participantes, que inicialmente era de 685, situou-se, assim, nos 643.

Foram calculados alfas de Cronbach (1951) para avaliar a fiabilidade das subescalas dos instrumentos, tendo a maioria dos coeficientes alfa revelado valores acima do critério de .70 proposto para o domínio psicológico (Nunnally & Bernstein, 1994) (Quadro 1).

Análises principais

Foram utilizadas estatísticas descritivas para resumir as principais características do conjunto de dados, proporcionando uma visão das tendências centrais e variabilidade das variáveis. Em seguida, foi realizada uma análise de correlação para examinar as relações lineares entre vários pares de variáveis. Adicionalmente, foram realizadas análises de correlação para examinar o padrão de relações entre as perceções de competência refletidas, o clima motivacional iniciado pelos pais com as perceções de competência e o valor atribuído ao desporto. Posteriormente, foram realizadas duas regressões hierárquicas múltiplas para explorar o impacto do clima motivacional e perceções de competência refletida na perceção de competência e no valor. Em concreto, recorreu-se a uma abordagem hierárquica com dois passos. No primeiro passo, foram introduzidos os climas motivacionais iniciados pelo pai e pela mãe, e no segundo as perceções de competência refletidas (pai e mãe).

RESULTADOS

Estatística descritiva e correlações bivariadas

O Quadro 1 apresenta as estatísticas descritivas e as correlações entre o valor, a percepção de competência, as percepções de competência refletidas do pai e da mãe, e os tipos de clima motivacionais gerados tanto pelo pai quanto da mãe. Como se pode verificar, a maioria dos atletas percebia altos níveis de valor ($M = 4.62 \pm .41$) e de percepção de competência ($M = 4.23 \pm .50$). Para além disso, também sentiam maiores níveis de prazer na aprendizagem, tanto por parte do pai ($M = 4.35 \pm .57$) como da mãe ($M = 4.30 \pm .57$). Já os valores de percepção de competência refletida da mãe ($M = 4.21 \pm .63$) e do pai ($M = 4.16 \pm .63$) apresentaram valores elevados.

Relativamente à análise de correlação, o valor apresentou correlações positivas significativas com a percepção de competência ($r = .46, p < .001$), a percepção de competência refletida do pai ($r = .40, p < .001$) e da mãe ($r = .38, p < .001$), assim como com o prazer na aprendizagem por parte do pai ($r = .33, p < .001$) e da mãe ($r = .28, p < .001$). Nos erros por parte do pai ($r = -.20, p < .001$) e da mãe ($r = -.16, p < .001$), assim como no sucesso sem esforço, tanto por parte da mãe ($r = -.13, p < .001$) como do pai ($r = -.12, p < .001$), o valor teve uma correlação negativa significativa.

A percepção de competência apresentou correlações positivas significativas com a percepção de competência refletida do pai ($r = .58, p < .001$) e da mãe ($r = .55, p < .001$), assim como com o prazer na aprendizagem por parte da mãe ($r = .21, p < .001$) e do pai ($r = .19, p < .001$).

A percepção de competência refletida do pai correlacionou-se positivamente com a percepção de competência refletida da mãe ($r = .77, p < .001$), e com o prazer na aprendizagem por parte do pai ($r = .23, p < .001$) e da mãe ($r = .20, p < .001$). Os erros, tanto por parte do pai ($r = -.09, p < .01$) quanto da mãe ($r = -.07, p < .05$), tiveram uma correlação negativa significativa. Para além disso, a percepção de competência refletida da mãe também apresentou correlações positivas significativas com o prazer na aprendizagem relativo à mãe ($r = .26, p < .001$) e ao pai ($r = .21, p < .001$), assim como uma correlação negativa significativa com os erros por parte do pai ($r = -.09, p < .05$) e da mãe ($r = -.08, p < .05$).

O prazer na aprendizagem por parte do pai teve uma correlação positiva significativa com o prazer na aprendizagem por parte da mãe ($r = .79, p < .001$) e correlações negativas significativas com os erros tanto do pai ($r = -.19, p < .001$) como da mãe ($r = -.14, p < .001$), assim como com o sucesso sem esforço por parte do pai ($r = -.15, p < .001$) e da mãe ($r = -.11, p < .01$). Relativamente ao prazer na aprendizagem por parte da mãe, esta teve correlações negativas com os erros ($r = -.09, p < .001$) assim como com o sucesso sem esforço por parte da mãe ($r = -.09, p < .05$).

A ênfase nos erros por parte do pai teve uma correlação positiva significativa com a ênfase nos erros por parte da mãe ($r = .90, p < .001$), assim como com o sucesso sem esforço por parte do pai ($r = .46, p < .001$) e da mãe ($r = .43, p < .001$). Já com o prazer na aprendizagem por parte da mãe, a correlação foi negativa significativa ($r = -.12, p < .001$). A ênfase nos erros por parte da mãe teve uma correlação positiva significativa com o sucesso sem esforço por parte da mãe ($r = .45, p < .001$). Por fim, o sucesso sem esforço por parte do pai teve correlações positivas significativas com o sucesso sem esforço por parte da mãe ($r = .89, p < .001$) e com os erros por parte da mãe ($r = .47, p < .001$), assim como uma correlação negativa significativa com o prazer na aprendizagem por parte da mãe ($r = -.90, p < .01$).

Quadro 1 - Estatística Descritiva e Correlações Bivariadas

Variáveis	M	SD	α	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. Valor	4.62	.41	.80	-								
2. Percepção de Competência	4.23	.50	.70	.46***	-							
3. Percepção de Competência Refletida Pai	4.16	.63	.74	.40***	.58***	-						
4. Percepção de Competência Refletida Mãe	4.21	.63	.72	.38***	.55***	.77***	-					
Clima Motivacional Pai												
5. Prazer na aprendizagem	4.35	.57	.83	.33***	.19***	.23***	.21***	-				
6. Ênfase nos erros	2.04	.97	.81	-.20***	-.06	-.09**	-.09*	-.19***	-			
7. Sucesso sem esforço	2.20	1.03	.76	-.12**	-.00	.02	.01	-.15***	.46***	-		
Clima Motivacional Mãe												
8. Prazer na aprendizagem	4.30	.57	.83	.28***	.21***	.20***	.26***	.79***	-.12***	-.90**	-	
9. Ênfase nos erros	1.98	.96	.82	-.16***	-.01	-.07*	-.08*	-.14***	.90***	.47***	-.09**	-
10. Sucesso sem esforço	2.21	.98	.74	-.13***	-.01	-.01	-.00	-.11**	.43***	.89***	-.09*	.45***

* $p \leq .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Correlação canônica

De seguida, foi utilizada uma correlação canônica para examinar as relações multivariadas entre as variáveis. A primeira variável canônica combinava os climas motivacionais e as percepções de competência refletidas, enquanto a segunda variável canônica combinava a percepção de competência e o valor. Emergiram duas funções canônicas: função 1 com Λ de Wilks = .55, $F(16, 1266) = 27.922$, $p < .001$, justificando 41% ($rc = .64$) da variância, e função 2 com Λ de Wilks = .93, $F(7, 634) = 7.102$, $p < .001$, justificando apenas 7% ($rc = .27$) da variância.

Para a primeira função canônica, o índice de redundância para as variáveis relativas ao clima motivacional parental e percepções de competência refletidas (set 1) sugeriu que aproximadamente 10.6% da variância neste conjunto podia ser explicada pela variância canônica do conjunto 2. Por outro lado, o índice de redundância para as percepções de competência e valor (set 2) mostrou que aproximadamente 29.1% da variância neste conjunto 2 foi explicada pela variância canônica do conjunto constituído pelo clima motivacional parental e pelas percepções de competência refletidas. Quanto à segunda função, o índice de redundância para as variáveis de clima motivacional parental e percepções de competência refletidas (set 1) demonstrou que apenas 1.8% da variância neste conjunto 1 foi explicada pela variável canônica do conjunto 2. O índice de redundância para as variáveis respeitantes às percepções de competência e valor (set 2) indicou que somente 2.1% da variância no conjunto 2 foi explicada pela variável canônica do conjunto 1. Assim, apesar de ambas as funções canônicas serem estatisticamente significativas (e logo, relevantes) do ponto de vista estatístico, considerando que esta segunda função explica uma baixa percentagem da variância entre os conjuntos de variáveis, bem como apresenta índices de redundância muito baixos - sugerindo que pode não adicionar muita informação prática - optaremos, por focar principalmente na primeira função canônica, uma vez que esta explica uma maior percentagem da variância.

A análise das cargas canônicas para a primeira função revelou que a percepção de competência refletida – pai ($rs = -.94$), a percepção de competência refletida – mãe ($rs = -.89$), o clima de prazer e aprendizagem – mãe ($rs = -.41$), e o clima de prazer e aprendizagem – pai ($rs = -.41$), foram os principais contributos para a primeira variável canônica. A percepção de competência ($rs = -.95$) e o valor ($rs = -.72$) contribuía para a

segunda variável canônica. As correspondentes cargas negativas das percepções de competência refletidas e do clima centrado no prazer e na aprendizagem na primeira variável canônica e da percepção de competência e do valor na segunda variável canônica indicam que estes climas motivacionais e percepções refletidas estavam positivamente associados a níveis mais elevados de percepção de competência e de valor atribuído à prática de desporto (Quadro 2).

Quadro 2 - Correlação canônica: Relações multivariadas entre as variáveis

VARIÁVEIS	FUNÇÃO 1
Clima Motivacional Mãe	
<i>Prazer na aprendizagem</i>	-.41
<i>Ênfase nos erros</i>	.10
<i>Sucesso sem esforço</i>	.08
Clima Motivacional Pai	
<i>Prazer na aprendizagem</i>	-.41
<i>Ênfase nos erros</i>	.18
<i>Sucesso sem esforço</i>	.07
Percepção de Competência Refletida Pai	-.94
Percepção de Competência Refletida Mãe	-.89
Percepção de Competência	-.95
Valor	-.72

Análises de regressão

Para analisar a relação entre as variáveis que são preditores (clima motivacional e percepções de competência refletidas) e a percepção de competência, foi realizada uma regressão hierárquica múltipla que incluía, no modelo 1, os climas motivacionais iniciados pelo pai e pela mãe ($F(6, 642) = 6.02, p < .001$), explicando 5% da variância da percepção de competência. Depois de se adicionarem as percepções de competência refletidas do pai e da mãe no modelo 2, a variância total explicada pelo modelo era de 38% ($F(8, 642) = 48.02; p < .001$). Neste modelo final ajustado, quatro preditores revelaram ser estatisticamente significativos, tendo a percepção de competência refletida do pai ($\beta = .39, p < .001$) e da mãe ($\beta = .24, p < .001$) revelado valores preditivos mais elevados do que a ênfase nos erros por parte do pai ($\beta = -.14, p = .049$) e da mãe ($\beta = .18, p = .013$). Estes resultados sugerem que níveis elevados de percepção de competência refletida, do pai e da mãe, juntamente com um clima mais direcionado para a ênfase nos erros por parte da mãe e menos centrado nos erros por parte do pai estavam associados a uma percepção de competência mais elevada.

No que respeita ao valor, o modelo 1 da regressão hierárquica múltipla, onde foram incluídos os climas motivacionais por parte do pai e mãe como preditores, era estatisticamente significativa ($F(6, 642) = 16.09, p < .001$) e explicava 13% da variância no valor dado ao desporto. Adicionando posteriormente as percepções de competência refletidas do pai e da mãe no modelo 2, a variância total explicada pelo modelo era de 25% ($F(8, 642) = 25.97, p < .001$). Neste modelo ajustado, três preditores revelaram ser estatisticamente significativos: o prazer na aprendizagem por parte do pai ($\beta = .22, p < .001$), e a percepção de competência refletida do pai ($\beta = .20, p < .001$) e da mãe ($\beta = .17, p < .002$). Estes resultados sugerem que níveis mais elevados de percepção de competência refletida do pai e da mãe, bem como de ênfase no prazer na aprendizagem por parte do pai, estavam associados a níveis mais elevados do valor dado ao desporto (Quadro 3).

Quadro 3 - Regressão hierárquica múltipla: predição das variáveis pela percepção de competência e valor

Variáveis	<i>B</i>	<i>SE B</i>	β	<i>t</i>
PERCEÇÃO DE COMPETÊNCIA				
Modelo 1				
Clima motivacional Pai				
Prazer na aprendizagem	.06	.06	.07	1.04
Ênfase nos erros	-.11	.05	-.21	-2.28*
Sucesso sem esforço	.04	.04	.08	.91
Clima motivacional Mãe				
Prazer na aprendizagem	.13	.06	.15	2.33*
Ênfase nos erros	.10	.05	.19	2.07*
Sucesso sem esforço	-.03	.04	-.06	-.64
Modelo 2				
Clima motivacional Pai				
Prazer na aprendizagem	-.01	.05	-.01	-.22
Ênfase nos erros	-.08	.04	-.14	-1.97*
Sucesso sem esforço	-.02	.04	-.03	-.44
Clima motivacional Mãe				
Prazer na aprendizagem	.07	.05	.07	1.40
Ênfase nos erros	.10	.04	.18	2.49*
Sucesso sem esforço	.00	.04	.01	.12
Percepção de Competência Refletida Pai	.31	.04	.39	7.69***
Percepção de Competência Refletida Mãe	.19	.04	.24	4.62***
VALOR				
Modelo 1				
Clima motivacional Pai				
Prazer na aprendizagem	.19	.05	.26	4.20***
Ênfase nos erros	-.08	.04	-.18	-2.03*
Sucesso sem esforço	.05	.03	.13	1.54
Clima motivacional Mãe				
Prazer na aprendizagem	.04	.04	.05	.86
Ênfase nos erros	.02	.04	.05	.52
Sucesso sem esforço	-.07	.04	-.16	-1.90
Modelo 2				
Clima motivacional Pai				
Prazer na aprendizagem	.16	.04	.22	3.72***
Ênfase nos erros	-.06	.03	-.14	-1.75
Sucesso sem esforço	.03	.03	.07	.85
Clima motivacional Mãe				
Prazer na aprendizagem	.00	.04	.00	.01
Ênfase nos erros	.02	.04	.04	.55
Sucesso sem esforço	-.05	.03	-.12	-1.58
Percepção de Competência Refletida Pai	.13	.04	.20	3.66***
Percepção de Competência Refletida Mãe	.11	.04	.17	3.04**

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo foi analisar de forma aprofundada as relações entre o clima motivacional parental, as percepções de competência (autopercepções e percepções de competências refletidas) e o valor dado ao desporto, examinando as correlações bivariadas e multivariadas entre as variáveis, e a capacidade preditiva do clima motivacional e percepções de competência refletidas sobre as percepções de competência e o valor atribuído ao desporto.

A interpretação global dos resultados obtidos realça a importância das percepções de competência refletidas e dos climas motivacionais parentais na explicação da percepção de competência e do valor atribuído ao desporto, sugerindo que estas variáveis, em conjunto, desempenham um papel central na compreensão dos processos motivacionais em jovens atletas. Na correlação canónica, observámos que as percepções de competência refletidas, associadas a um clima parental orientado para o prazer na aprendizagem, influenciavam tanto a percepção de competência como o valor atribuído ao desporto. Esta combinação sugere que, quando os jovens percebem que o envolvimento dos pais se foca no desenvolvimento e na satisfação pessoal, isso potencia tanto a sua percepção de competência como o valor que atribuem à prática desportiva. Além disso, a relação com a percepção de competência é mais complexa, uma vez que a ênfase nos erros pelos pais assume papéis diferenciados. Um clima menos centrado nos erros por parte do pai, mas mais centrado nos erros por parte da mãe, foi associado a uma melhor percepção de competência. Este padrão poderá sugerir que a forma como os pais abordam o erro tem um impacto distinto na autopercepção dos jovens, com o pai desempenhando um papel mais encorajador e a mãe uma figura mais crítica no desenvolvimento da competência. Por outro lado, a valorização da prática desportiva foi influenciada pela combinação de uma percepção de competência refletida e a ênfase no prazer e na aprendizagem por parte do pai. Este resultado sublinha que, quando o pai incentiva o prazer e a aprendizagem na prática desportiva, os jovens tendem a atribuir maior valor à atividade física, possivelmente devido à experiência positiva promovida neste contexto. Portanto, o papel conjunto das percepções de competência refletidas e dos climas motivacionais parentais aponta para uma dinâmica complexa, mas essencial, na explicação de como os jovens

percebem a sua competência e o valor que atribuem à prática desportiva, sugerindo que estes fatores não atuam de forma isolada, mas em interação mútua.

1. A importância das percepções de competências refletidas

Um primeiro aspeto a referir é o facto de a percepção de competência refletida dos pais, ou seja, a percepção dos jogadores relativamente ao que o pai e a mãe pensavam sobre a sua competência desportiva, estar claramente associada à sua própria percepção de competência dos jogadores. Estes resultados foram evidentes não apenas nas correlações bivariadas, mas também nas correlações canónicas, as quais sugeriram que a autopercepção de competência dos sujeitos era mais elevada quando, para além de perceberem uma maior ênfase, por parte de ambos os progenitores, no prazer na aprendizagem, sentiam que estes os consideravam competentes em termos desportivos. Por outras palavras, não parecia haver diferenciação nas percepções que tinham relativamente ao pai e à mãe nas variáveis referidas. Este resultado corrobora um estudo de Bois et al. (2005), no qual os autores concluíram que as avaliações que as mães e os pais tinham sobre as competências dos seus filhos estavam relacionadas, não encontrando distinção nas avaliações dos progenitores. Para Bois et al. (2005), estes resultados podiam ser explicados pelo facto de os atletas, quando percebem que um pai os acha competente, terem tendência a associar que o outro acha o mesmo, o que pode também ter ocorrido no nosso estudo.

As análises de regressão hierárquica reforçaram a importância das percepções de competência refletidas, indicando que estas variáveis tinham um peso forte na predição do valor dado ao desporto, mas especialmente na percepção de competência dos participantes. Enquanto neste estudo, as percepções de competência refletidas prediziam diretamente a autopercepção de competência, estudos anteriores (Bois et al., 2005; Fredricks & Eccles, 2005) referiam que a avaliação que as crianças têm de si mesmas influenciavam a forma como percebiam a avaliação dos seus pais. Esta diferença sugere que a relação entre a percepção de competência refletida e a percepção de competência pode variar conforme o contexto ou amostra estudada. Por outras palavras, é fundamental que os atletas sintam que os pais os achem competentes para que eles próprios se sintam competentes. Esta influência pode estar ligada ao facto dos jogadores que participaram no presente estudo serem atletas jovens que se encontram numa fase onde precisam muito

dos pais, tanto em termos logísticos e financeiros, quer emocionalmente. Embora envolvendo outros constructos, referia-se que estudos realizados por Dorsch et al. (2015), Fredricks e Eccles, (2005), Sánchez-Miguel et al. (2013) ou Schwebel et al. (2016) corroboraram a influência significativa dos pais, referindo que os tipos de orientação para a tarefa por parte destes estavam correlacionados com a motivação e a orientação para a tarefa dos seus filhos.

2. A importância do clima centrado na ênfase nos erros por parte do pai e da mãe

Um segundo aspeto a realçar refere-se à associação negativa da autoperceção de competência a um clima motivacional menos direcionado para a ênfase nos erros por parte do pai, mas, ao mesmo tempo, mais focado nos erros por parte da mãe. Estes resultados corroboram outros estudos, nos quais se verificou que a perceção de competência dos filhos era mais elevada quando o pai enfatizava o prazer na aprendizagem e não induzia um clima enfatizando o erro; no caso da mãe, a perceção de um clima orientado para a ênfase nos erros estava associada positivamente à perceção de competência dos filhos (Vasconcelos-Raposo et al., 2012). Power e Woolger (1994) encontraram resultados na natação que associaram a modelagem da mãe ao entusiasmo da criança, independentemente do sexo. Contudo, no mesmo estudo, a modelagem refere-se a comportamentos positivos de incentivo, e não à ênfase nos erros ou aspetos negativos como nos referimos neste estudo, onde o foco da mãe nos erros estava associado à perceção de competência. Por outro lado, ainda no estudo de Power e Woolger, a modelagem do pai exibiu uma associação negativa como prazer nos filhos, enquanto no nosso estudo, esta modelagem não se referia diretamente a esse tipo de comportamentos negativos. Bois et al. (2005) mostram, no seu estudo sobre a influência parental na prática de atividade física, que o envolvimento da mãe e do pai modela de forma distinta o comportamento das crianças. De forma mais específica, comportamentos de incentivo e apoio por parte dos pais, como por exemplo o encorajamento e a participação ativa, estão associados a maiores níveis de motivação intrínseca e envolvimento desportivo. Por outro lado, comportamentos de controlo e pressão, como crítica e pressão excessiva, podem levar à ansiedade ou posterior desinteresse na prática desportiva. Neste contexto, os resultados do presente estudo podem ser explicados pelo facto de os pais terem um comportamento mais diretivo ou autoritário para com os atletas enquanto enfatizam os erros, enquanto as mães, apesar de poderem enfatizar os mesmos erros, utilizarem um

comportamento mais assertivo, alertando para o erro de forma mais direta, e tentando equilibrar as suas críticas com frases direcionadas para aspetos positivos. Outros autores reforçam esta comparação entre o comportamento do pai e da mãe, referindo que as mães demonstravam ter mais interações positivas, como por exemplo elogios e recompensas, enquanto os pais demonstravam ser mais severos e punitivos, tendo também maiores expectativas de sucesso (Boiché' et al., 2011; Gryczkowski et al., 2010; Yaffe, 2023).

3. A importância do clima de prazer orientado para a aprendizagem

Um terceiro aspeto a realçar respeita ao facto de, em conjunto com as perceções de competência refletidas (pai e mãe), o clima motivacional direcionado para o prazer na aprendizagem evidenciou ter associação com a perceção de competência e com o valor atribuído ao desporto, no âmbito das variáveis relativas ao clima motivacional. Este resultado corrobora estudos anteriores (e.g., Rourke & Smith, 2013), onde se verificou que o tipo de motivação estava relacionado de forma significativa com a perceção do tipo de clima que os pais induziam; mais especificamente, um clima motivacional direcionado para a tarefa estava associado a um nível mais elevado de motivação intrínseca. Paralelamente, Coroa et al. (2011) verificaram que o clima motivacional induzido pelos pais estava muito associado ao prazer e diversão desportiva e exibia uma relação negativa com o traço de ansiedade; ou seja, podia levar a uma maior valorização da prática desportiva. Os autores constataram ainda que quanto mais os pais enfatizavam o prazer na aprendizagem, mais elevada era a perceção de competência refletida dos filhos, o que explicaram pelo facto de o clima motivacional direcionado para o prazer na aprendizagem mostrar aos atletas que os pais estão atentos, valorizam o seu progresso individual, e estão motivados para que este seja cada vez melhor, o que leva a que sintam que os pais os achem competentes. Com efeito, em diversos outros estudos, o prazer na aprendizagem enfatizado pelos pais era uma das variáveis relevantes para o desenvolvimento da orientação para a tarefa e posterior promoção da perceção de competência dos filhos: quando o pai direcionava o clima para o prazer na aprendizagem, o filho sentia-se mais competente, pois deixava de haver uma comparação externa e passava a valorizar os progressos individuais (Atkins et al., 2015; Vasconcelos-Raposo et al., 2012).

CONCLUSÃO

De uma forma geral, este estudo reforça a importância do papel importante no desenvolvimento desportivo dos atletas. Diversos investigadores mostraram já que os comportamentos dos pais, a forma como transmitem esses comportamentos e a consequente percepção dos próprios atletas influencia posteriormente a sua prestação desportiva (Bois et al., 2005; Fredricks & Eccles, 2005). Nesse sentido, os nossos resultados fornecem informações sobre os fatores que estão associados à percepção de competência do atleta e ao valor que ele dá ao desporto, ressaltando a relevância, enquanto variáveis antecedentes da percepção de competência e do valor atribuído ao desporto, de um clima motivacional mais direcionado para o prazer na aprendizagem e menos direcionado para a ênfase nos erros, bem como das percepções que os jogadores tinham sobre a avaliação que os pais faziam da sua competência desportiva. Ou seja, este estudo permitiu clarificar os comportamentos dos pais que estão associados a resultados mais positivos ou mais negativos, podendo esta informação ser utilizada por pais e treinadores envolvidos em contextos de desporto jovem para encorajar os atletas, criando um ambiente positivo e de suporte, e aumentando assim a sua motivação e compromisso com o desporto. Para além disso, entidades públicas e desportivas, assim como clubes, também podem usar este conhecimento para promover uma influência parental positiva através de medidas de orientação e recomendação, como, por exemplo, ações de formação aos pais e atletas, formações para os profissionais, ou até mesmo mudanças na própria estrutura.

No âmbito de investigações futuras, considerando que o presente estudo se focou exclusivamente em jovens jogadores do sexo masculino envolvidos em desportos coletivos, seria relevante explorar a inter-relação entre estas variáveis em atletas do sexo feminino. Além disso, poderão ser investigados fatores subjacentes às diferenças entre desportos, como a natureza do desporto ou o contexto cultural. Por último, estudos longitudinais (e.g., ao longo de uma época desportiva) poderão fornecer informações mais detalhadas sobre a evolução destas variáveis e das suas inter-relações ao longo do tempo, permitindo analisar o modo como os comportamentos e percepções variam ao longo da época e de que forma influenciam o desempenho dos atletas durante esse período.

CAPÍTULO 3: ESTUDO 2

Trajeto para o sucesso: Um estudo da influência da comunicação parental
na vida dos jovens futebolistas

RESUMO

A comunicação entre pais e filhos no contexto desportivo é amplamente reconhecida como um fator crucial no desenvolvimento dos atletas, influenciando positivamente aspetos como a autoeficácia, autoestima, motivação intrínseca e autorregulação. No presente estudo, o objetivo foi aprofundar a compreensão dos padrões de comunicação entre pais e atletas adolescentes de futebol, tanto nas deslocações de carro para os treinos e jogos como no regresso, e investigar de que modo a comunicação parental influenciava as interações durante as sessões de treino e os jogos. Além disso, também se examinou como a comunicação variava em função do sexo dos atletas. Foram entrevistados oito atletas de futebol, com idades entre os 15 e os 16 anos, juntamente com um dos progenitores. Os resultados revelaram temas relacionados com a rotina e logística do transporte, as conversas e interações que ocorriam no trajeto de ida e de volta dos treinos e jogos, e a participação dos pais nos treinos e jogos. Um dos principais resultados encontrados foi que os pais utilizavam o tempo das viagens como uma oportunidade para motivar, orientar e abordar tópicos que, noutros contextos, em público ou com outras pessoas presentes, seriam evitados. Adicionalmente, os resultados mostram diferenças importantes nas perceções entre pais e atletas, nas dinâmicas de comunicação entre os treinos e jogos, e entre os contextos públicos e privados, sugerindo que o trajeto de carro oferece um ambiente propício para o desenvolvimento de uma comunicação mais íntima e direta, que parece ter um impacto significativo no desempenho e na relação entre pais e filhos. Este estudo destaca, portanto, a relevância da comunicação parental e da participação ativa durante as práticas desportivas como fatores centrais para o suporte emocional e o desenvolvimento dos jovens atletas, e abre portas para futuras investigações que possam explorar mais detalhadamente essas interações em diferentes contextos e ao longo de épocas desportivas completas.

Palavras-chave: Influência parental; Comunicação parental; Trajeto carro; Futebol.

ABSTRACT

Communication between parents and children in the sports context is widely recognized as a crucial factor in athletes' development, positively influencing aspects such as self-efficacy, self-esteem, intrinsic motivation, and self-regulation. In the present study, the aim was to gain a deeper understanding of the communication patterns between parents and adolescent soccer players, both when driving to and from training and matches, and to investigate how parental communication influenced interactions during training sessions and matches. In addition, it was also examined how communication varied according to athletes' gender. Eight soccer players, aged between 15 and 16, were interviewed together with one of their parents. The results revealed themes related to transportation's routine and logistics, the conversation and interactions that took place on the way to and from training and matches, and the participation of parents in training and matches. One of the main results found was that parents used travel time as an opportunity to motivate, guide and address topics that, in order contexts, in public or with other people present, would be avoided. In addition, the results show important differences in perceptions between parents and athletes, in communication dynamics between training and matches, and between public and private contexts, suggesting that commuting by car offers an environment conducive to the development of more intimate and direct communication, which seems to have a significant impact on performance and the relationship between parents and children. This study therefore highlights the relevance of parental communication and active participation during sports practices as central factors for the emotional support and development of young athletes and opens the door to future research that can explore these interactions in more detail in different contexts and over the course of entire sports seasons.

Keywords: Parental influence; Parental communication; Car ride; Soccer.

INTRODUÇÃO

A adolescência, que abrange o período dos 10 aos 19 anos (*World Health Organization*, n.d.), é unanimemente considerada uma fase crucial no desenvolvimento humano, desempenhando um papel determinante na formação do indivíduo enquanto adulto. Durante esta etapa, ocorrem profundas transformações nos domínios social, biológico e psicológico, que não só moldam a identidade e personalidade do jovem, como também influenciam significativamente o seu bem-estar e capacidade de adaptação na vida adulta (Murray et al., 2021).

Para além de ser uma etapa fundamental para o desenvolvimento do jovem enquanto pessoa, a adolescência é também crucial para o seu desenvolvimento enquanto atleta. É durante esta fase, mais especificamente a partir dos 15 anos, que muitos atletas transitam para a fase de investimento, caracterizada por um compromisso cada vez maior com o desporto. O objetivo passa a ser alcançar o mais alto nível de excelência, o que se traduz num aumento do número de horas de treino, bem como do investimento financeiro e de outros recursos (Côté, 1999). Acresce o facto de este período poder ser marcado por uma crescente visibilidade, proporcionando-lhes a oportunidade de assinarem contratos que poderão influenciar decisivamente o seu futuro no desporto (Murray et al., 2021).

A literatura destaca que, durante a fase da adolescência, os pais tendem a perder parte da sua influência em favor dos amigos no contexto social (Beyens et al., 2016), e dos colegas ou treinador no contexto desportivo (Côté, 1999; Murray et al., 2021). No entanto, apesar desta mudança de influências, é amplamente reconhecida a importância que os pais têm no desenvolvimento dos seus filhos. Vários autores investigaram o envolvimento parental no contexto desportivo e as suas consequências na vivência desportista dos atletas (e.g., Coutinho et al., 2018; Jacobs & Eccles, 1992; Tamminen et al., 2017). Atualmente, existem evidências de que o envolvimento parental nesta fase multifacetado pode ser moldado por diversos fatores, incluindo o desporto praticado pelos filhos (i.e., gosto pela modalidade ou conhecimento dos pais sobre o desporto), a experiência prévia desportiva dos pais (Wilson et al., 2019), o contexto social da modalidade, equipa ou clube, ou as expectativas e crenças que os pais têm sobre a prática desportiva dos seus filhos (Knight et al., 2016), existindo necessidades, objetivos e aspetos psicológicos requisitados de

forma específica para que o atleta não só tenha um bom rendimento, como também se sinta realizado com a prática da modalidade (Furusa et al., 2021; Knight et al., 2016). Assim, mesmo que a influência direta dos pais diminua, o seu apoio e envolvimento continuam a ser fatores essenciais no sucesso e bem-estar dos atletas adolescentes.

A comunicação e interação entre pais e filhos

A fase da adolescência é um período muito importante para a construção e desenvolvimento de um “eu” mais elaborado e coeso (Habermas & Bluck, 2000; Van Dijk et al., 2014). Embora este seja um processo de desenvolvimento individual, diversos fatores externos têm um papel preponderante nesta evolução, uma vez que existe uma grande procura de validação social por parte dos adolescentes (Beyens et al., 2016). De forma relacionada, recorde-se que é precisamente durante a adolescência que os filhos começam a procurar uma maior autonomia e independência, e se os pais ignoram este desejo (consciente ou inconscientemente) pode resultar numa diminuição da qualidade da comunicação. Este enfraquecimento pode manifestar-se no aumento de discussões, ou em conversas mais rípidas ou até agressivas (Zhang, 2020).

Neste contexto, a comunicação com os pais desempenha um papel fundamental. Os pais que estabelecem com os filhos uma relação baseada numa monitorização constante aliada a expectativas elevadas, que conciliam com um envolvimento ativo e de suporte emocional, assim como uma comunicação aberta e empática, escutando ativamente e valorizando a perspetiva dos adolescentes, contribuem para um desenvolvimento mais positivo do autoconceito dos adolescentes (McLean et al., 2007; Simons-Morton & Chen, 2009). A comunicação entre pais e filhos pode assim ser considerada um fator incontornável na socialização familiar (Hollmann et al., 2016).

No contexto desportivo é igualmente clara a importância da comunicação parental no desenvolvimento do atleta. Num estudo desenvolvido por Fraser-Thomas et al. (2008), por exemplo, somente os jovens que continuavam a praticar desporto é que relataram uma comunicação aberta com os pais, em comparação com os jovens que desistiram da prática desportiva. Na mesma linha, outros estudos concluíram que atletas que percecionam um suporte positivo e de encorajamento por parte dos pais têm maiores perceções de autoeficácia, autoestima, motivação intrínseca e autorregulação (Rouquette et al., 2021;

Teques et al., 2019). Estes resultados vão ao encontro das ideias de Ericsson (1996), segundo o qual a aquisição da expertise é conseguida através da motivação, esforço e recursos facultados aos atletas.

Para compreender completamente o impacto da comunicação parental, é crucial estudar como esta ocorre em diferentes contextos no sentido de compreender as variações em cada situação, e como as dinâmicas comunicativas podem influenciar o desenvolvimento e o bem-estar dos adolescentes, ajudando a destacar a importância do contexto específico. Neste contexto, Elliott e Drummond (2017) investigaram o comportamento verbal de 34 pais de jovens jogadores de futebol australiano de 12-13 anos, em situações específicas do desporto (durante o jogo, no intervalo e no caminho para casa). Os autores concluíram que o comportamento verbal dos pais variava conforme o contexto. Durante o jogo, os jovens relataram ouvir críticas e abusos dos pais na linha lateral, bem como linguagem profana. No intervalo, os pais elogiavam e encorajavam os filhos, um comportamento apreciado pelos atletas e pelos pais de outros jogadores. No trajeto de volta para casa, os pais envolviam os filhos num processo de “debriefing” para fornecer feedback e discutir melhorias. Tanto pais quanto atletas reconheceram que este momento pode ser sensível, e que os atletas com uma perceção mais positiva do seu desempenho estavam mais recetivos a um equilíbrio entre críticas e elogios. Posteriormente, Sutcliffe et al. (2021) exploraram as conversas entre pais e atletas ($n = 41$), concentrando-se em contextos privados, como o trajeto de carro, o decorrer do jogo e o ambiente doméstico. Os resultados foram categorizados em três tópicos principais: (a) diálogo sobre o desempenho, (b) discussão sobre outros agentes sociais; e (c) apoio social dos pais.

Alguns estudos exploraram o papel das conversas durante o trajeto de carro no envolvimento dos filhos na vida desportiva. Tamminen et al. (2017) entrevistaram 27 atletas (18 raparigas e 9 rapazes) de 11 a 16 anos, e 26 pais, de diversos desportos. Os resultados mostraram que alguns pais e atletas abordavam o trajeto de carro com receio e ansiedade, enquanto outros o viam como uma oportunidade para discutir experiências desportivas e fortalecer a relação pais-atletas. As conversas no carro permitiam aos pais dar feedback sobre o desempenho, e os atletas sentiam-se confortáveis para partilhar preocupações e buscar orientação. De forma relacionada, sublinhe-se que, no anteriormente referido estudo de Elliott e Drummond (2017) com pais de jovens

jogadores de futebol australiano, os autores também destacaram a importância do momento após os jogos na relação pais-atletas, descrevendo-o como um tempo crucial para interações significativas. Neste momento, os pais costumam envolver-se em “rituais” que incluem dar feedbacks, críticas e comentários honestos sobre o jogo, além de recompensar os filhos com encorajamento, reconhecimento e até “junk food” como uma recompensa pela sua participação. Mais recentemente, Thrower et al. (2022) investigaram as interações entre 13 pais e 13 jogadores de tênis (8 - 18 anos), durante o trajeto até às competições, verificando que os pais geralmente iniciavam as conversas sobre a modalidade. Estas interações visavam mudar o foco das crianças das comparações com os outros para o seu próprio progresso e esforço. Pais com mais experiência e conhecimento tendiam a fazer perguntas que conferiam mais autoridade à criança, resultando em maior probabilidade de resposta. Por fim, Tamminen et al. (2022) utilizaram gravações de vídeo durante o trajeto de carro para analisar a comunicação e interações entre pais ($n = 26$) e filhos ($n = 26$) antes e depois dos treinos e jogos. Os autores observaram uma elevada percentagem de períodos de silêncio (59%) e apenas 12.9% do tempo dedicado a conversas sobre desporto. Os pais tendiam a fazer mais comentários elogiosos aos filhos do que o contrário, e tanto os elogios quanto as críticas eram predominantemente orientados para a tarefa, com poucos focados no ego.

O presente estudo

O presente estudo justifica-se pela importância de compreender os padrões de comunicação e interação entre pais e filhos durante o trajeto de carro de e para jogos e treinos, bem como durante os mesmos. Por um lado, as deslocações constituem um momento privilegiado para o desenvolvimento da comunicação entre ambos, oferecendo um ambiente único para observar como os pais e filhos discutem temas relacionados com o desporto, o impacto das críticas e elogios, e como essas conversas podem moldar as experiências desportivas e o relacionamento entre pais e atletas. Durante essas viagens, pais e filhos estão obrigados a conviverem juntos num espaço fechado e contínuo, frequentemente livre de distrações como dispositivos eletrónicos e outras influências sociais externas, criando uma oportunidade ideal para desenvolver e aprofundar a comunicação sem interrupções. Além disso, compreender os padrões de comunicação e interação entre pais e filhos durante os jogos e treinos é crucial para identificar como o

apoio e o *feedback* dos pais influenciam o desempenho e a motivação dos atletas adolescentes. Esta compreensão pode ajudar a melhorar a qualidade da comunicação, promovendo um ambiente mais positivo e eficaz para o desenvolvimento desportivo e pessoal dos jovens atletas.

Por outro lado, ao centrar-se na comunicação e interação entre pais e filhos durante o trajeto e no decorrer dos jogos e treinos em jogadores de futebol de ambos os sexos, o presente estudo procura preencher lacunas identificadas em investigações anteriores, como a falta de análise das interações durante o trajeto de e para diferentes eventos desportivos (e.g., Elliott & Drummond, 2017b; Tamminen et al., 2017), durante os jogos e treinos (Tamminen et al., 2022), a influência dessas conversas no desempenho e na motivação dos atletas (Tamminen et al., 2017; Thrower et al., 2022).

Adicionalmente, é amplamente reconhecido que a influência, interação e comunicação dos pais com os filhos variam consoante o sexo dos atletas. Atletas do sexo masculino, por exemplo, costumam perceber um maior envolvimento, pressão e comportamentos diretivos por parte dos pais (Amado et al., 2015; Bonavolontà et al., 2021; Lienhart & Nicaise, 2022), enquanto os progenitores do sexo masculino tendem a ser mais ativos e diretos com os filhos do que com as filhas (Branco et al., 2024; Lienhart & Nicaise, 2022). No entanto, muitos dos estudos anteriores (e.g., Azimi & Tamminen, 2022; Elliott & Drummond, 2017a; Sutcliffe et al., 2021) ou não incluíram atletas do sexo feminino ou fizeram-no em número reduzido. A presente investigação visa colmatar esta lacuna, incluindo tanto rapazes como raparigas para proporcionar uma análise mais abrangente e equitativa.

Por último, o foco deste estudo em jovens jogadores de futebol reflete a relevância do futebol como um dos desportos mais praticados, tanto globalmente como em Portugal (Federação Portuguesa de Futebol, 2023). O crescimento do número de praticantes e o investimento dos clubes sublinham a importância da modalidade e o compromisso com a melhoria da qualidade da prática. Para que este investimento tenha impacto, é essencial criar condições psicológicas e emocionais adequadas. Assim, estudar o envolvimento e a comunicação dos pais com os atletas é crucial para promover o desenvolvimento de atletas de excelência, capazes de alcançar êxitos a nível clubístico e nacional (Taylor & Collins, 2015).

Decorrendo do exposto, o presente estudo teve como objetivo geral fornecer uma visão abrangente e um entendimento mais profundo sobre a comunicação entre pais e filhos no contexto desportivo e as suas implicações para o desempenho e o desenvolvimento dos atletas adolescentes, fortalecendo o papel dos pais como suportes importantes nesse processo. Os objetivos específicos foram:

1. Compreender os padrões de comunicação entre pais e jogadores adolescentes de futebol, durante as deslocações de carro de e para os treinos e jogos, identificando como as conversas se desenvolviam e explorando o conteúdo, a dinâmica e o impacto dessas interações nas experiências emocionais e no desempenho dos atletas durante as sessões de treino e os jogos.
2. Analisar a influência da comunicação durante os treinos e jogos, examinando o modo como os comportamentos e *feedbacks* oferecidos pelos pais impactavam as experiências e o desempenho dos atletas durante as sessões de treino e os jogos.
3. Explorar a existência de diferenças na comunicação entre pais e filhos com base no sexo dos atletas, investigando como estas diferenças influenciavam a interação e o desenvolvimento desportivo.

MÉTODOS

Participantes

Participaram neste estudo oito jogadores de futebol e sete pais (um dos pais teve dois filhos que participaram no estudo, sendo o total $n = 15$). Os atletas, com idades entre os 15 e os 16 anos ($M = 15.38 \pm DP = .52$), incluíam quatro rapazes ($M = 15.5 \pm DP = .58$) e quatro raparigas ($M = 15.25 \pm DP = .50$). Relativamente às habilitações literárias dos pais, um referiu ter o 4.º ano, um o 6.º ano, um o 9.º ano, um o 11.º ano, e três o 12.º ano de escolaridade. No que concerne ao histórico da participação desportiva, cinco referiram já terem praticado desporto.

Os critérios de inclusão para a participação dos atletas foram: (a) deslocarem-se pelo menos uma vez por mês de carro com os pais para os treinos e jogos e/ou no sentido inverso; (b) os pais assistirem aos jogos ou treinos pelo menos uma vez por mês.

Procedimentos

Depois de obtido o parecer ético e a aprovação da Comissão de Ética da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (CEFADE 12_2024), os responsáveis do clube (coordenador de formação, treinadores e responsáveis do clube) foram contactados via email. O objetivo foi fornecer uma explicação detalhada sobre o estudo e solicitar que enviassem as informações aos pais e atletas, para que estes pudessem fornecer os seus contactos para posterior solicitação de participação. Após recebermos a disponibilidade dos pais para cedência dos seus contactos, foram enviados e-mails individuais com a explicação das entrevistas, os objetivos e o processo a ser seguido. O email incluía também um link para o preenchimento do Termo de Consentimento Informado, que foi preenchido pelos participantes através do Google Forms.

Entrevistas piloto

Duas entrevistas piloto foram realizadas previamente para testar e ajustar a estrutura do guião de entrevista. As entrevistas foram conduzidas online (via WhatsApp LLC, Meta, Inc.) no horário mais conveniente para os participantes. O Termo de Consentimento Informado foi lido antes de cada entrevista semiestruturada individual. Todas as entrevistas foram gravadas em áudio e realizadas num contexto privado, com apenas um

dos pais presente, sem a presença do atleta, e vice-versa. Para garantir o anonimato, os participantes foram identificados por códigos (e.g., A1; B2; C3).

Guião das entrevistas

Os tópicos das entrevistas com os atletas foram inspirados no estudo de Tamminen et al. (2017) e incluíram: (a) histórico desportivo e “quebra-gelo” (e.g., tempo de participação e posição habitual); (b) questões sobre as deslocações para treinos e jogos (e.g., quem iniciava as conversas e como essas conversas afetavam os atletas); (c) comportamento do progenitor que levava a criança aos treinos e jogos durante os mesmos (e.g., como se comportava e como isso influenciava o seu desempenho); (d) questões sobre a viagem de volta para casa após os treinos e jogos (e.g., temas de conversa e se havia outras pessoas no carro) (ver Anexo 2 e 3). Os tópicos das entrevistas com os pais seguiram uma estrutura semelhante à dos atletas, mas incluíram perguntas adicionais sobre a sua formação académica e sobre como eles acreditavam que os filhos se sentiam em relação ao seu comportamento e às conversas. No final das entrevistas, foi solicitado a cada participante que elaborasse uma lista de sugestões sobre o que, na sua opinião, pais e atletas deveriam ou não dizer e fazer durante as viagens de carro.

Análise de dados

As entrevistas foram gravadas em formato de áudio, com duração entre 21 e 47 minutos para os atletas e entre 28 e 52 minutos para os pais. A transcrição das entrevistas visou reproduzir fielmente o discurso dos participantes e os dados foram analisados com base na análise temática (Nowell et al., 2017), visando identificar, estruturar e reportar os dados recolhidos em temas e subtemas. Foram seguidas as seis fases da análise temática: (a) familiarização com os dados (imersão nos dados através da audição dos dados áudio e da leitura das transcrições); (b) codificação (interpretação e caracterização dos dados); (c) pesquisa de temas (transformar os códigos em temas); (d) revisão de possíveis temas (transferir códigos para outros temas ou acrescentar/eliminar códigos); (e) definir e nomear os temas (definir os temas de forma a não serem repetitivos, e a responderem aos objetivos da investigação); (f) produção da dissertação (Braun & Clarke, 2019).

Para garantir e complementar a confiabilidade dos dados, foram seguidos quatro critérios: (a) credibilidade, através da triangulação das fontes de informação (identificação de

padrões repetidos nas transcrições); (b) transferibilidade, através de uma descrição detalhada do estudo em si, para facilitar a disseminação do conhecimento de um contexto para o outro (possibilitar que outros investigadores consigam, em outros estudos, comparar a presente investigação com os seus contextos pessoais); (c) fiabilidade, através da interpretação das transcrições por parte de outro investigador (garantindo uma triangulação dos dados); e (d) confirmabilidade, através da precisão e rigor da prática de investigação (esforço para aproximar o estudo da realidade objetiva) (Stahl & King, 2020).

Quadro 4 - Exemplo da definição dos códigos e temas ao longo da análise de dados

Fonte	Excerto	Código	Tema
D1	Depende, mas por vezes sou eu [...] Quando estou confiante sou eu, porque eu quero me expressar.	Início da conversa	Conversas e interações durante o trajeto para os treinos e jogos
A2	“...aí fica mais entusiasmada, ganha tua força...Nós dizemos-lhe: “Então a força maior conta no teu...espírito de equipa, de sacrificio, de lutar”...é por aí.”	Apoio e incentivo	

RESULTADOS

Atletas

Os temas gerais identificados através da análise temática das entrevistas com os atletas foram: (a) rotina e logística do transporte (aspectos relacionados com a organização e a prática habitual das viagens para os treinos e jogos); (b) conversas e interações durante o trajeto para os treinos e jogos (natureza e conteúdo das conversas que ocorriam durante as deslocações para os eventos desportivos); (c) conversas e interações durante o trajeto de regresso dos treinos e jogos (discussões e interações que aconteciam após os eventos desportivos, no caminho de volta para casa); e (d) participação e envolvimento dos pais nos treinos e jogos (o modo como os pais se envolviam e participavam nas atividades desportivas dos filhos).

Rotina e logística do transporte

Este tema refere-se à participação dos pais no transporte dos atletas e as dinâmicas existentes.

De uma forma geral, os atletas destacaram que o pai desempenhava um papel central a este nível, tanto nas deslocações para os treinos quanto para os jogos. Um atleta mencionou que, habitualmente, era a mãe quem o transportava para os treinos, mas quando o pai estava disponível, ele assumia esse papel: "Costuma ser a mãe, mas quando o meu pai está em casa, leva-me ele..." (A1).

Comparando o trajeto para os treinos e para casa, os atletas mencionaram que o pai que os transportava era, frequentemente, o mesmo que os trazia de volta. Apenas um atleta referiu que a pessoa que o levava nem sempre era quem o trazia. Para os atletas que mencionaram que o transporte não variava, o pai era sempre responsável pelo transporte. Exemplos incluem: "[No trajeto para o treino] É...a minha mãe [...] para casa é mais com o meu pai." (B1); "[No trajeto para casa] Vou com o tio [...] às vezes [vai com o pai] ...de vez em quando." (D2); "[No trajeto para o treino] É o meu pai [...] [no trajeto para casa] Sim [o pai]." (C4).

Nos jogos, os atletas percebiam que a responsabilidade já era mais frequentemente dividida entre os pais, com muitos indicando que ambos os pais estavam presentes na

maioria das viagens. No entanto, todos os atletas que mencionaram a presença de ambos os pais relataram que o pai era o responsável mais constante: “...normalmente os meus pais, quase sempre.” (B3); “Eu, jogos, costumo ir a pé com o pai. Só quando é para fora é que vamos todos. Mas normalmente é com o pai.” (A1); “...ele [o pai] tem de ir mais cedo como eu, então a viagem normalmente nós vamos sempre nós os dois, mas uma vez ou outra, a minha mãe, quando...ou vai mais cedo ou quando eu posso ir mais tarde, vem connosco também, mas normalmente sou só eu e o meu pai.” (A3).

Comparando os sexos dos atletas, não há diferenças significativas sobre os transportes, onde tanto os atletas do sexo masculino como do feminino referiram que o pai, comparativamente com a mãe, exercia um papel predominante relativo às deslocações, quer para os treinos quanto para os jogos: “É o meu pai” (A3); “É o meu pai” (C4).

Conversas e interações durante o trajeto para os treinos e jogos

Este tema abrange categorias relativas ao início e a condução das interações entre pais e filhos, o conteúdo das conversas, e os sentimentos, perceções e impacto emocional dessas conversas no trajeto para os treinos e para os jogos.

Relativamente à iniciativa da interação no caminho para os treinos, os atletas mencionaram que as conversas começavam frequentemente por iniciativa deles; por vezes resultavam de um esforço conjunto entre eles e os pais: “Às vezes...às vezes sou eu. Outras vezes, se eu “tiver” mais...distraída ou a olhar pela janela ou assim, o meu pai é que me diz: “Ah sabes isto aqui, isto aqui”.” (A3).

Os atletas afirmaram ainda que tendiam a iniciar a conversa quando se sentiam que estavam num estado de humor positivo: “Depende, mas por vezes sou eu [...] Quando estou confiante sou eu, porque eu quero me expressar.” (D1);

Contudo, alguns atletas mencionaram não existir qualquer tipo de conversa sobre a sua participação desportiva no caminho para o treino: “Falamos sobre as notas da escola, e é só. Sobre a escola, às vezes sobre futebol, jogos [...] Jogos de futebol sem ser o [clube]. O Benfica, Vitória, o Porto.” (D2); “É...falamos sobre tudo...não [sobre o treino] ...ela vê que eu estou tranquilo e...seguimos assim.” (B2).

No contexto do trajeto para o jogo, os atletas referiram que, contrariamente ao apresentado no trajeto para o treino, a conversa era maioritariamente iniciada pelos pais: “O meu pai, porque eu antes venho mesmo calado, é raro falar.” (B3); “É...os meus pais ou os meus tios.” (D2).

Um atleta referiu que, dependendo do contexto, quer ele quer o pai iniciavam a conversa: “Depende...isso [falar como está] sou eu, mas quando é assim, tipo da tática e assim é mais ele.” (C1).

No que concerne ao conteúdo das conversas no trajeto para os treinos, os atletas mencionaram uma variedade de temáticas, incluindo discussões sobre as expectativas para o treino e feedback construtivo dos pais: “...normalmente, quando estou a ir para...para os treinos, o meu pai...reforça um bocadinho...um aspeto que eu não fiz porque... ou porque não me lembrar ou algo do tipo.” (A3).

Alguns referiram conversar com os pais sobre o desempenho esperado, recebendo também orientações sobre detalhes técnicos: “Quando nós estamos a ir na viagem, ele por vezes diz que é que eu devo fazer, onde é que eu devo estar, o que...tenho que ter melhor visão de jogo, que eu tento melhor explicar.” (D1).

Um atleta referiu que, durante a viagem, frequentemente falava sobre o desempenho no jogo anterior, refletindo sobre os pontos fortes e áreas a melhorar: “Às vezes, quando...é um jogo decisivo...e nós vamos a conversar no carro, porque é um motivo que eu tenho nervosismo...muitas vezes é sobre como eu me empenhei no jogo anterior.” (A1)

Um atleta referiu que a ausência de comunicação e até ouvir música durante o trajeto ajudava na sua preparação mental para o treino, permitindo-lhe concentrar-se melhor: “Não, eu ao ir para o treino eu gosto mais...de ouvir música para...refletir. Não...não falo sobre futebol.” (C4).

Relativamente ao conteúdo das conversas no trajeto para os jogos, os atletas indicaram que variavam entre expectativas para os jogos, em relação à equipa adversária, ao desempenho esperado e à orientação para detalhes técnicos, além de estratégias para gerir a pressão do jogo. As conversas incluíam ainda apoio, encorajamento e incentivo, e feedback construtivo.

...mas às vezes nós falamos do jogo. Como vai correr, em que é que eles são bons e em que são menos bons, e em que é que eu posso apostar naquele jogo para...ter um melhor desenvolvimento para a equipa. (C4)

Todavia, um atleta referiu que apesar de conversar com o pai durante o trajeto para o jogo, preferia ficar em silêncio para conseguir preparar-se melhor para o jogo:

Normalmente vou mais calado para...estar mais concentrado [...] acho que é mesmo quase sempre. Eu não sei porque, eu acho que para mim silêncio deve ser a melhor forma de me concentrar. E...prontos, quando é assim, eu evito de falar. (B3)

No que concerne ao impacto destas conversas na viagem para os jogos, de uma forma geral, quase todos os atletas referiram que as conversas que tinham antes dos jogos lhes proporcionavam uma sensação positiva, aumentando a sua motivação, dando apoio e reduzindo o sentimento de pressão. Para além disso, todos mencionaram que não tinham vontade de mudar a forma como comunicavam com os pais:

Eu acho que bem, porque como...no momento de pressão, não me faz, não me diz para fazer: “Tens de fazer um bom jogo porque estamos aqui” [...] E também o meu pai ajuda-me com isso e diz para eu jogar, para...para jogar como jogava sempre. Só...e não me focar nessas coisas.... (A3)

Contudo, um atleta mencionou sentir uma dualidade nas conversas com os pais, pois, apesar de perceber a intenção das chamadas de atenção, por vezes não concordava com as opiniões que lhe eram transmitidas:

Às vezes compreendo, outras vezes sinto que...não têm razão. Para ser sincera...porque há jogos que até são extremamente fáceis, e o que eles estão a dizer é verdade, sim, mas não concordo. (...) Porque...sei que muito provavelmente ganhamos e...ganhamos, de certeza absoluta. Mas sei que até o que eles estão a dizer pode acontecer, não é, eu é que contrario. (A1)

Finalmente, quanto aos sentimentos, perceções e impacto emocional das conversas para os treinos, os atletas mencionaram que após as críticas dos pais, refletiam sobre as orientações recebidas, o que influenciava diretamente as suas decisões e atitudes durante o treino. Para além disso, alguns atletas relataram que essas conversas afetavam a relação

com os pais, sendo que a maioria das interações era associada a sentimentos positivos. Os atletas que falavam com os pais durante os treinos sentiam-se mais apoiados, valorizados e confiantes, referindo que as conversas no trajeto contribuíam para um desempenho mais focado e motivado: “Eu acho que bem, porque eu sinto que...é, tenho alguém que...está sempre a acompanhar...depois o meu pai fala comigo sobre aquilo que aconteceu no treino, faz-me sentir que ele está mesmo lá...concentrado, digamos, e que me quer ajudar...” (A3); “Dá-me mais confiança [as conversas] e acaba por me sentir melhor, porque tem alguém que me apoie.” (D1).

Uma atleta mencionou que, embora geralmente experienciasse sentimentos positivos nas conversas com os pais, ocasionalmente estas interações também despertavam sentimentos menos positivos: “Não sei, às vezes há...pontos...que não fico assim lá bem, porque é algo que me incomoda, mas outras vezes sinto-me tranquila.” (A1).

Além disso, todos os atletas referiram não ter vontade de alterar a forma como as conversas com os pais decorriam: “Eu acho que assim como o pai faz, é como me faz sentir melhor.” (B3).

Passando para os jogos, e de um modo geral, os atletas sentiam que as conversas com os pais tinham uma influência positiva no jogo, referindo que se lembravam e aplicavam os conselhos que os pais lhes tinham dado:

Eu acabo por, no jogo, fazer isso. Então, essa essa conversa acaba por me ajudar, porque eu lembro-me...daquilo e depois, às vezes, quando não faço, lembro-me daquilo que falei com o meu pai e depois, no próximo lance já posso fazê-lo porque já me lembrei. (A3)

Sim, eu tento pensar nas...nas coisas que ele diz, e lembro-me nas viagens que ele diz aquilo eu tenho que fazer: “Ah lembrei-me e tenho que fazer aquilo porque o meu pai disse que era melhor”. Então tipo, eu lembro-me várias vezes daquilo que ele diz. (D1)

Relativamente à diferença entre o sexo dos atletas, o teor das conversas tanto para os treinos quanto para os jogos foi semelhante, onde os atletas, num modo geral, referiam o mesmo sobre o conteúdo da conversa e o sentimento consequente. Contudo, foi possível perceber que as atletas são mais comunicativas com os pais durante a viagem, onde

procuram, por exemplo, mais orientações sobre detalhes técnicos ou conselhos sobre como estar no jogo:

...eu digo-lhe que estou nervosa ou assim, tipo, se for um jogo difícil, e ou quando a equipa é agressiva, eu lhe digo que estou, tipo com medo de levar nas pernas, não é? E depois ele tipo tranquiliza-me e tal. (C1)

Conversas e interações durante o trajeto após os treinos e jogos

Dentro deste tema, as categorias identificadas foram o início e a condução das interações entre pais e filhos, o conteúdo das conversas, e os sentimentos, perceções e impacto emocional das mesmas, e a privacidade e interações com terceiros.

A maioria dos atletas referiu, após os treinos, que quem iniciava as conversas podia ser tanto os pais quanto o atleta, dependendo de como o treino tinha corrido ou de como se sentiam quando chegavam ao carro: “Lembro-me de uma vez que cheguei ao carro e toquei logo assunto do treino, que o treino não me tinha corrido bem e tal, e falei com a mãe sobre isso e depois passou.” (A1); “Eu...quando o treino me corre super bem, sou eu. Mas quando treino me corre assim mais em baixo, é o meu pai.” (D1).

Com efeito, somente dois atletas referiram ser eles quem tomava a iniciativa de iniciar a conversa com os pais:

...mas normalmente sou eu que pergunto até como é que ele acha que me correu o treino. Porque...eu sei que me correu bem, então eu sei que ele vai dizer, tá bom, coisas boas e então...estou à espera que ele diga coisas boas. (A3)

No que se refere ao trajeto após os jogos, a maioria dos atletas mencionou que quem iniciava a conversa dependia do resultado obtido. Se ganhassem, era mais frequente serem os atletas a começar a conversa; se perdessem, eram os pais que a iniciavam:

...se me correu bem, eu provavelmente vou ser eu a começar, porque eu estou feliz por me ter corrido bem, mas...depende muito. Tipo se ele também...se for uma coisa que tipo...ele tenha reparado e marcou-lhe, ele se calhar até vai ser ele a começar. (C1)

No que diz respeito ao conteúdo da conversa na viagem pós treinos, abordavam temas como o que aconteceu no treino, a opinião dos pais sobre o treino, feedback pessoal e da

equipa, aspetos táticos e até formas de acalmar ou motivar: “Costumamos falar...se eu acho que fiz bem o treino ou não. Se correu bem o treino. E algumas jogadas que foram interessantes e outras que foram mais engraçadas.” (B1); “Falamos sobre a...de como realmente foi o treino, às vezes nem só para mim, mas também o desempenho da equipa.” (A3).

No respeitante ao conteúdo das conversas após os jogos, os atletas relataram que eram abordados vários tópicos, incluindo a troca de opiniões sobre o desempenho pessoal e da equipa ou feedback sobre o que poderiam ter feito melhor ou de como melhorar em jogos futuros:

Muitas vezes eu...quando...fiz um bom jogo e o meu pai não me disse nada, normalmente eu é que pergunto: “Ah, como é que achas que correu o jogo e não sei quê?” E depois ele é assim: “Ah diz-me, diz-me lá tu, ou a tua opinião” e eu digo aquilo que eu achei. E depois ele também dá sua opinião e temos uma conversa normal. (A3)

Um atleta referiu que a comunicação sobre o jogo se baseava sobretudo em situações positivas que tivessem ocorrido:

...de coisas que correram mal nunca falamos. Mas, às vezes tem coisas positivas...ele às vezes, diz o que...o que é que...em que é fui bom ou, por exemplo, se eu...se eu marco um golo, ele diz que o golo foi bom, mas coisas negativas não falamos. (C4)

Ainda em relação com o conteúdo das conversas, os atletas referiram que esta mudava em função do desfecho do jogo. Quando ganhavam, a conversa focava-se mais nos lances positivos, os pais elogiavam-nos e mostravam-se mais felizes. Quando perdiam, sentiam-se mais tristes e a conversa era mais direccionada para os aspetos em que o atleta e a equipa tinham tido um desempenho inferior e precisavam de melhorar: “...sim, se foi um resultado bom para a equipa, a conversa é mais feliz, ou enquanto...se enquanto se o resultado for negativo, é uma conversa mais seletiva, ou seja, mais...um pouco mais triste, porque...é sempre mau perder um jogo.” (C4); “Quando ganhamos, pergunta-me como é que tinha corrido jogo, quantos golos. E quando perdemos fala...se estava tudo bem. Como é que nos sentíamos.” (D2).

Por outro lado, dois atletas referiram que não havia diferença no conteúdo das conversas, independentemente de ganharem ou perderem. Uma atleta, em particular, mencionou que, ao comparar uma época em que ganhou poucos jogos com a atual, em que a equipa vencia mais frequentemente, não percebeu alterações na comunicação com os pais:

...a conversa que o meu pai tinha comigo nessa altura, é a mesma que tenho agora, que já começamos a ganhar os jogos, que... às vezes até podemos ganhar e o meu jogo ter sido pior, e às vezes sou eu que digo isso: “Ganhamos, mas eu não gostei nada do meu jogo”, por exemplo, e começa assim a conversa. (A3)

Relativamente ao impacto emocional das conversas, de uma forma geral, os atletas referiram que se sentiam bem e/ou melhores com as conversas que tinham com os pais depois do treino, uma vez que percebiam a sua preocupação e atenção: “Faz-me sentir bem, porque ao saber que está preocupado e que estou longe, isso aí ajuda.” (B3).

Além disso, a forma como os pais falavam também influenciava o modo como se sentiam:

[Forma de comunicar] Faz-me sentir bem, porque muitos dos pais, ao vir do treino ou ao vir do jogo, fala de uma forma muito bruta para os seus filhos. Depois, após o jogo fica vingativo e isso é mau porque deita sempre o atleta abaixo e faz tirar...tira-lhe a vontade de querer jogar. Por isso é sempre bom que ele fale calmamente. (C4)

Refira-se, contudo, que um atleta mencionou que as conversas com a mãe após o treino lhe geravam sentimentos mistos, pois por vezes não compreendia as suas reações: “Às vezes até entendo, porque eu também às vezes sou... com ela, não é, por causa do stress... nas outras vezes, quando não compreendo porque é que ela foi assim comigo, fico triste.” (A1).

Relativamente ao impacto das conversas, os atletas mencionaram que se sentiam bem ao conversar com os pais. Muitos referiram que essas conversas os ajudavam a libertar o que sentiam ou a perceber de forma diferente o que tinha acontecido no jogo: “É tipo um desabafo aquilo, então fazem-me sentir bem.” (D1); “Bem. Fico como se ficasse motivado.” (D2).

Um atleta referiu que a forma como sentia a conversa dependia do tipo de feedback que recebia do pai, sentindo-se bem quando o feedback era positivo, e menos bem quando era

negativo: “Se for bom, eu vou ficar fixe, vou ficar feliz, mas...se for mau e ele começar logo a conversa, pá, vou ficar mais coisa, porque quer dizer que lhe marcou uma coisa que eu...eu “tive” mal, mas...” (C1).

Por fim, relativamente à privacidade e interações com terceiros, nomeadamente na partilha de boleias após treinos, os atletas referiram que costumavam partilhar a viagem com colegas de equipa ou com outro membro da família (e.g., outro progenitor, primo). A maioria referiu que a dinâmica da conversa mudava quando havia outras pessoas no carro, sendo que os pais preferiam esperar até estarem sozinhos com os filhos para abordar, sobretudo, aspetos negativos:

...normalmente sim, é um bocado menos crítico. (...) Se tiver de elogiar, elogia na mesma. (...) Quando é positivos, ele tem muito para falar, fala lá, e então não há muito o que falar. Mas acho que aspetos negativos ele tenta sempre falar mais comigo a sós, porque ele entende o meu lado. (D1)

Um atleta mencionou ainda que a comunicação variava conforme o progenitor que o ia buscar, explicando que a conversa sobre a sua prática desportiva era diferente quando falava com a mãe em comparação com o pai.: “...com o meu pai é mais fácil de explicar os lances, porque à minha mãe tenho de explicar tudo...mais detalhado...” (B1).

No âmbito da privacidade e interações com terceiros após os jogos, os atletas referiram partilhar boleias com os colegas de equipa, ou com outros membros da família (e.g., outro pai, irmãos). A maioria mencionou que a dinâmica da conversa mudava quando estavam acompanhados por outras pessoas durante a viagem de carro. Tal como foi descrito no trajeto após os treinos, usualmente os pais esperavam para ficarem a sós com os filhos para discutirem, principalmente, os aspetos negativos do desempenho do atleta durante o jogo:

É a mesma coisa dos treinos, tipo coisas tão...mais negativas e que vão acabar por, de certa maneira envergonhar-me, ou ele vai esperar que ela saia ou...e se for positivo, ele vai dizer enquanto a ela na boa sim. E tipo até em relação à equipa vai...tipo se for em relação à equipa e for uma coisa má ou muito má, ele vai dizer tipo, porque isso...vai fazer com que ela também saiba que tipo a parte dele, como é que alguém de fora achou que foi o jogo. E acho que isso também é bom, até

tipo tanto para mim como para ela, tipo perceber como as pessoas de fora olharam para o jogo. (C1)

Apenas dois atletas referiram que o tipo de conversa após os jogos não mudava, quer estivessem no carro com um colega de equipa, quer com outro pai: “Se um erro...se o meu pai viu, já viu. Por isso falar com amigo sem amigo é a mesma coisa.” (B1); “Não, acho que é...é idêntico. Eu acho que é quase igual. Eu acho que vai dar ao mesmo.” (B3).

Relativamente à diferença entre sexos, assim como foi referido nas conversas e interações durante o trajeto para os treinos e jogos, o teor das conversas assim como os sentimentos relatados foram semelhantes, de uma forma geral. Também foi possível perceber que atletas do sexo feminino são mais comunicativas com os pais, onde referiam mais vezes procurar o feedback sobre como estiveram no treino ou jogo, assim como aspetos a melhorar: “Táticas, por causa que imagine, nos cantos, ele ajuda-me bué a dizer, onde é que eu devo estar” (D1).

Participação e envolvimento dos pais nos treinos e jogos

Neste tema, as categorias geradas incluíam a presença e envolvimento dos pais durante os treinos, assim como a participação e envolvimento nos jogos.

A maioria dos atletas referiu que os pais observavam o treino, ou parte dele, enquanto dois assinalaram que os seus pais não o faziam: “O treino todo. É uma 1 hora...1 hora e meia depende da duração do treino.” (A3); “Só me deixa e depois só me vem buscar.” (D2).

Importa sublinhar que os atletas cujas mães eram responsáveis pelo seu transporte para os treinos afirmaram que, muitas vezes, elas ficavam pouco tempo ou até nenhum tempo a observar o treino devido às tarefas domésticas: “Muitas das vezes a mãe não, porque a mãe tem a minha irmã em casa e vem para fazeres de comer, mas quando ela não vai, o meu pai fica o treino todo” (A1); “Não, não [não fica a ver o treino]. Ela vai-se embora porque tem de fazer o comer.” (B1).

No contexto de jogo, todos os atletas referiram que os pais assistiam às suas partidas: “Sim e se ele puder é o jogo todo.” (B3).

No que concerne aos comportamentos dos pais durante os treinos, os atletas descreveram-nos como, na sua maioria, não interventivos. Muitos mencionaram que os pais conversavam com outros pais e não prestavam muita atenção ao treino. Apenas um atleta referiu que o pai era interventivo, uma vez que fazia parte da equipa técnica. Além disso, o único momento em que os atletas tinham alguma comunicação com os pais era para procurarem gestos de afirmação, como foi mencionado por um dos atletas: “Se eu...às vezes também olho para ele para ver se ele me diz alguma coisa de posições ou até...” (A3).

Os atletas descreveram os comportamentos dos pais durante os jogos como interventivos, tanto no que diz respeito ao desempenho do próprio atleta e da equipa, como na interação com o árbitro: “A mãe intervém muito no jogo. A mãe mesmo sendo calma: “Ah se foi falta ali o árbitro não marcou”... ela reclama logo.” (A1).

Além disso, um atleta mencionou que, durante os jogos, procurava a validação dos pais:

Eu às vezes olho para ele, para ter aquela confiança, ele diz: “Ou faz assim para eu ir mais para...subir mais, ou faz assim, ou faz isso assim” gestos simples, e aí traz mais confiança, porque eu sei que estou a fazer bem, então continuo a jogar igual... é mais “Estás a fazer bem”, em vez de só fazer assim, estás a fazer bem... (A3)

Relativamente aos sentimentos causados pelos comportamentos dos pais durante os treinos, os atletas cujos pais assistiam aos treinos referiram que se sentiam bem com a sua presença. Apenas um atleta mencionou que, apesar de o pai estar presente, gostaria que a mãe também estivesse mais tempo no treino (e.g., “...gostava que ela ficasse a ver como eu tenho evoluído, mas outras vezes ah... ela tem mais que fazer e eu prefiro que ela vá...trate das coisas, depois venha-me buscar e fica arrumado.” [A1]), enquanto os atletas que disseram que os pais não ficavam a ver os treinos gostavam que fosse diferente (e.g., “Gostava. Porque faz-me feliz ver o pai...ver-me a jogar, a divertir-me.” [D2]).

Os atletas também referiram que a presença dos pais no treino influenciava positivamente o seu desempenho, sentindo-se mais apoiados e motivados:

Sim, sim. Eu sinto que...há uma vez ou outra que ele, ou tem alguma coisa, ou vai...tem que fazer outra coisa do trabalho e não fica...no treino ou tem de sair

e...eu não sinto que fique desmotivada porque é normal...mas claro que...é diferente e prefiro que ele esteja, que ele esteja lá ver. (A3)

Nos jogos, apesar de a maioria dos atletas ter afirmado sentir-se bem com as atitudes que estes demonstravam, alguns mencionaram que, por vezes, não gostavam dos comentários negativos que os pais faziam acerca da sua prestação desportiva:

Às vezes vamos falando e ela diz-me: “Ai, não foste bem aqui e podias ter feito melhor aqui”. Eu fico assim um bocado triste, mas depois de reflito isso, e sei que eu no próximo jogo, posso fazer melhor... mas depois fico extremamente feliz porque fiz um bom jogo e ela elogiou-me. Então fico feliz por ela ter me elogiado. (A1)

Uma parte dos atletas também referiu que o comportamento dos pais influenciava o seu desempenho no jogo: enquanto os comportamentos de incentivo e orientação podiam ajudar a manter o foco, os comportamentos negativos podiam afetar, por exemplo, a atenção. Por outro lado, outra parte dos atletas mencionou que não sentia essa influência:

O meu empenho, sempre que ele fala, vai para melhor, porque, é como eu digo, ele se diz coisas positivas, vai-me incentivar, se diz negativas, faz com que as melhore para...poder chegar a um patamar mais alto no meu jogo. (C4)

Importa ainda sublinhar que a maioria dos atletas referiu que não gostaria que o comportamento dos pais fosse diferente, tendo um jogador mencionado que o facto de os pais terem uma postura tranquila durante os jogos contribuía para que ele também se sentisse mais calmo:

Como gosto pelo...de uma coisa mais tranquila assim...os meus pais, sempre que foi...que foram ver os jogos, nunca disseram nada. [...] se eu fizer uma falta estúpida, por exemplo, ou de dar em alguém ele sabe com que eu não queria fazer aquilo. [...] Ele não vai dizer isso e vai esperar para estar comigo para me dizer isso e falar comigo. (A3)

Os atletas que afirmaram que gostariam que o comportamento dos pais durante os jogos fosse diferente mencionaram, em particular, que desejavam receber orientações posicionais, no sentido de os ajudar, por exemplo, a ‘marcar’ outros jogadores: “Sim, quando for preciso, claro, chamar à atenção [homem nas costas], porque ainda por cima

sou central, sou o homem atrás do guarda-redes, e caso haja um erro meu, não é, pode acontecer, isso de certa forma ajuda.” (B3)

Por fim, a diferença entre sexos não foi observada, uma vez que os atletas tanto do sexo masculino quanto do feminino referiram que os pais tanto podiam observar (de forma total ou uma parte) dos treinos, assim como dos jogos. Contudo, para os atletas, o sexo dos pais parecia influenciar a percepção que tinham sobre o envolvimento do mesmo, onde os pais estavam mais envolvidos comparativamente às mães, uma vez que estas eram as responsáveis pelas tarefas domésticas: “Muitas das vezes a mãe não, porque a mãe tem a minha irmã em casa e vem para fazeres de comer, mas quando ela não vai, o meu pai fica o treino todo” (A1); “Não, não [não fica a ver o treino]. Ela vai-se embora porque tem de fazer o comer.” (B1).

Pais

Os temas gerais gerados através da análise temática das entrevistas aos pais foram identificados como: (a) rotina e logística do transporte; (b) conversas e interações durante o trajeto para os treinos e jogos; (c) conversas e interações durante o trajeto dos treinos e jogos; e (d) participação e envolvimento dos pais nos treinos e jogos.

Rotina e logística de transporte

Este tema abrange as rotinas e logísticas envolvidas no transporte dos filhos para os eventos desportivos. De uma forma geral, os pais referiram ser eles, comparativamente às mães, que desempenhavam um papel mais ativo no transporte dos filhos, quer em treinos quer em competições.

As mães afirmaram ser as responsáveis pelo transporte durante os treinos, mas quando o pai estava presente assumia a responsabilidade pelas viagens (e.g., “...sou praticamente eu, às vezes o meu marido à segunda-feira é que está em casa e que a leva.” [A2]; “Eu levo, depois venho porque é perto...se vier [pai] acessível, ele vê o horário, vai ele buscá-lo. Se não for ele liga e aí vou eu buscá-lo.” [B2]). De todos os progenitores que transportavam os atletas, apenas um pai referiu ser a mãe quem, maioritariamente, levava a filha aos treinos: “Quem leva mais para os treinos é sempre a mãe que leva ao...ao treino.” (D3).

Comparando o trajeto para o treino vs. para casa, as mães eram as que mais levavam os atletas aos treinos, enquanto os pais eram os que mais os traziam. Uma das mães mencionou que era o pai quem ia buscar o atleta ao treino, uma vez que ela era responsável pelas tarefas domésticas: “...normalmente eu venho e faço jantar para o jantar.” (B2)

No contexto dos jogos, os pais mencionaram que a responsabilidade era mais dividida, com ambos os progenitores frequentemente presentes nas viagens. Alguns referiram que embora um pai fosse responsável por levar os filhos em determinado dia, a responsabilidade era partilhada, podendo num dia ir um pai e noutra dia o outro: “É assim, eu vou sempre eu e a minha esposa. Só se não puder mesmo, se não...participamos sempre os dois no...nos jogos.” (D3); “Aos jogos...ao sábado sou eu, quando...quando é o domingo vou eu e a mãe e os irmãos.” (C2).

Conversas e interações durante o trajeto para os treinos e jogos

Este tema contém o início e condução das interações entre pais e filhos, o conteúdo das conversas e os sentimentos, perceções e impacto emocional das conversas, tanto no trajeto para os treinos como os jogos.

No caminho para os treinos, os pais que levavam os filhos referiram maioritariamente que a conversa era iniciada por eles próprios: “...se nós falarmos de treino, seu eu que começo sempre. Ele não fala (riso).” (C5); “O pai (riso).” (D3).

Para além disso, os pais mencionaram vários tipos assuntos que eram alvo conversa, como, por exemplo, motivar os filhos para o treino, orientá-los sobre os detalhes técnicos, e discutir expectativas para o treino: “...se calhar, chego lá eu deixá-la, deu-lhe sempre um beijo e eu digo-lhe: “Olha vai...que corra bem, dá o teu melhor porque depois também na convocatória”, se ela dá o máximo nos treinos, também joga... joga mais vezes.” (A2); “...para lá [treino] também já vamos a conversar, o que é que achamos que podemos fazer, o que é que vamos fazer.” (A4)

Contudo, um pai reconheceu que, embora ocasionalmente falasse sobre o desempenho do filho no treino anterior, a comunicação, na maioria das vezes, era pouca ou inexistente: “Não. Poucas vezes. (...) Ou quase nenhuma. É mais a ouvir um bocado de música até lá. (...) Basicamente é sobre o treino que ele teve no dia anterior.” (C5)

Em relação ao trajeto para os jogos, os pais mencionaram que, na maioria das vezes, eram eles que iniciavam a conversa. Comparativamente aos treinos, além de serem mais os pais a tomar a iniciativa, houve mais casos em que referiram que o início das conversas era equilibrado, alternando entre eles e os atletas: “Normalmente sou eu. Porque ele vai...é o meu filho é...é um bocadinho nervoso. É assim um bocadinho...antes dos jogos, fica assim um bocadinho stressado...” (B4); “Não, não, não. É meio meio. Isto é meio meio, ela...às vezes começa ela, outras vezes começo eu.” (C2).

Os pais mencionaram abordar vários tipos de conteúdo nas conversas durante o trajeto para os jogos, semelhantes às do caminho para os treinos. Entre os temas discutidos estavam as expectativas para o jogo (tanto em relação ao adversário como ao próprio atleta), apoio, encorajamento e incentivo, gestão da pressão e feedback construtivo:

...aquilo que falamos é mais...é mais tipo, numa de dar força, de manter...manter a cabeça fria, estar atento, ter calma, pronto é...é só mais uma de incentivo e força...e...para manter a calma, que é acima de tudo, acho que a calma é o essencial. (B4)

Alguns pais também relataram conversar com os filhos sobre os adversários, sobre as expectativas que os próprios atletas tinham em relação ao jogo, e oferecer orientações técnicas para aumentar a motivação e aliviar a pressão sentida:

Por acaso este fim de semana até “falemos”. “Falemos” que...uma coisa que ela tinha falado no treino na quinta-feira que...que ele tem que jogar mais em equipa. Aqueles três médios do meio-campo têm que pôr a equipa a jogar, é não...é mais isso que nós falamos. (C5)

Dois pais referiram também que, apesar de conversarem com os filhos para os motivarem para o jogo, havia momentos em que não havia qualquer tipo de comunicação e que apenas ouviam música: “...às vezes ouvimos música, falamos. Ele também gosta muito de ouvir música.” (B2); “E depois ela vai...como toda a juventude, vai com o seu telemóvelzinho e põe a sua musicazinha, às vezes digo: “Oh filha...”. Mas tranquilo, porque às vezes também já vem cansada...” (A4).

Relativamente aos sentimentos, perceções e impacto emocional das conversas durante o trajeto para os treinos, quase todos os pais acreditavam que estas tinham um impacto

positivo nos filhos, levando-os a sentir-se bem: “... aí fica mais entusiasmada, ganha tua força...Nós dizemos-lhe: “Então a força maior conta no teu...espírito de equipa, de sacrifício, de lutar"...é por aí.” (A2).

Os pais estavam convencidos de que os filhos não gostariam que as interações fossem diferentes. Alguns mencionaram que os filhos se sentiam mais motivados, concordavam com as opiniões partilhadas e procuravam o feedback dos pais devido à sua experiência anterior: “A gente já passou por aquilo, sabe como é que funciona. Por isso, eu acho que eles gostam de falar sobre aquilo que participam.” (D3).

Além disso, os pais acreditavam que os filhos apreciavam a comunicação, e que, caso algo os incomodasse, o teriam expressado: “...eu acho se ele gostasse que fosse diferente, eu acho que ele já me tinha dito, porque eu ponho os meus filhos à vontade. Eu não sou mãe só, sou amiga deles, acima de tudo.” (B2).

Apenas um pai mencionou acreditar que o filho sentia que a comunicação não era positiva, uma vez que não reagia bem às críticas sobre o seu desempenho. O pai também expressou a percepção de que o filho provavelmente preferiria que a comunicação fosse diferente da forma como ocorria atualmente:

Diz que se...sente que eu sou um bocado chato a falar disso. (...) ...o que eu acho que ele quer que seja diferente é que quer que eu não fale para ele de futebol, e que não lhe diga que...treinou mal ou que fez isto mal, ou fez aquilo mal. Ele quer é fazer o treino dele e não quer que eu...interfira nos treinos (riso). (C5)

No respeitante à percepção que os pais tinham dos sentimentos dos filhos sobre as conversas durante o trajeto para os jogos, quase todos referiram que achavam que os filhos se sentiam bem com a comunicação existente, não considerando que estes desejassem que fosse diferente. Mencionaram também que sentiam que os filhos ficavam mais motivados, felizes e confiantes: “Nós só a incentivamos a que ela seja melhor. E eu acho que faz bem, não é, ela sente-se bem com isso.” (A2); “Aí ele sente-se feliz acho eu. Nota-se nele. Ele é feliz, mesmo. Claro que nós acompanhando e falando, eu acho que torna uma criança muito mais feliz. (B2).

Refira-se que um dos pais mencionou que sentia que, por vezes, o filho apreciava a conversa que tinham, especialmente quando esta era positiva, mas também acreditava que ele desejava que a comunicação fosse diferente:

Acho que as conversas que nós temos com...com ele sobre a bola, se for coisas positivas, ele gosta e...e “acató-las” bem. Agora, se forem negativas, ele diz que...não vi bem o jogo (riso). (...) Eu acho que às vezes não quer que eu lhe fale para ele de futebol. (...) E principalmente do jogo deles, então é que eles não querem. (C5)

Quanto à influência das conversas no treino, os pais que mencionaram que os filhos se sentiam bem com as conversas acreditavam que estas tinham, de facto, um impacto positivo no desempenho dos filhos durante o treino.”:

Eu acho que os entusiasma, não é? Uma coisa é a gente ir animado para o treino, sabendo que têm alguém que os apoie. Outra coisa é ir...por ir, não é. Que assim sabe que está alguém por trás que apoia onde estão a participar. (D3)

Por fim, com exceção de um pai, todos os outros referiram que o que conversavam com os seus filhos influenciava de forma positiva o desempenho destes durante o jogo, sentindo que os atletas entravam em campo com menos pressão e mais confiança: “Acho que vai mais relaxado, sabe que que tudo o que acontecer seja bom ou mau pais estão sempre ali, para o apoiar.” (B2); “Não, não influencia porque ele...como lhe disse, ele poucas vezes põe em prática aquilo que nós dizemos. Põe, põe algumas vezes, mas...não é bem, bem aquilo que nós pedimos.” (C5)

Conversas e interações durante o trajeto dos treinos e jogos

Neste tema, as categorias encontradas foram as mesmas do tema anterior (i.e., início e condução das interações entre pais e filhos, conteúdo das conversas, os sentimentos, percepções e impacto emocional dessas conversas no trajeto dos treinos e jogos), com o acréscimo da categoria relativa à privacidade e interações com terceiros.

A maioria dos pais mencionou que eram eles que iniciavam a conversa com os filhos, sendo que apenas dois referiram que o início da conversa era feito de forma equilibrada, podendo ser tanto o pai como o filho. Além disso, os pais salientaram que quem começava

a conversa dependia de como tinha decorrido o treino, bem como da percepção que tinham sobre o estado emocional dos filhos. “Quando...quando corre bem que...quando corre bem, falamos os dois.” (A4)

Relativamente ao trajeto após os jogos, os pais mencionaram, de forma geral, que eram os atletas que iniciavam a conversa. Alternativamente, tanto os pais como os filhos podiam começar a conversa, dependendo frequentemente do desempenho no jogo: “Nós começamos sempre. Agora, claro, quando eles vêm com um jogo positivo, eles vêm outra forma de falar e começam logo eles, não é? Vêm todos contentes, não é?” (D3); “É ela, que ela vem...normalmente vem dos jogos, e vem mais...mais...mais arisca, e fala sempre...fala pelos cotovelos.” (C2).

Apenas um pai referiu que era ele que tinha de começar sempre a conversa, ou não haveria muita comunicação sobre o jogo: “Ele fala pouco do jogo. Quem fala mais sobre o jogo sou eu. Ele, mesmo que ganhe ou que perca, ele poucas vezes fala do jogo. Tem que ser sempre eu a puxar a conversa do jogo.” (C5)

Quanto ao conteúdo das conversas, os pais referiram que, após os treinos, discutiam o desempenho dos filhos e ofereciam feedback sobre o que acharam do treino (e.g., “Ela está-me sempre a perguntar, se correu bem, o que é que achou, que é que não achou, e estamos os dois a conversar tranquilo.” [A4]) Isso incluía opiniões sobre como correu o treino, sugestões de coisas que poderiam ter sido feitas de forma diferente e até chamadas de atenção em relação a situações que tinham ocorrido:

...às vezes nos treinos, ele é um bocadinho duro...E eu às vezes digo-lhe: “Oh caramba, tu não devias ser assim tão duro nos treinos. Sabes que é...são colegas de equipa, aleijas um homem, e depois não “tendes” um homem para o jogo”. Pronto e basicamente é isso que eu falo com ele e ele aceita. Aceita sempre bem. (B4)

Um pai referiu que naquele momento não falavam muito sobre o treino, pois, quando o faziam, frequentemente acabavam por desentender-se ou não havia recetividade ao feedback dado:

Ah...poucas vezes falamos. (...) Até agora, ultimamente, até...já há bastante tempo que não temos falado muito do treino, não sei...ou de lá para cá. Vimos no...no

carro mas...poucas vezes falamos de futebol. Ou quase nunca agora. (...) Era sempre sobre o treino, no...no próprio dia que podia...é, aquilo era assim, nós vínhamos...vínhamos e vimos de carro. (...) Às vezes havia um conflito, eu dizia uma coisa e ele dizia outra. (C5)

No respeitante aos conteúdos discutidos durante a viagem, os pais referiram que os temas eram predominantemente direcionados para o desempenho no jogo, tanto numa perspetiva geral (sobre a equipa adversária ou a própria equipa) como em relação ao desempenho do atleta:

“Hoje estiveste bem. Correu tudo bem. Estiveste excelente.”, do género. E outras vezes também lhe digo: “Opá tiveste lá situações e podias ter feito melhor, podias ter ido mais...podias ter ou...”. Às vezes digo também: “Olha, tu ainda tens muito que aprender, não tens...não tens noção às vezes a bola bate, não sabes onde é que ela vai.” (C2)

Além disso, mencionaram que procuravam motivar os filhos quando o resultado era menos positivo: “Quando é um jogo negativo, tento...tento puxá-los para cima, não é? Para os animar.” (D3)

No âmbito do impacto das conversas com os filhos no trajeto após os treinos, de um modo geral, os pais acreditavam que os filhos se sentiam bem com as conversas, especialmente quando sentiam que o treino tinha corrido bem e os pais abordavam aspetos positivos do seu desempenho: “...eu acho que ele se sente bem. Acho que ele, aliás, eu acho que ele até gosta...de que nós nos preocupemos um bocadinho com ele, não é? Ah...por isso acho...que se sente bem.” (B4); “Oh faz...quando...quando digo alguma coisa podia estar melhor aqui ou melhor ali, ela pensa duas vezes. Quando digo estás bem, está...está...fizeste um treino excelente...uma intervenção excelente, fica toda satisfeita, claro.” (C2)

No entanto, quando sentiam que o treino tinha sido insatisfatório não lidavam tão bem com o que os pais lhes diziam, chegando até a não existir qualquer tipo de comunicação: “...quando corre bem, ele vem todo feliz e nota-se que ele conversa mais. Quando vem mais em baixo, ele não é muito de conversar, mantém-se na dele.” (B2); “...sentia que

eu...que eu não via bem os treinos. Era o que ele me dizia. Que não estava bem no treino. Ou...ou só via as coisas más dele, nunca via as boas.” (C5)

Relativamente à perceção que os pais tinham dos sentimentos dos atletas após conversarem com eles no fim dos jogos, a maioria referiu que os filhos se sentiam bem com a conversa, uma vez que se sentiam à vontade para falar e conseguiam aliviar os sentimentos menos positivos resultantes dos jogos:

Eu acho que ela...fica contente. Ela sente-se bem...faz com que ela...esqueça um bocadinho...o que se passou mal. Dá para ela falar, desabafar...aquilo que está a sentir no momento, ela é capaz de descarregar, não é. Da frustração dela, se às vezes não correr bem. Ou então até de alegria não é, porque às vezes ela marca...se marcar um golo, é uma alegria imensa não é...e vem feliz... (A2)

Todavia, alguns pais pensavam que por vezes os filhos não se sentiam muito bem com as conversas, especificamente quando abordavam sobre sentimentos mais negativos: “Ele [o D2] às vezes não gosta muito, mas...(riso) tentamos chamá-lo à razão. Ele é muito mais duro um bocadinho. Não gosta muito que lhe chame à atenção.” (D3)

Por último, na categoria relativa à privacidade e interações com terceiros após os treinos, todos os pais partilhavam boleias com outros colegas de equipa dos filhos, destacando que as conversas variavam consoante a boleia.: “...nunca falámos muito sobre o treino, porque...é uma conversa mesmo entre mim e ela...” (A4)

Um dos pais referiu especificamente que a conversa mudava caso a colega não fosse tão próxima da filha:

Há miúdas são mais...não são tão chegadas, sobretudo a ela, não é, para mim é tudo, são todas iguais...são todas as colegas dela, não é? Mas há meninas que não são tão chegadas, e a conversa fica mais, digamos, fica um ambiente mais...não vou dizer tenso, não é a palavra correta, mas fica mais...reservado, digamos assim. (C2)

Finalmente, quanto à privacidade e interações com terceiros no trajeto após os jogos, a generalidade dos pais referiram que partilhavam boleias com outros colegas dos filhos e que as conversas não variavam conforme a boleia. Um dos pais mencionou especificamente que conversavam sobre as mesmas coisas, uma vez que as colegas eram

amigas da atleta: “...acho que numa certa forma, tentava na mesma, sei lá, falar com a (A1). Porque normalmente, até quem vai ah...são duas amigas da (A1) que andam com ela na escola e...conhecem bem a (A1).” (A2).

Entretanto, alguns pais que mencionaram que a conversa mudava disseram que procuravam evitar abordar situações negativas na presença do colega, de modo a não despoletar sentimentos negativos: “Sobretudo negativo, nunca...nunca...nunca...eu tenho por opção, nunca dizer quando estou com outras pessoas.” (C2); “Falamos daquilo que correu bem, não é?” (D3)

Participação e envolvimento dos pais nos treinos e jogos

Neste tema principal foram encontradas duas categorias, sendo estas a presença e envolvimento nos treinos (onde se aborda, por exemplo, a assistência e comportamentos durante o treino), e a participação e envolvimento nos jogos (abordando, por exemplo, o comportamento na bancada e feedback após os jogos).

Relativamente à participação nos treinos, a maioria dos pais mencionou que acompanhava os filhos, tanto na totalidade do treino como apenas em parte: “Sim, aliás, eu tenho que ver o treino, porque senão a minha filha...” (A4)

Uma mãe mencionou que, embora ambos os pais acompanhassem o treino do filho, o pai era quem o fazia com mais frequência, uma vez que ela era responsável pelas tarefas domésticas:

...quando o meu marido está em casa, ele faz questão de ver todos os treinos. Ele gosta de ir ver a (A1) a treinar. Lá está, porque eu depois tenho outros a fazeres (riso). No entanto às vezes vou mais cedo 15 minutos e fico a ver um bocadinho do treino... (A2)

No contexto de jogo, todos os pais mencionaram observar os jogos dos filhos: “Mas quando é sábado à tarde ou domingos eu...eu praticamente participo sempre.” (B4)

No que respeita ao comportamento durante os treinos, os pais descreveram-se como não interventivos, limitando-se a observar o treino. Alguns até mencionaram que qualquer intervenção não era benéfica:

...durante os treinos a...a Mister comanda, a Mister para, manda repetir, e então nós não...nenhum dos pais intervém, nem eu nem mim nem nenhum, não falamos. (A2)

...eu acho que às tantas se “tivesse” a falar ou “tivesse” a orientar, não sei quê, não ia ajudar nada, não é. (A4)

Um pai mencionou que só tinha algum tipo de comunicação durante o treino com a filha quando esta procurava validação: “...a questão é às vezes estou a ver na televisão...ela às vezes olha...e se vir que estou a olhar muito para trás: “Ah então marquei aquele golo e tu não olhaste para mim?”” (A4)

No que diz respeito aos comportamentos durante os jogos, os pais aludiram a intervenções direcionadas para o campo, com o objetivo de não só apoiar os filhos através de comentários de motivação ou orientações táticas, mas também de apoiar os outros colegas:

...eu também às vezes sou muito sincero, às vezes também, por exemplo, como meu filho é dos mais de trás, é...aquele impulso de...de ver o...o...a desmarcar-se, e às vezes tenho aquela...aquela...aquele impulso de: “Tens homem, tens homem, tens homem”. Prontos, mas é uma coisa saudável, não...nada de palavrões, chamar nomes nem nada.” (B4)

O meu é...é normalíssimo, só digo do tipo: “Corre, vai, foge, vai” mas pouco mais do que isso, por isso...e já...posso lhe contar que uma altura aconteceu com um dos meus filhos vinha junto à linha, e disse: “Corre”. Então o treinador está a ver, e ele: “Vai devagarinho”, e eu pronto, eu calei-me. Que remédio, não é. É só...só estou lá para tentar animar. E animar e no bom sentido, incentivá-los. Digamos assim. (C2)

Uma mãe reconheceu que, além disso, também intervinha para contestar decisões do árbitro:

...fico um bocadinho nervosa quando estou na bancada (riso) e...ou no banco, porque eu gosto de futebol, e gosto que elas ganhem, e começo a ficar [a exemplificar, simulando a respiração] nervosa se elas perdem...e...sou interventiva

do género: “Vamos lá meninas, vamos lá” a puxar por elas, e...quando há faltas que eu não gosto, falo: “Então como é? (riso)” (A2)

Por outro lado, poucos pais referiram intervir pouco ou raramente para o campo: “Muito caladinho. Sempre calado. É encostado a um canto. É como lhe disse, não é, passei a ser dirigente por estar calado.” (A4); “Apoiamos a equipa só, mas, mas mais calados. Quando marcam o golo, claro, nós gritamos golo, não é? Mas quando...sempre mais só apoiar, mais nada.” (B2)

Quanto às perceções dos pais sobre os sentimentos dos atletas em relação aos seus comportamentos, estes referiram que os filhos se sentiam bem e que acreditavam que não gostariam que o comportamento deles fosse diferente:

...eu acho que às tantas se “tivesse” a falar ou “tivesse” a orientar, não sei quê, não ia ajudar nada, não é. (...) é como digo, às vezes apetece-me dizer qualquer coisa (...) Acho que não (a filha queria que o comportamento fosse diferente), porque senão ela dizia-me (riso). Ela nisso...nós temos uma...conversamos muito e tinha à vontade para me dizer se...se achava bem ou mal. Eu como estou calado, também quer se dizer...pedia-me para eu falar, mas não estou a ver. (A4)

Um pai, que fazia parte da equipa técnica da equipa, mencionou não acreditar que o filho gostasse muito da troca de opiniões durante o treino, uma vez que a reação do filho parecia refletir esse sentimento:

Acho que ele sente sempre que eu sou chato, é o que ele diz (riso). (...) Ele às tantas, pelo que às vezes percebo, quando lhe digo alguma coisa nos jogos, mais nos jogos porque agora nos treinos, como deixei de intervir tanto...eu...eu às tantas eu sinto nele, é que: “Não me digas nada, deixa-me jogar à vontade”. (...) Quando eu às vezes estou a ver que ele não fez um treino em condições, ele diz: “Oh, tu estavas a dormir?”. É o que ele me disse.” (C5)

Relativamente à perceção que os pais tinham sobre os sentimentos dos atletas durante os jogos, a maioria acreditava que estes se sentiam bem com o seu comportamento e que não desejavam que fosse diferente, pois consideravam que isso gerava sentimentos positivos que favoreciam o desempenho:

Não, acho que não. Porque ele próprio...ele próprio critica os outros pais, como já disse, os outros pais que...que falam muito, que...que criticam os árbitros, que dão palavrões, que estão sempre (...) Eu acho que...que ele não acho que...não...não...não... não quer...não quer que eu seja pior ou melhor. (B4)

Apenas um pai acreditava que o filho não gostava muito das suas intervenções durante o jogo, pois tinha reações menos positivas. Além disso, também achava que o filho poderia preferir que ele tivesse uma postura diferente ao longo do jogo:

Sente que o pai é um chato (riso) Começa logo a dizer que: “Não era preciso dizeres isso às vezes dizes coisas que não devias”...é mais ou menos isso. É chamá-los à atenção do que estão a fazer, e da maneira como nós queremos que faça, e só isso. (...) “Às tantas gostava que eu não falasse tanto. Se não falar tanto, às tantas é melhor para ele.” (C5)

Relativamente à influência que os seus comportamentos durante os treinos podiam ter no desempenho dos seus filhos durante os mesmos, alguns pais afirmaram que a sua presença e a ausência de intervenções influenciavam positivamente o desempenho dos filhos: “Os pais presentes é fundamental em tudo. E eu acho que também faz parte (...) nós...nós devemos acompanhar os nossos filhos, sempre que possível.” (B2)

Outros pais acreditavam que a ausência de qualquer de intervenção não tinha impacto no treino: “Não, não. Ela está lá e faz o melhor que sabe. E a partir daí...o eu gostar...eu só estou lá para ver, por isso.” (C2)

Relativamente aos jogos, os pais acreditavam que o seu comportamento não influenciava o desempenho dos filhos nos jogos, considerando que estes estavam concentrados no desenrolar da partida e que, independentemente do que pudessem dizer, estes seguiam as ‘ordens’ dos treinadores:

Ela concentra-se bastante, acho que ela é bastante concentrada no jogo. Tenta não dar muitos ouvidos porque ela faz...segue o que a mister lhe diz, e mais ninguém lhe pode dizer: “Olha vai para aqui, vai para acolá”, que ela só ouve o que a mister lhe diz. Mas apoiar, sente-se sempre o apoio não é, acho que sim. (A2)

Entretanto, uma mãe pensava que o seu comportamento influenciava o desempenho do seu filho, afirmando que a presença dos pais era suficiente para ter um impacto emocional

nos atletas: “Acho que sim, eu acho que...mesmo os miúdos, os coleguinhas que não levam os pais, sente-se uma tristeza quando eles olham para a bancada.” (B2)

DISCUSSÃO

Este estudo teve como objetivo principal explorar a comunicação entre pais e filhos no contexto desportivo, focando nas suas implicações para o desempenho e desenvolvimento dos atletas adolescentes. Especificamente, procurou-se compreender os padrões de comunicação durante as deslocações de carro para treinos e jogos, analisando como essas conversas se desenrolavam e o impacto que tinham nas emoções e no desempenho dos atletas. Além disso, foi examinada a influência dos comportamentos e feedbacks dos pais durante os treinos e jogos, avaliando como estes afetavam as experiências dos atletas.

De um modo geral, os temas identificados nos atletas foram semelhantes aos que surgiram nas entrevistas com os pais. Observou-se a importância da rotina e logística do transporte, evidenciando como as deslocações para os treinos e jogos eram momentos significativos de interação. Além disso, as conversas e interações que ocorriam tanto no trajeto como após as atividades desportivas foram reconhecidas como cruciais para a dinâmica familiar e para o suporte emocional oferecido aos atletas. A participação e o envolvimento dos pais durante os treinos e jogos também emergiram como elementos centrais, demonstrando como a presença dos pais influenciava as experiências dos jovens desportistas. Por último, as rotinas e tradições familiares, que costumavam ser praticadas, revelaram-se importantes para o fortalecimento dos laços entre pais e filhos, contribuindo para um ambiente positivo e motivador.

No primeiro tema, onde se explorou a rotina e logística do transporte, procurou-se compreender qual dos pais estava mais presente no transporte dos atletas e se havia diferenças entre o trajeto para os treinos e para os jogos. Tanto os pais quanto os atletas referiram que, durante os treinos, eram predominantemente os pais que acompanhavam os filhos. Nos jogos, embora as mães se mostrassem mais participativas em comparação aos treinos, os pais continuavam a estar mais presentes. Esses resultados corroboram outros estudos que analisam a diferença entre a presença do pai e da mãe na vida desportiva dos filhos. A literatura aponta que os pais têm uma maior presença em contextos desportivos (Coakley, 2006; Dorsch et al., 2021; Strandbu et al., 2020) especialmente em desportos tradicionalmente associados ao género masculino, como o futebol (Harwood et al., 2019). Isso sugere que a prática desportiva pode estar ligada a um papel mais ativo do pai, reforçando a dinâmica familiar no contexto do desporto.

No segundo tema, analisou-se a comunicação parental, com foco no trajeto para os treinos e jogos. O objetivo foi compreender a percepção dos atletas sobre a comunicação e, em seguida, a percepção dos pais sobre os sentimentos dos atletas. Os resultados indicaram que atletas e pais tinham uma percepção um pouco diferente quanto a quem inicia a conversa durante as viagens para os treinos, enquanto, nos jogos, ambos concordavam que eram os pais a iniciar maioritariamente a conversa. Essa diferença pode estar relacionada ao aumento de sentimentos como stress, pressão e medo de falhar que se manifestam nos jogos (Knight et al., 2011), tornando os atletas menos propensos a iniciar a conversa. Os pais, ao perceberem esse comportamento, podem sentir-se motivados a iniciar a comunicação para ajudar os filhos a se sentirem mais confortáveis e confiantes antes do jogo (Knight et al., 2011; Sutcliffe et al., 2021).

Além disso, tanto pais quanto atletas referiram que, durante o trajeto para os jogos, as conversas se concentravam na gestão da pressão, no aumento da motivação através de encorajamento e orientação técnica, e na discussão sobre a equipa adversária ou sobre o treino. Contudo, alguns atletas expressaram a preferência por permanecer em silêncio, pois isso os ajuda a concentrar-se e a gerir melhor as emoções antes das competições. Essa preferência pode ser atribuída à possibilidade de a comunicação aumentar a ansiedade do atleta (Knight et al., 2011). Mesmo entre os que conversaram durante o trajeto, tanto os atletas quanto os pais relataram não ter vontade de mudar a forma como se comunicavam. Esse resultado alinha-se com a ideia de que os atletas preferem uma comunicação que os ajude na preparação física e mental (Knight et al., 2011; Sutcliffe et al., 2021).

No terceiro tema analisou-se a comunicação parental no trajeto após os treinos e jogos, com o objetivo de compreender a percepção dos atletas sobre essa comunicação e, posteriormente, a percepção dos pais acerca dos sentimentos dos atletas. Os resultados revelaram que a percepção da comunicação entre pais e filhos era semelhante, variando de acordo com a avaliação que os atletas faziam da sua prestação no treino ou do resultado alcançado no jogo. Quando a percepção era positiva, os atletas iniciavam a conversa, partilhando entusiasticamente com os pais o desenrolar do treino ou jogo, focando-se nos aspetos positivos, especialmente a nível pessoal. Em contrapartida, quando a percepção era negativa, eram os pais que tomavam a iniciativa, procurando motivar os atletas, apontar erros cometidos e estar mais atentos ao que diziam, uma vez que estes podiam não estar

recetivos às opiniões dos pais. Estes resultados sugerem que os pais, quando percebiam que os filhos tinham sentimentos ou pensamentos negativos, tinham um cuidado sobre o que falavam e a forma como falavam, mostrando assim que respeitavam o espaço emocional do atleta. Percebendo que não haveria muita recetividade se falassem de forma direta sobre o desempenho dos filhos, escolhiam não o fazer, sendo um aspeto positivo a retirar da comunicação.

Relativamente aos sentimentos, apesar de alguma tensão e discussão durante as conversas no trajeto, tanto os pais quanto os atletas expressaram sentir-se bem com a comunicação que mantinham. Essa dinâmica pode ser atribuída ao modo como os pais conduzem a comunicação, influenciando a perceção dos filhos sobre o clima motivacional gerado e o apoio que recebem (Dorsch et al., 2016; Tamminen et al., 2017). Por fim, na partilha de boleias, tanto pais quanto atletas referiram que a comunicação variava quando viajavam sozinhos, adaptando-se à presença de outras pessoas. Quando viajavam com outro pai ou um colega próximo, a comunicação mantinha-se estável. No entanto, se o colega não fosse próximo, a conversa mudava ou, por vezes, evitava-se falar sobre futebol. Esses resultados podem ser explicados pela necessidade de os indivíduos moldarem o seu comportamento em função da presença de outros, para evitar julgamentos ou mal-entendidos (Tamminen et al., 2017).

No quarto tema, analisou-se o comportamento dos pais durante os treinos e jogos. Os resultados indicaram que as mães, em comparação com os pais, não conseguiam dedicar tanto tempo para assistir aos treinos, devido às suas responsabilidades domésticas. Estes resultados estão em consonância com a literatura existente, que sugere que as mães assumem a maior parte das responsabilidades relacionadas com o bem-estar do atleta, como preparar refeições e organizar o equipamento, enquanto os pais tendem a focar-se mais na prática desportiva, acompanhando as crianças e assistindo aos treinos e jogos (Coakley, 2006; Nieto et al., 2011).

No que se refere ao comportamento dos pais, tanto os atletas quanto os próprios progenitores relataram diferenças significativas entre os treinos e os jogos. Durante os treinos, os pais geralmente não intervinham, enquanto nos jogos eram mais propensos a motivar os filhos e a equipa em geral. Além disso, muitos pais admitiram que, embora também reclamassem sobre o desempenho do jogo (e.g., em relação ao árbitro), notavam

que outros pais exibiam comportamentos ainda mais extremos, o que os levava a considerarem suas próprias reações como aceitáveis. Estes resultados podem ser explicados pela influência de vários fatores sobre o comportamento dos pais durante as atividades desportivas dos filhos, incluindo a intensidade do desempenho do jogo, a atitude de outros pais presentes e o nível de conhecimento que os pais têm sobre a modalidade (Dorsch et al., 2015).

Comparando o sexo dos atletas, observou-se que, de uma forma geral, apesar do conteúdo das comunicações ser semelhante, as atletas do sexo feminino demonstraram uma maior propensão para comunicar. Elas tendiam a partilhar mais detalhes sobre os acontecimentos nos treinos e jogos, além de procurarem mais a validação e opinião dos pais em relação à sua prática desportiva, independentemente do sexo do pai. Este resultado pode ser explicado pela tendência dos pais em adotarem um estilo mais diretivo, com comportamentos de elogio e compreensão mais acentuados para com os atletas do sexo masculino, os quais, por sua vez, frequentemente relatam níveis mais altos de pressão por parte dos pais (Boiché' et al., 2011; Lienhart & Nicaise, 2022; Yaffe, 2023).

Adicionalmente, ao comparar atletas que viajavam mais frequentemente com as mães e aqueles que viajavam com os pais, verificou-se que o único rapaz que ia com a mãe relatou uma comunicação limitada sobre o seu desempenho. Este resultado reforça o papel social e familiar que os pais desempenham, evidenciando que, uma vez que o desporto ainda é amplamente considerado uma atividade masculina (Wilson et al., 2019), o pai está mais associado à prática desportiva dos atletas. Além disso, o estereótipo de que as mães possuem menos conhecimento sobre desporto pode contribuir para que os atletas sintam que a comunicação vinda das mães é menos legítima (Clarke et al., 2016; Lienhart et al., 2019).

CONCLUSÃO

Em suma, este estudo evidenciou a importância e a influência da comunicação parental na vida desportiva dos atletas. Os resultados demonstraram que o trajeto de carro se configura como um contexto relevante para o desenvolvimento da comunicação entre pais e filhos, especialmente no que diz respeito ao desporto. Este espaço mais reservado proporciona um momento único em que os pais e filhos podem estar sozinhos, longe de fatores externos, como a observação e o julgamento de outros colegas ou pais. Nesse sentido, a comunicação neste contexto pode contribuir para o fortalecimento dos laços afetivos, promovendo um ambiente de apoio emocional e motivação. À medida que os pais oferecem encorajamento e feedback, ajudam os filhos a desenvolver uma maior autoconfiança e a gerir as emoções relacionadas com a competição.

É importante também destacar que tanto os pais quanto os atletas referem como a comunicação e o envolvimento parental nos e jogos influencia o desenvolvimento e experiência desportiva dos atletas. De forma geral, tanto os pais como os atletas valorizavam e referiam como a presença dos pais durante os treinos e os jogos não só motivava os atletas como fazia com que se sentissem mais apoiados. Apesar disso, os atletas referiram que comentários ou comportamentos negativos poderiam influenciar negativamente o seu desempenho, sendo então necessário uma participação equilibrada e positiva, de forma a sentirem um equilíbrio entre o apoio e a autonomia, fundamentais para que os atletas se sintam concentrados e confiantes no seu desempenho desportivo.

Por outro lado, este estudo sublinha a necessidade de mais pesquisas que explorem outros aspetos da comunicação parental e a sua relação com o desenvolvimento desportivo, permitindo uma compreensão mais profunda das dinâmicas familiares que moldam as experiências dos jovens atletas. Uma oportunidade para aprimorar futuros estudos reside na dependência das entrevistas da perspectiva dos entrevistados, que pode não refletir a realidade de forma precisa. Como os pais e atletas foram entrevistados apenas uma vez, não foi possível observar como a comunicação se altera ao longo da época desportiva. Assim, futuras investigações poderiam beneficiar da utilização de gravações de voz ou vídeo durante os trajetos de carro, proporcionando resultados mais fidedignos à realidade e permitindo a análise ao longo de uma época desportiva. Além disso, é crucial expandir a análise da comunicação parental para contextos mais reservados, como durante as

refeições ou através de mensagens de texto e chamadas telefônicas. Isso permitiria uma compreensão mais abrangente das diferenças na comunicação entre os contextos públicos e privados, oferecendo uma visão mais completa das dinâmicas familiares que influenciam o desenvolvimento dos atletas.

CAPÍTULO 4: DISCUSSÕES E CONCLUSÕES FINAIS

A presente dissertação incluiu dois estudos, um de caráter quantitativo e outro de caráter qualitativo, os quais procuravam estudar, de uma forma geral, o papel da influência parental no contexto desportivo, e de que formas a mesma afeta o desempenho dos atletas.

O primeiro estudo, de caráter quantitativo, focou-se nas relações entre o clima motivacional parental, as percepções de competência e o valor atribuído ao desporto pelos jovens atletas. Foram realizadas análises de correlação bivariada para identificar associações diretas entre as variáveis e correlação canónica para explorar interações mais complexas entre o clima motivacional parental e as percepções de competência refletida em relação à percepção de competência e ao valor do desporto. Além disso, regressões lineares múltiplas foram empregues para modelar o impacto preditivo das percepções de competência refletida e dos climas motivacionais parentais.

O segundo estudo, de natureza qualitativa, teve como objetivo explorar a comunicação entre pais e filhos no contexto desportivo, enfatizando as implicações para o desempenho e desenvolvimento dos atletas adolescentes. Para além disso, o objetivo também foi recolher diferentes contextos sobre os quais se aprofundava o clima motivacional iniciado pelos pais, uma vez que no primeiro estudo, apesar de se ter percebido a influência do clima motivacional, não foi possível perceber em que contextos essa influência acontecia, nem a diversidade da mesma. Foi analisada a dinâmica das conversas durante as deslocações de carro para os treinos e jogos, bem como o impacto dessas interações nas experiências emocionais e no desempenho dos atletas. Também foi avaliada a influência da comunicação parental durante as sessões de treino e jogos.

Esta investigação reforça a influência parental como sendo um fator importante para o desenvolvimento e experiência desportiva dos atletas, sendo que teorias psicológicas, como a TEV, oferecem uma melhor compreensão de como os pais influenciam a percepção de competência e o valor dado pelos atletas ao desporto. Para além disso, a análise da comunicação parental durante os momentos mais privados, como o trajeto de carro, revela que o tipo de dinâmica familiar pode ter impacto não só no desempenho desportivo, como no estado emocional dos atletas.

Os resultados deste trabalho evidenciaram a relevância de um clima motivacional orientado para a aprendizagem e para o prazer, em contraste com um ambiente centrado no medo de errar ou na busca incessante por resultados. Este tipo de clima não só

favoreceu a percepção de competência dos atletas, como também influenciou positivamente a forma como estes percebiam o apoio dos pais. Os resultados sugeriram que um clima motivacional positivo poderia cultivar um compromisso mais saudável e duradouro com a prática desportiva.

Um dos temas principais que emergiu em ambos os estudos foi a percepção de competência, que é influenciada, não só, mas também, pela expectativa parental. Os pais que acreditam e mostram que acreditam nos seus filhos, tendem a reforçar a autopercepção de competência dos atletas. No primeiro estudo, a teoria expectativa-valor mostrou que a expectativa e o valor que os pais manifestam (de forma direta ou indireta) moldam as percepções de competência dos atletas, onde os pais, quando demonstram confiar no potencial dos atletas e reconhecem as suas conquistas, os atletas se sentem mais competentes, refletindo posterior e de forma positiva no desempenho. Por outro lado, atletas que recebam críticas constantes ou sintam que os pais não têm confiança neles, leva a que diminua a percepção de competência (Bois et al., 2005). No segundo estudo, a percepção de competência mostrou ser influenciada pela comunicação existente com os pais, onde quando os pais reforçavam algum aspeto do treino/jogo durante o trajeto de carro, onde achavam que tinham estado muito bem, os atletas sentiam-se com mais confiança e com uma melhor percepção sobre o seu próprio desempenho. Esta percepção de competência refletida, revela ser um preditor significativo no compromisso e empenho na prática desportiva, e posterior influência na vontade em continuar a prática desportiva a longo prazo (Dorsch et al., 2015; Fredricks & Eccles, 2005; Knight et al., 2016).

Outro tema principal foi o valor que os atletas dão ao desporto, estando ligado à forma como a os pais atribuem o valor ao desporto influencia posteriormente a atribuição do valor por parte dos atletas. Como foi visto no primeiro estudo, quando os pais valorizavam a prática desportiva através de um clima motivacional mais direcionado para aprendizagem, de diversão e também de desenvolvimento pessoal, os atletas tendem a ter um envolvimento desportivo mais positivo e duradouro. Tal como refere a teoria expectativa-valor, este valor pode ser um dos fatores motivacionais que impulsionem o compromisso do atleta com o desporto, contudo, quando os pais veem o desporto como uma vertente mais direcionada para o alto rendimento e como fonte futura de retorno, acabam por transmitir uma visão mais orientada para os resultados e recompensas externas, o que faz diminuir o prazer pela prática, assim como o valor dado ao desporto

(Rodriguez et al., 2003). Para além disso, o segundo estudo mostrou que a comunicação parental, especialmente em contextos privados como o trajeto de carro, reforçaram ou alteram o valor dado pelos atletas ao desporto, uma vez que neste contexto os pais conseguem fornecer motivação e encorajamento sem pressão externa como outros pais ou colegas, ajudando a que os atletas reflitam sobre as motivações para a prática desportiva, assim como o valor que dão à mesma (Elliott & Drummond, 2017b; Tamminen et al., 2017).

Esta investigação reafirmou a importância da comunicação parental no desenvolvimento desportivo dos jovens atletas, destacando que momentos privados, como o trajeto de carro, se revelaram cruciais para diálogos significativos entre pais e filhos. Este ambiente, desprovido de distrações e pressões sociais, mostrou-se propício para conversas mais abertas sobre as experiências desportivas. Os resultados mostraram que a comunicação neste contexto contribui para o desenvolvimento da confiança, motivação e de uma relação mais forte entre os pais e filhos, uma vez que os pais podem fornecer um feedback construtivo e apoio emocional, influenciando posteriormente o desempenho dos atletas (Sutcliffe et al., 2021; Thrower et al., 2022).

A forma como os pais se comportam durante os treinos e jogos, como por exemplo expressando apoio ou orientações táticas, pode mudar esse equilíbrio. Tal como foi visto no estudo, os comportamentos parentais direcionados para o feedback positivo e o apoio emocional foram relacionados a uma maior perceção de competências, enquanto intervenções mais direcionadas para a ênfase nas críticas podem comprometer o foco e desempenho dos atletas. Durante os treinos, os atletas referiram, de forma geral, que os pais adotavam uma atitude não interventiva e observavam os treinos de forma passiva ou então a falar com outros pais. Este tipo de suporte fazia com que os atletas se sentissem mais motivados e confiantes, pois sentiam-se bem com a presença dos pais mesmo que não interviessem diretamente. Nos jogos, os comportamentos já eram diferentes, onde os pais tendiam a ser interventivos para o campo. Muitos atletas mencionaram que os pais davam feedback durante o decorrer do jogo, tanto de forma individual como para a equipa do atleta, e até mesmo relativa ao desempenho do árbitro. Embora que o envolvimento dos pais pode ser benéfico para o desempenho dos atletas, através de orientações técnicas/táticas ou motivar de forma a aumentar a confiança, por vezes este envolvimento pode gerar uma pressão ou sentimentos negativos para o atleta, onde intervenções e

comentários negativos podem desestabilizar emocionalmente ou o foco de forma a afetar o desempenho nos jogos (Knight et al., 2016). Por isso, é fundamental que o envolvimento seja feito de forma que a confiança e a autonomia dos atletas seja promovida, onde os atletas sintam que há um equilíbrio sobre o tipo de comportamento que necessitam por parte dos pais, levando a que se sintam mais confiantes e com menos ansiedade ou pressão (Harwood et al., 2019).

Em conjunto, estas duas investigações oferecem insights valiosos para pais, treinadores e instituições desportivas, confirmando que os pais desempenham um papel essencial na motivação e desenvolvimento dos jovens atletas. As expectativas que os pais transmitem e o clima motivacional que criam exercem uma influência significativa na percepção de competência dos atletas, no valor que estes atribuem ao desporto e, conseqüentemente, no seu desempenho desportivo. Ao adotarem comportamentos de apoio e ao promoverem um ambiente motivacional positivo, os pais têm o poder de impactar diretamente a motivação, o comprometimento e o futuro sucesso dos jovens atletas. Para além disso, estes resultados complementam toda a informação e discussão que foi apresentada ao longo do trabalho, onde no segundo estudo, no final de cada entrevista, tanto aos pais quanto aos atletas, foram pedidas algumas sugestões sobre quais são os comportamentos que tanto os atletas quanto os pais deveriam ter ou não ter, de uma forma geral. Tanto pais como atletas referiram que os pais deveriam apoiar, incentivar e encorajar mais os filhos; acompanhar de perto a prática desportiva; falar de forma calma e de forma a escutar o que está a ser dito, assim como respeitar quando o atleta não quiser falar. Para além disso, os atletas referiram que os próprios atletas deviam comunicar sobre o que acontece nos treinos e jogos, assim como refletir sobre o jogo que terão pela frente. Sobre o que não deveriam fazer, referiram que os pais não deveriam referir somente situações negativas, equilibrando com situações positivas; criticar a outra equipa; pressionar, assim como não terem comportamentos negativos durante os jogos.

Entidades desportivas e clubes poderão utilizar estas informações para implementar estratégias que incentivem uma influência parental mais positiva, por meio de formações e programas de apoio voltados para a melhoria da comunicação. O trabalho com os pais e a conscientização sobre melhores práticas de apoio e motivação são cruciais para o desenvolvimento saudável e bem-sucedido dos atletas, não apenas no desporto, mas também nas suas vidas pessoais e sociais.

Em suma, o presente trabalho sublinha a importância da influência parental no desporto, destacando a necessidade de mais investigações que abordem a comunicação e o impacto do comportamento dos pais ao longo do tempo e em diferentes contextos. Estudos futuros poderão centrar-se em análises longitudinais, de forma a observar de que forma esta influência evolui e impacta o crescimento pessoal e desportivo dos atletas. Para além disso, poderão incluir também atletas de diferentes idades, sexos, contextos sociais e culturais, de forma a perceber as diferenças existentes, e de que forma estas impactam a prática desportiva. Por fim, as investigações podem analisar outros contextos semelhantes ao trajeto de carro, como durante as refeições ou através de meios digitais, como redes sociais ou comunicação por chamada ou SMS's, ampliando a compreensão do papel parental na vida desportiva dos atletas.

CAPÍTULO 5: BIBLIOGRAFIA

- Almeida, G. de, Valentini, N. C., & Berleze, A. (2009). Percepções de Competência: Um Estudo com Crianças e Adolescentes do Ensino Fundamental. *Movimento*, 15(1), Artigo 1. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2416>
- Amado, D., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., Pulido-González, J. J., & Sánchez-Miguel, P. A. (2015). Incidence of Parental Support and Pressure on Their Children's Motivational Processes towards Sport Practice Regarding Gender. *PLOS ONE*, 10(6), e0128015. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0128015>
- Ames, C. (1992). Achievement goals and the classroom motivational climate. In *Student perceptions in the classroom* (pp. 327–348). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Appleton, P. R., Hall, H. K., & Hill, A. P. (2011). Examining the influence of the parent-initiated and coach-created motivational climates upon athletes' perfectionistic cognitions. *Journal of Sports Sciences*, 29(7), 661–671. <https://doi.org/10.1080/02640414.2010.551541>
- Atkins, M. R., Johnson, D. M., Force, E. C., & Petrie, T. A. (2015). Peers, parents, and coaches, oh my! The relation of the motivational climate to boys' intention to continue in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 170–180. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.10.008>
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review*, 64(6, Pt.1), 359–372. <https://doi.org/10.1037/h0043445>
- Azimi, S., & Tamminen, K. A. (2022). Parental communication and reflective practice among youth sport parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(1), 109–132. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1705433>
- Balish, S. M., McLaren, C., Rainham, D., & Blanchard, C. (2014). Correlates of youth sport attrition: A review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(4), 429–439. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.04.003>
- Battle, E. S. (1966). Motivational determinants of academic competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4(6), 634–642. <https://doi.org/10.1037/h0024028>

- Bean, C., & Forneris, T. (2016). Examining the Importance of Intentionally Structuring the Youth Sport Context to Facilitate Positive Youth Development. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(4), 410–425. <https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1164764>
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). “I don’t want to miss a thing”: Adolescents’ fear of missing out and its relationship to adolescents’ social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.083>
- Bhalla, J. A., & Weiss, M. R. (2010). A Cross-Cultural Perspective of Parental Influence on Female Adolescents’ Achievement Beliefs and Behaviors in Sport and School Domains. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 81(4), 494–505. <https://doi.org/10.1080/02701367.2010.10599711>
- Boiché, J. C. S., Guillet, E., Bois, J. E., & Sarrazin, P. G. (2011). *A cross sectional study based on Eccles Expectancy Value model*.
- Bois, J. (2003). *Socialisation de l’activité physique et des perceptions de compétence sportive: Le rôle des parents chez l’enfant et le préadolescent* [Thèse de doctorat STAPS]. Université Joseph Fourier.
- Bois, J. E., Sarrazin, P. G., Brustad, R. J., Trouilloud, D. O., & Cury, F. (2005). Elementary schoolchildren’s perceived competence and physical activity involvement: The influence of parents’ role modelling behaviours and perceptions of their child’s competence. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(4), 381–397. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2004.03.003>
- Bonavolontà, V., Cataldi, S., Latino, F., Carvutto, R., De Candia, M., Mastrorilli, G., Fischetti, F., Messina, G., & Patti, A. (2021). The role of parental involvement in youth sport experience: Perceived and desired behavior by male soccer players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph18168698>

- Bornstein, M. H., & Zlotnik, D. (2008). Parenting Styles and their Effects. In *Encyclopedia of Infant and Early Childhood Development* (pp. 496–509). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-012370877-9.00118-3>
- Bortoli, L., Bertollo, M., Comani, S., & Robazza, C. (2011). Competence, achievement goals, motivational climate, and pleasant psychobiosocial states in youth sport. *Journal of Sports Sciences*, 29(2), 171–180. <https://doi.org/10.1080/02640414.2010.530675>
- Branco, C., Gomes, A. R., Morais, C., Fontes, L., & Sousa, J. (2024). Perfis de Envolvimento Parental no Futebol Juvenil: Um Estudo com Jovens Atletas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24(1), Artigo 1. <https://doi.org/10.6018/cpd.535761>
- Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589–597. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806>
- Chan, D. K., Lonsdale, C., & Fung, H. H. (2012). Influences of coaches, parents, and peers on the motivational patterns of child and adolescent athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 22(4), 558–568. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01277.x>
- Clarke, N. J., Harwood, C. G., & Cushion, C. J. (2016). A phenomenological interpretation of the parent-child relationship in elite youth football. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 125–143. <https://doi.org/10.1037/spy0000052>
- Coakley, J. (2006). The Good Father: Parental Expectations and Youth Sports. *Leisure Studies*, 25(2), 153–163. <https://doi.org/10.1080/02614360500467735>
- Cook, D. A., & Artino Jr, A. R. (2016). Motivation to learn: An overview of contemporary theories. *Medical Education*, 50(10), 997–1014. <https://doi.org/10.1111/medu.13074>

- Coroa, S., Dias, C., Garganta, J., Corte-Real, N., & Fonseca, A. M. (2011). Objectivos de realização, clima motivacional e ansiedade no Futebol: Um estudo com jogadores do escalão de Escolas. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 11(2), 16–32. <https://doi.org/10.5628/rpcd.11.02.16>
- Côté, J. (1999). *The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport*. 13(4), 395–417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Coutinho, P., Mesquita, I., & Fonseca, A. M. (2018). Influência parental na participação desportiva do atleta: Uma revisão sistemática da literatura: Parental influences in athlete sport participation: a systematic review of literature. *Journal of Sport Psychology / Revista de Psicología del Deporte*, 27(2), 47–58.
- Coutinho, P., Ribeiro, J., da Silva, S. M., Fonseca, A. M., & Mesquita, I. (2021). The Influence of Parents, Coaches, and Peers in the Long-Term Development of Highly Skilled and Less Skilled Volleyball Players. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.667542>
- Crane, J., & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*, 21(1), 114–131. <https://doi.org/10.1177/1356336X14555294>
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>
- Danioni, F. V., & Barni, D. (2019). Parents' Sport Socialization Values, Perceived Motivational Climate and Adolescents' Antisocial Behaviors. *Europe's Journal of Psychology*, 15(4), Artigo 4. <https://doi.org/10.5964/ejop.v15i4.1598>
- Davidson, G., Bunting, L., McCartan, C., Grant, A., McBride, O., Mulholland, C., Nolan, E., Schubotz, D., Cameron, J., & Shevlin, M. (2024). Parental physical activity, parental mental health, children's physical activity, and children's mental health. *Frontiers in Psychiatry*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1405783>

- Dias, C., & Fonseca, A. M. (2009a). *Avaliação da percepção de competência, valor da prática desportiva e incentivo e encorajamento dos pais de atletas* [Manuscrito não publicado]. Porto: Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.
- Dias, C., & Fonseca, A. M. (2009b). *Versão portuguesa da Perceptions Mirroirs des Parents* [Manuscrito não publicado]. Porto: Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., Blazo, J. A., Coakley, J., Côté, J., Wagstaff, C. R. D., Warner, S., & King, M. Q. (2022). Toward an Integrated Understanding of the Youth Sport System. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *93*(1), 105–119. <https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1810847>
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., & Dotterer, A. M. (2016). Individual, relationship, and context factors associated with parent support and pressure in organized youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, *23*, 132–141. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.12.003>
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., Wilson, S. R., & McDonough, M. H. (2015). Parent goals and verbal sideline behavior in organized youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, *4*(1), 19–35. <https://doi.org/10.1037/spy0000025>
- Dorsch, T. E., Wright, E., Eckardt, V. C., Elliott, S., Thrower, S. N., & Knight, C. J. (2021). A history of parent involvement in organized youth sport: A scoping review. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, *10*(4), 536–557. <https://doi.org/10.1037/spy0000266>
- Dweck, C. S. (1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist*, *41*(10), 1040–1048. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.10.1040>
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational Beliefs, Values, and Goals. *Annual Review of Psychology*, *53*(1), 109–132. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135153>
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2020). From expectancy-value theory to situated expectancy-value theory: A developmental, social cognitive, and sociocultural

- perspective on motivation. *Contemporary Educational Psychology*, *61*, 101859. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101859>
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2023). Expectancy-value theory to situated expectancy-value theory: Reflections on the legacy of 40+ years of working together. *Motivation Science*, *9*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1037/mot0000275>
- Elliot, A. J., & Harackiewicz, J. M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, *70*(3), 461–475. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.3.461>
- Elliott, S. K., & Drummond, M. J. N. (2017a). During play, the break, and the drive home: The meaning of parental verbal behaviour in youth sport. *Leisure Studies*, *36*(5), 645–656. <https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1250804>
- Elliott, S. K., & Drummond, M. J. N. (2017b). Parents in youth sport: What happens after the game? *Sport, Education and Society*, *22*(3), 391–406. <https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1036233>
- Ericsson, K. A. (1996). The acquisition of expert performance: An introduction to some of the issues. Em K. A. Ericsson (Ed.), *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games*. (1996-98355-001; pp. 1–50). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Federação Portuguesa de Futebol. (2023). *FPF lança plano estratégico 2023-27*. FPF. <https://www.fpf.pt/pt/News/Todas-as-noticias/Noticia/news/43000>
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, *9*(5), 645–662. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.003>
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *10*(1), 19–40. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>

- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2002). Children's competence and value beliefs from childhood through adolescence: Growth trajectories in two male-sex-typed domains. *Developmental Psychology*, 38(4), 519–533. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.4.519>
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2004). Parental Influences on Youth Involvement in Sports. In *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 145–164). Fitness Information Technology.
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2005). Family Socialization, Gender, and Sport Motivation and Involvement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(1), 3–31. <https://doi.org/10.1123/jsep.27.1.3>
- Furusa, M. G., Knight, C. J., & Hill, D. M. (2021). Parental involvement and children's enjoyment in sport. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 13(6), 936–954. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2020.1803393>
- Gao, Z., Chee, C. S., Norjali Wazir, M. R. W., Wang, J., Zheng, X., & Wang, T. (2024). The role of parents in the motivation of young athletes: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1291711>
- Gardner, L. A., Vella, S. A., & Magee, C. A. (2017). Continued Participation in Youth Sports: The Role of Achievement Motivation. *Journal of Applied Sport Psychology*, 29(1), 17–31. <https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1173744>
- Gopalan, V., Bakar, J. A. A., Zulkifli, A. N., Alwi, A., & Mat, R. C. (2017). A review of the motivation theories in learning. *AIP Conference Proceedings*, 1891(1), 020043. <https://doi.org/10.1063/1.5005376>
- Gryczkowski, M. R., Jordan, S. S., & Mercer, S. H. (2010). Differential Relations between Mothers' and Fathers' Parenting Practices and Child Externalizing Behavior. *Journal of Child and Family Studies*, 19(5), 539–546. <https://doi.org/10.1007/s10826-009-9326-2>
- Guillet, E., Sarrazin, P., Fontayne, P., & Brustad, R. J. (2006). Understanding Female Sport Attrition in a Stereotypical Male Sport Within the Framework of Eccles's

- Expectancy–Value Model. *Psychology of Women Quarterly*, 30(4), 358–368.
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2006.00311.x>
- Habermas, T., & Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin*, 126(5), 748–769.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.5.748>
- Hair Jr., J. F., Babin, B. J., & Krey, N. (2017). Covariance-Based Structural Equation Modeling in the Journal of Advertising: Review and Recommendations. *Journal of Advertising*, 46(1), 163–177. <https://doi.org/10.1080/00913367.2017.1281777>
- Harter, S. (1978). Effectance Motivation Reconsidered. Toward a Developmental Model. *Human Development* (0018716X), 21(1), 34–64.
<https://doi.org/10.1159/000271574>
- Harwood, C. G., Caglar, E., Thrower, S. N., & Smith, J. M. J. (2019). Development and Validation of the Parent-Initiated Motivational Climate in Individual Sport Competition Questionnaire. *Frontiers in Psychology*, 10.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00128>
- Harwood, C. G., Knight, C. J., Thrower, S. N., & Berrow, S. R. (2019). Advancing the study of parental involvement to optimise the psychosocial development and experiences of young athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 66–73.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.01.007>
- Hollmann, J., Gorges, J., & Wild, E. (2016). Motivational Antecedents and Consequences of the Mother–Adolescent Communication. *Journal of Child and Family Studies*, 25(3), 767–780. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0258-8>
- Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L., & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 663–685. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.001>
- Jacobs, J. E., & Eccles, J. S. (1992). The impact of mothers' gender-role stereotypic beliefs on mothers' and children's ability perceptions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(6), 932–944. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.6.932>

- Knight, C. J., Dorsch, T. E., Osai, K. V., Haderlie, K. L., & Sellars, P. A. (2016). Influences on parental involvement in youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 161–178. <https://doi.org/10.1037/spy0000053>
- Knight, C. J., & Holt, N. L. (2014). Parenting in youth tennis: Understanding and enhancing children's experiences. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(2), 155–164. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.010>
- Knight, C. J., Little, G. C. D., Harwood, C. G., & Goodger, K. (2016). Parental Involvement in Elite Junior Slalom Canoeing. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(2), 234–256. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1111273>
- Knight, C. J., Neely, K. C., & Holt, N. L. (2011). Parental Behaviors in Team Sports: How do Female Athletes Want Parents to Behave? *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(1), 76–92. <https://doi.org/10.1080/10413200.2010.525589>
- Lienhart, N., & Nicaise, V. (2022). The gap between athletes' and parents' perceptions of parental practices: The role of gender. *Psychology of Sport and Exercise*, 63, 102296. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102296>
- Lienhart, N., Nicaise, V., Martinent, G., Guillet-Descas, E., & Bois, J. (2019). Relationships between elite adolescent athletes' perceptions of parental behaviors and their motivational processes: Does sex matter? *International Journal of Sports Science & Coaching*, 14(5), 639–650. <https://doi.org/10.1177/1747954119873988>
- McLean, K. C., Pasupathi, M., & Pals, J. L. (2007). Selves Creating Stories Creating Selves: A Process Model of Self-Development. *Personality and Social Psychology Review*, 11(3), 262–278. <https://doi.org/10.1177/1088868307301034>
- Møllerløgken, N. E., Lorås, H., & Pedersen, A. V. (2015). A Systematic Review and Meta-Analysis of Dropout Rates in Youth Soccer. *Perceptual and Motor Skills*, 121(3), 913–922. <https://doi.org/10.2466/10.PMS.121c23x0>

- Muenks, K., Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2018). I can do this! The development and calibration of children's expectations for success and competence beliefs. *Developmental Review, 48*, 24–39. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2018.04.001>
- Murray, R. M., Dugdale, J. H., Habeeb, C. M., & Arthur, C. A. (2021). Transformational parenting and coaching on mental toughness and physical performance in adolescent soccer players: The moderating effect of athlete age. *European Journal of Sport Science, 21*(4), 580–589. <https://doi.org/10.1080/17461391.2020.1765027>
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review, 91*(3), 328–346. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Nieto, M. P., Perez, L. M. M. R., Sánchez, M. S., & Coll, V. G. (2011). Young athletes' perceptions of the role of their mothers in their sport career. *European Journal of Human Movement, 26*, 141–157.
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic Analysis: Striving to Meet the Trustworthiness Criteria. *International Journal of Qualitative Methods, 16*(1), 1609406917733847. <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- O'Rourke, D. J., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2012). Parent-Initiated Motivational Climate, Self-Esteem, and Autonomous Motivation in Young Athletes: Testing Propositions from Achievement Goal and Self-Determination Theories. *Child Development Research, 2012*(1), 393914. <https://doi.org/10.1155/2012/393914>
- O'Rourke, D. J., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2014). Relations of Parent- and Coach-Initiated Motivational Climates to Young Athletes' Self-Esteem, Performance Anxiety, and Autonomous Motivation: Who Is More Influential? *Journal of Applied Sport Psychology, 26*(4), 395–408. <https://doi.org/10.1080/10413200.2014.907838>

- Osai, K. V., & Whiteman, S. D. (2017). Family Relationships and Youth Sport: Influence of Siblings and Parents on Youth's Participation, Interests, and Skills. *Journal of Amateur Sport*, 3(3), Artigo 3. <https://doi.org/10.17161/jas.v3i3.6518>
- Partridge, J. A. (2011). CURRENT DIRECTIONS IN SOCIAL INFLUENCE: PARENTS AND PEERS. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 6(2), 251–268.
- Pisaniello, A., Figus, A., Digennaro, S., & Spulber, D. (2024). Determining factors of sports dropout of young scholars: A cross-sectional analysis in the 8–13 year age group. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1330346>
- Power, T. G., & Woolger, C. (1994). Parenting Practices and Age-Group Swimming: A Correlational Study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(1), 59–66. <https://doi.org/10.1080/02701367.1994.10762208>
- Rodriguez, D., Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2003). Changing Competence Perceptions, Changing Values: Implications for Youth Sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(1), 67–81. <https://doi.org/10.1080/10413200305403>
- Romaine, A., DeFreese, J. D., Guskiewicz, K., & Register-Mihalik, J. (2016). Sport Parent Perceptions of American Youth Football Costs, Benefits, and Safety. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 10(4), 253–271. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2016-0018>
- Rouquette, O. Y., Knight, C. J., Lovett, V. E., & Heuzé, J.-P. (2020). Parent-athlete relationships: A central but underexamined consideration within sport psychology. *Sport and Exercise Psychology Review*, 16(2). <https://doi.org/10.53841/bpssepr.2020.16.2.5>
- Rouquette, O. Y., Knight, C. J., Lovett, V. E., & Heuzé, J.-P. (2021). Effect of parent responsiveness on young athletes' self-perceptions and thriving: An exploratory study in a Belgian French-Community. *Psychology of Sport and Exercise*, 52, 101801. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101801>

- Rourke, D. J. O., & Smith, R. E. (2013). Parent-initiated Motivational Climate and Young Athletes Intrinsic-Extrinsic Motivation: Cross-sectional and Longitudinal Relations. *Journal of Child and Adolescent Behaviour, 1*(2). <https://doi.org/10.4172/2375-4494.1000109>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78.
- Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2013). The Importance of Parents' Behavior in their Children's Enjoyment and Amotivation in Sports. *Journal of Human Kinetics, 36*, 169–177. <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0017>
- Santana, P., Figueiras, T., Dias, C., Corte-Real, N., Brustad, R., & Fonseca, A. M. (2010). Versão portuguesa do Parent-Initiated Motivation Questionnaire—2 (PIMCQ-2p). *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, 10*(2), 47–61.
- Sari, İ., & Bizan, İ. (2022). The role of parent-initiated motivational climate in athletes' engagement and dispositional flow. *Kinesiology, 54*(1), 3–14. <https://doi.org/10.26582/k.54.1.1>
- Schwebel, F. J., Smith, R. E., & Smoll, F. L. (2016). Measurement of Perceived Parental Success Standards in Sport and Relations with Athletes' Self-Esteem, Performance Anxiety, and Achievement Goal Orientation: Comparing Parental and Coach Influences. *Child Development Research, 2016*(1), 7056075. <https://doi.org/10.1155/2016/7056075>
- Simons-Morton, B., & Chen, R. (2009). Peer and Parent Influences on School Engagement Among Early Adolescents. *Youth & Society, 41*(1), 3–25. <https://doi.org/10.1177/0044118X09334861>
- Simpkins, S. D., Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2012). Charting the Eccles' expectancy-value model from mothers' beliefs in childhood to youths' activities in

- adolescence. *Developmental Psychology*, 48(4), 1019–1032.
<https://doi.org/10.1037/a0027468>
- Spittle, M., & Byrne, K. (2009). The influence of Sport Education on student motivation in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 14(3), 253–266.
<https://doi.org/10.1080/17408980801995239>
- Stahl, N. A., & King, J. R. (2020). Expanding Approaches for Research: Understanding and Using Trustworthiness in Qualitative Research. *Journal of Developmental Education*, 44(1), 26–28.
- Strandbu, Å., Bakken, A., & Stefansen, K. (2020). The continued importance of family sport culture for sport participation during the teenage years. *Sport, Education and Society*, 25(8), 931–945. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1676221>
- Straub, G. (2019). Parental (over-)ambition in competitive youth sport. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 49(1), 1–10. <https://doi.org/10.1007/s12662-018-0561-9>
- Sutcliffe, J. T., Herbison, J. D., Martin, L. J., McLaren, C. D., Slatcher, R., Benson, A. J., Van Woezik, R., Boardley, I. D., Carré, J. M., Côté, J., & Bruner, M. W. (2021). Exploring parent-athlete sport related communication outside of the sport environment with the Electronically Activated Recorder. *Psychology of Sport and Exercise*, 54, 101919. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101919>
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2007). *Experimental Designs Using ANOVA* (Vol. 724). Belmont, CA: Thomson/Brooks/Cole.
- Tamminen, K. A., Bissett, J. E., Azimi, S., & Kim, J. (2022). Parent and child car-ride interactions before and after sport competitions and practices: Video analysis of verbal and non-verbal communication. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, 102095. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102095>
- Tamminen, K. A., Poucher, Z. A., & Povilaitis, V. (2017). The car ride home: An interpretive examination of parent–athlete sport conversations. *Sport, Exercise*,

and Performance Psychology, 6(4), 325–339.
<https://doi.org/10.1037/spy0000093>

Taylor, R. D., & Collins, D. (2015). Reviewing the Family Unit as a Stakeholder in Talent Development: Is It Undervalued? *Quest*, 67(3), 330–343.
<https://doi.org/10.1080/00336297.2015.1050747>

Teques, P., Calmeiro, L., Rosado, A., Silva, C., & Serpa, S. (2019). Perceptions of Parenting Practices and Psychological Variables of Elite and Sub-Elite Youth Athletes. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01495>

Thrower, S. N., Hamann, M., Stokoe, E., & Harwood, C. G. (2022). Examining parent-child interactions in British junior tennis: A conversation analysis of the pre-competition car journey. *Psychology of Sport and Exercise*, 60, 102166.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102166>

Van Dijk, M. P. A., Branje, S., Keijsers, L., Hawk, S. T., Hale, W. W., & Meeus, W. (2014). Self-Concept Clarity Across Adolescence: Longitudinal Associations With Open Communication With Parents and Internalizing Symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(11), 1861–1876. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0055-x>

Vasconcelos-Raposo, J., Carvalho, R., & Teixeira, C. (2012). Percepção de competência atlética em jovens praticantes de Futebol: Efeitos da posição ocupada no campo, da participação em competição, do tempo e frequência de prática e do clima motivacional...: Perceived athletic competence in young football players: Effects of the position occupied in the field, participation in competition, time and frequency of practice and motivational climate induced by parents. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 12(2), 58–70.
<https://doi.org/10.5628/rpcd.12.02.58>

Wagnsson, S., Stenling, A., Gustafsson, H., & Augustsson, C. (2016). Swedish youth football players' attitudes towards moral decision in sport as predicted by the parent-initiated motivational climate. *Psychology of Sport and Exercise*, 25, 110–114. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.05.003>

- White, S. A., Duda, J. L., & Hart, S. (1992). An Exploratory Examination of the Parent-Initiated Motivational Climate Questionnaire. *Perceptual and Motor Skills*, 75(3), 875–880. <https://doi.org/10.2466/pms.1992.75.3.875>
- White, S. A., Kavussanu, M., Tank, K. M., & Wingate, J. M. (2004). Perceived parental beliefs about the causes of success in sport: Relationship to athletes' achievement goals and personal beliefs. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 14(1), 57–66. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2003.00314.x>
- Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2000). Expectancy–Value Theory of Achievement Motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 68–81. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1015>
- Wilson, S. G., Wilson, M. J., & Baker, J. (2019). Parental sport achievement and the development of athlete expertise. *European Journal of Sport Science*, 19(5), 661–670. <https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1551424>
- World Health Organization. (n.d.). *Adolescent health*. Obtido 9 de abril de 2024, de <https://www.who.int/health-topics/adolescent-health>
- Yaffe, Y. (2023). Systematic review of the differences between mothers and fathers in parenting styles and practices. *Current Psychology*, 42(19), 16011–16024. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01014-6>
- Zhang, Y. (2020). Quality Matters More Than Quantity: Parent–Child Communication and Adolescents' Academic Performance. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01203>