

**MESTRADO**  
CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

**“Serviço de Psicologia e Educação”:  
Implementação e monitorização  
de um serviço educativo num clube  
desportivo**

Mariana Jorge Costa Fonseca

**M**

2022



FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

Relatório apresentado à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação  
da Universidade do Porto, para obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação,  
sob a orientação da Doutora Teresa Silva Dias



## **RESUMO**

O desporto apresenta-se como um contexto privilegiado para o desenvolvimento de capacidades físicas e motoras, mas também de competências sociais e educativas, de comunicação com os/as outros/as e de trabalho em grupo. É nestes moldes que se apresenta o presente relatório de estágio, enquadrado no âmbito do Mestrado em Ciências da Educação, da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP). O estágio profissionalizante configura-se na criação de um Serviço de Psicologia e Educação (SPE) num clube desportivo - Académico Futebol Clube (AFC) - com o objetivo de acompanhar atletas, treinadores/as na prática desportiva e na performance, mas também com o objetivo de incentivar um processo contínuo (e de reflexão) de responsabilidade social e educativa do clube, em que o contexto desportivo possa ser reconhecido como um espaço de desenvolvimento, de aprendizagem e como um elemento que contribui para a transformação na comunidade e nos indivíduos. A par da criação do SPE, está a implementação e monitorização da atividade realizada, desde maio de 2021, até abril de 2022. O presente relatório pretende descrever a experiência que foi vivenciada ao longo do estágio, quer pela abordagem prática, como também pela abordagem metodológica e teórica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação; Desporto; Responsabilidade Social e Educativa; Comunidade; Monitorização; Mediação socioeducativa.

## **ABSTRACT**

Sports is present as a privileged context not only to the development of physical and motor skills, but to social and educational skills, communication with others as well as teamwork. This report accounts for an internship experience within the master's degree in Educational Sciences, in Faculty of Psychology and Educational Sciences of University of Porto. The internship bases itself on forming of a Psychology and Education Service in a sports club - Académico Futebol Clube (AFC) -, its purpose being supporting athletes, and coaches in their sports activity and performance, as well as encouraging a continuous process of reflection of the social and educational responsibility of the sports club, where the sports context could be recognized as a development, and learning space, and as an entity of community change. Alongside the creation of SPE was the implementation and the monitoring of the work activity, since may 2021, until april 2022. The present report aims to describe the experience during the internship, be it the practical approach; or the methodologic, and theoretical approach.

**KEYWORDS:** Education; Sports; Social and Educational Responsibility; Community; Monitoring; Socio-educational mediation.

## **R É S U M É E**

Le sport se présente comme un contexte privilégié pour le développement des habiletés physiques et motrices, mais aussi des habiletés sociales et éducatives, de la communication avec les autres et du travail en groupe. Ce rapport de stage est présenté, dans le cadre du Master en Sciences de l'Éducation, de la Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation de l'Université de Porto. Le stage professionnel est configuré dans la création d'un service de psychologie et d'éducation dans un club sportif - Académico Futebol Clube (AFC) - dans le but d'accompagner les athlètes, les entraîneurs dans la pratique et la performance sportives, mais aussi dans le but d'encourager un processus continu de réflexion de la responsabilité sociale et éducative du club, dans laquelle le contexte sportif est reconnu comme un espace de développement, d'apprentissage et comme un élément qui contribue à la transformation de la communauté et des individus. Parallèlement à la création du SPE, s'inscrit la mise en place et le suivi de l'activité réalisée, de mai 2021 à avril 2022. Ce rapport vise à décrire l'expérience sur le stage, tant par l'approche pratique, que par l'approche méthodologique et théorique.

**MOTS-CLÉS** : Éducation ; Sport ; Responsabilité sociale et éducative ; Communauté ; Motorisation ; Médiation socioéducative.

## AGRADECIMENTOS

Aos meus pais pelo apoio desmedido e porque, sem eles, nada disto era possível.

À minha família, por me ensinarem a acreditar e a lutar pelos meus sonhos.

Em especial, aos meus avós que tanto fizeram por mim. Esta é para e por vocês.

Ao Diogo, que me acompanha há seis anos, que luta e sofre comigo, que me apoia em qualquer decisão, que está presente em todas as conquistas,  
um sincero e grande obrigada.

Aos meus amigos e amigas que tanto de mim aturam e, mesmo assim, continuam a apoiar-me, em todo e qualquer projeto. Obrigada.

À Mentoria FPCEUP e à AEFPCCEUP, onde encontrei pessoas que levo para a vida,  
por contribuírem para uma vida académica mais colorida.

Aos professores e às professoras que foram acompanhando todo o meu percurso, um enorme obrigada por acreditarem em mim e por me proporcionarem oportunidades tão desafiantes e construtivas que me ajudaram a crescer ao nível profissional,  
mas também, e sobretudo, ao nível pessoal.

Em especial à professora Teresa Dias pela confiança e pelo desafio.

## **ABREVIATURAS**

AFC – Académico Futebol Clube

CE – Ciências da Educação

CED – Código de Ética Desportiva

CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens

E – Entrevista<sup>1</sup>

FPCEUP – Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

IPDJ – Instituto Português do Desporto e da Juventude

MCED – Mestrado em Ciências da Educação

MIE – Metodologias de Intervenção em Educação

NT – Nota(s) de Terreno

PNFT – Programa Nacional de Formação de Treinadores

RAD – Resolução Alternativa de Conflitos

SPE – Serviço de Psicologia e Educação

TAD – Tribunal Arbitral do Desporto

TPSR – Teaching Personal and Social Responsibility

UE – União Europeia

---

<sup>1</sup> Quando mencionada a abreviatura, será acompanhada de um número, correspondente à enumeração das entrevistas realizadas.

## ÍNDICE GERAL

|   |    |
|---|----|
| Resumo .....  | 1  |
| Abstract.....   | 2  |
| Résumé .....  | 3  |
| Agradecimentos .....  | 4  |
| Abreviaturas.....   | 5  |
| Índice Geral .....  | 6  |
| Índice de Apêndices.....  | 8  |
| Índice de Figuras .....   | 9  |
| Introdução.....   | 10 |
| Capítulo 1: Apresentação e Caracterização do contexto de intervenção.....                     | 12 |
| Académico Futebol Clube .....   | 12 |
| Capítulo 2: Enquadramento Teórico-Conceptual .....  | 18 |
| Capítulo 3: Procedimentos Ético-Metodológicos.....  | 32 |
| Capítulo 4: Descrição e Discussão da Intervenção.....   | 43 |
| Dicas SPE .....   | 43 |
| Atividades com equipas.....   | 49 |
| Sessões de partilha.....  | 64 |
| A criação do Serviço de Psicologia e Educação no AFC .....                                    | 70 |
| a) Vantagens do SPE .....   | 70 |
| b) Contributo do SPE na missão e objetivos do AFC .....                                       | 72 |
| c) Sugestões de intervenção .....   | 73 |
| Capítulo 5: Perspetivas de Futuro Emergentes e Profissionalidade em Ciências da Educação..... | 76 |
| Referências Bibliográficas.....   | 80 |
| Webgrafia .....   | 83 |
| Apêndices .....   | 84 |



|                 |     |
|-----------------|-----|
| Apêndice 1..... | 84  |
| Apêndice 2..... | 84  |
| Apêndice 3..... | 86  |
| Apêndice 4..... | 88  |
| Apêndice 5..... | 90  |
| Apêndice 6..... | 93  |
| Apêndice 7..... | 95  |
| Apêndice 8..... | 98  |
| Apêndice 9..... | 101 |

## ÍNDICE DE APÊNDICES

Apêndice 1 – Link para o *flipbook* das “Dicas SPE”

Apêndice 2 – Guião nº1 para Treinadores/as

Apêndice 3 – Guião nº2 para Coordenadores/as ou Chefes de Secção

Apêndice 4 – Guião nº3 para Seccionistas

Apêndice 5 – Guião nº4 para Elementos da Direção

Apêndice 6 – Consentimento Esclarecido e Informado

Apêndice 7 – Exemplos para cada categoria e subcategoria da análise de conteúdo realizada

Apêndice 8 – Planeamento da 1ª sessão de partilha “Família no Desporto”

Apêndice 9 – Planeamento da 2ª sessão de partilha “Ética no Desporto”

## ÍNDICE DE FIGURAS

|  |    |
|--|----|
| Figura 1: Organograma do AFC 2021/2022.....  | 14 |
| Figura 2: Cartaz da 1ª sessão de partilha “Família no Desporto” .....  | 64 |
| Figura 3: Cartaz da 2ª sessão de partilha “Ética no Desporto” .....  | 67 |
|  |    |
| Tabela 1: Número de atletas no AFC, por modalidade/secção. ....  | 14 |
| Tabela 2: Análise de conteúdo, com categorias e subcategorias.....   | 40 |
| Tabela 3: Lista de publicações e temas das Dicas SPE.....  | 44 |
| Tabela 4: Descrição e caracterização das equipas onde o SPE desenvolveu, mais ativamente, a sua intervenção..... | 49 |
| Tabela 5: Três modalidades e equipas com atividades e temas destacados. ....                                     | 50 |
| Tabela 6: Planeamento da primeira atividade com a equipa sub9/sub11 de hóquei em patins. ..                      | 52 |
| Tabela 7: Atividades destacadas com a equipa da Academia de Andebol.....   | 55 |
| Tabela 8: Atividades destacadas com a equipa masculina sub12 de basquetebol.....                                 | 60 |
| Tabela 9: Preparação da 1º sessão de partilha “Família no Desporto”.....   | 65 |
| Tabela 10: Preparação da 2ª sessão de partilha “Ética no Desporto”.....  | 67 |

## INTRODUÇÃO

A escolha deste contexto de estágio deve-se às experiências e reflexões que se foram cruzando ao longo do percurso no MCED. Inicialmente decidida a estudar e intervir no contexto da saúde, mais concretamente em escolas, percebi, a dada altura, que não era um tema que me estivesse a motivar, por já haver vários projetos deste carácter a serem desenvolvidos e trabalhados. No âmbito da unidade curricular de Metodologias de Intervenção em Educação (MIE), surge a oportunidade de realização de um trabalho diferente e desafiante, em que se pretendia realizar uma proposta de intervenção num contexto educativo à escolha de cada grupo de trabalho. No caso do grupo em que me inseria, decidimos enveredar pelo contexto desportivo, já que nenhum dos elementos tinha experiência nesta área, ao nível das Ciências da Educação (CE). Logo percebi que o meu interesse pela área do Desporto era maior do que imaginava e foi através desta experiência que consegui refletir sobre todo o meu percurso. Na verdade, o facto de já ter passado pelo mundo desportivo, tanto como atleta, como em contexto organizacional e associativo, fez com que refletisse sobre a ligação próxima ao Desporto, acrescentando interesse em desenvolver projetos nessa área. O contexto de intervenção escolhido para o estágio profissionalizante foi o Académico Futebol Clube, precisamente dando continuidade ao trabalho desenvolvido em MIE.

De modo a conferir fiabilidade à intervenção realizada, apresenta-se, no presente relatório, um conjunto de cinco capítulos: (i) a apresentação e caracterização do contexto de intervenção, (ii) o enquadramento teórico-conceitual, (iii) os procedimentos ético-metodológicos, (iv) a descrição e discussão da intervenção e, por fim, (v) as perspetivas de futuro emergentes e profissionalidade em Ciências da Educação.

No primeiro capítulo, descreve-se a instituição acolhedora, neste caso o AFC e a sua história, missão e valores, com recurso ao website do clube, às notas de terreno recolhidas e aos contributos das entrevistas realizadas. O segundo capítulo corresponde ao enquadramento teórico-conceitual onde se explora a dimensão teórica que fundamenta a intervenção realizada, com base em literatura sobre os contextos de Educação e, em especial, os contextos de educação não-formal; sobre a história do Desporto e de que modo é que o desporto garante um carácter social e educativo, abordando assuntos como a ética desportiva, a responsabilidade social e educativa das instituições desportivas e, ainda, a mediação socioeducativa em contexto desportivo. No terceiro capítulo, abordam-se as questões éticas e metodológicas essenciais à intervenção, nomeadamente as

perspetivas de intervenção introduzidas por Manuel Matos (2004); a descrição das técnicas de investigação e de intervenção utilizadas, assim como do processo de acompanhamento e monitorização do SPE; e, por fim, a apresentação das atividades e ações realizadas. O quarto capítulo diz respeito à descrição e discussão da ação desenvolvida, em que se analisa as atividades e ações realizadas à luz das entrevistas, das notas de terreno e, ainda, da literatura. Por último, o quinto capítulo refere-se à reflexão final, onde se abordam as perspetivas de trabalho futuro com base na experiência de estágio, mencionando potencialidades, oportunidades e constrangimentos encontrados, e, ainda, de que forma é que a área das CE se torna essencial aos contextos profissionais e, concretamente, contextos desportivos.

## CAPÍTULO 1: APRESENTAÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO DE INTERVENÇÃO

Como referido na parte introdutória apresentada, a escolha do contexto prevaleceu de um processo refletivo sobre a experiência vivida no MCED. Importa, neste primeiro capítulo, apresentar e caracterizar a instituição escolhida como local de realização do estágio profissionalizante: o Académico Futebol Clube.

### **Académico Futebol Clube**

A 15 de setembro de 1911, nasceu o Académico Futebol Clube (AFC), uma instituição de utilidade pública e um clube agora centenário, fundado por um grupo de estudantes do Liceu Alexandre Herculano. Situa-se no Porto, perto da zona do Marquês, uma localização privilegiada dada a presença de escolas (públicas e privadas), de residências familiares, do comércio local típico da cidade e de espaços comunitários. É na década de 1920 que se dá início à construção das primeiras instalações do AFC, sendo que, a maior delas, o primeiro campo de futebol em relvado de Portugal, ocorre em 1924, aquando da apropriação da Quinta do Lima, por parte do AFC, equipado também com duas pistas, uma para atletismo e outra para o ciclismo – algo pioneiro no país (Website AFC<sup>2</sup>). Anos mais tarde, em 1927, o AFC estende-se para as instalações do Palacete do Lima, e respetivos anexos, onde se complementam as infraestruturas com um ringue para patinagem e para hóquei em patins, duas quadras de ténis e um campo de basquetebol em terra batida (Website AFC). Durante muitos anos, o AFC e o Estádio do Lima, mais concretamente, eram das estruturas desportivas mais divulgadas e utilizadas do país (Website AFC). Assim sendo, caracterizava-se como uma das instituições desportivas pioneiras, tornando-se “(...) à época indiscutivelmente um dos melhores complexos desportivos do país e da Península Ibérica” (*idem*),

“(…) nós ficamos só com uma parte à volta do Palacete do Lima, que vocês conhecem, e que era onde tínhamos courts de ténis. Mais tarde os courts de ténis deram o lugar ao ringue de patinagem e depois esse ringue de patinagem deu lugar a um primeiro pavilhão. O primeiro pavilhão que deu uma nova vida ao Académico [AFC], porque, embora não tenha sido o primeiro pavilhão da cidade, (...) era um pavilhão muito central (...) as pessoas viviam muito para aqui (...). Portanto, foi mais uma vez uma altura em que, já

---

<sup>2</sup> O Website do AFC pode ser consultado aqui: <https://www.academicofc.pt/>

tínhamos tido uma fase muito boa quando o nosso estádio chegou a ser o melhor estádio da Península Ibérica” (E3, Presidente).

O AFC é um clube de referência, já que, desde a sua fundação, se guiava pela inovação, pela formação, pelo desenvolvimento, tanto do clube em si, como do desporto da cidade, chegando mesmo a ser um dos membros fundadores “(...) de quase todas as Associações Desportivas do Porto e conseqüentemente das respectivas Federações” (Website AFC).

Apesar de toda a sua glória e tradição, o Estádio do Lima, teve de ser demolido, mas nem isso, nem a excedente evolução desportiva fez com que o AFC perdesse a sua essência ou a sua vontade de trabalhar para que o clube continuasse a ter impacto, mantendo sempre o orgulho e os valores com os quais se comprometeu (Website AFC). Em 1966, é inaugurado o Pavilhão do Lima, um espaço considerado moderno e inovador, devido à falta deste tipo de pavilhões na cidade do Porto, onde se realizavam campeonatos nacionais de andebol, hóquei em patins e basquetebol. Tem vindo a ser “(...) palco de um sem fim de utilizações, desportivas, culturais, políticas, de lazer e religiosas e é uma das infra-estruturas desportivas mais antigas da cidade e do país” (Website AFC).

“(...) o pavilhão do Académico [AFC] passou a ser o centro da cidade do ponto de vista dos espetáculos, dos congressos. Havia de tal maneira que nós, a nossa sigla, é AFC, que diziam que era Assembleias, Festas e Comícios, porque tudo se fazia no nosso pavilhão” (E3, Presidente).

Atualmente, o AFC ainda se localiza nas mesmas instalações e apresenta um conjunto de modalidades que agrupa a maioria dos escalões de formação e de competição, são elas: Andebol, Basquetebol, Bilhar, Campismo e Montanhismo, Hóquei em Patins, Judo, Patinagem Artística, Patinagem de Velocidade e TeqBall. Cada secção conta com vários agentes desportivos, nomeadamente treinadores/as, coordenadores/as técnicos/as e/ou de formação, chefes de secção, seccionistas (comummente pais e mães), dirigentes e, em alguns casos, monitores/as, departamentos de marketing e fisioterapia, responsáveis administrativos/as e financeiros/as e preparadores/as físicos/as (ver Figura 1).

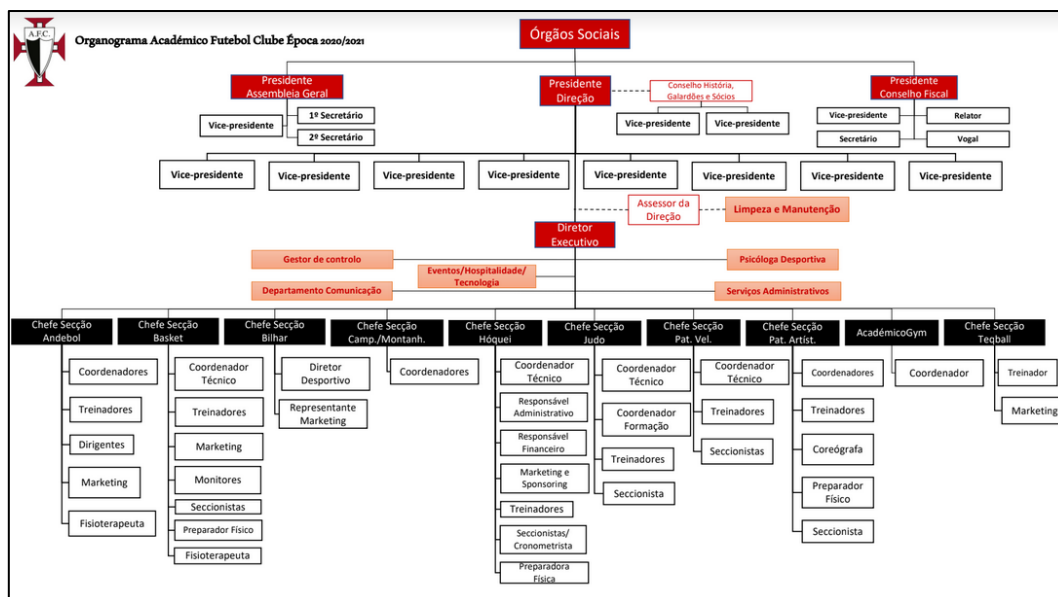


Figura 1: Organograma do AFC 2021/2022.

No total, o AFC conta com 631 atletas (ver Tabela 1), distribuídos/as pelas oito modalidades que o clube oferece, nos diferentes escalões, entre todas as equipas masculinas, femininas ou mistas de cada modalidade/secção.

Tabela 1: Número de atletas no AFC, por modalidade/secção.

| Total Atletas AFC       |               |
|-------------------------|---------------|
| Secção                  | Nº de Atletas |
| Andebol                 | 176           |
| Basquetebol             | 251           |
| Bilhar                  | 12            |
| Hóquei em Patins        | 113           |
| Judo                    | 20            |
| Patinagem de Velocidade | 22            |
| Patinagem Artística     | 30            |
| TeqBall                 | 7             |
| <b>Total</b>            | <b>631</b>    |

Nota: Os dados apresentados na Tabela 1 referem-se a outubro de 2021.

Assim, e de modo a dar resposta a todas as modalidades e todos/as os/as atletas, o AFC dispõe de um vasto espaço, nomeadamente dois pavilhões, o pavilhão do Lima A e o pavilhão do Lima B, um pavilhão mais pequeno – dedicado ao Ginásio (AcadémicoGym), à Fisioterapia, à secção de Bilhar e de Judo –, e um ringue ao ar livre apelidado de Playground. Além disso, também usufruem de outros espaços, com a permissão da



Câmara Municipal do Porto e de forma a protocolar com as entidades respetivas, como por exemplo o pavilhão do Perpétuo Socorro, Escola do Viso, Colégio D. Duarte e Irene Lisboa. Dispõe, ainda, de uma parte interior, composta pelo bar, no piso 0, e pela sede, no piso 1, onde se localizam os escritórios, a sala de troféus, as salas de algumas das secções, a sala da biblioteca, a secretaria e a sala de reuniões.

“Apesar de já ter visitado o Académico [AFC] no ano letivo anterior, desta vez entrei no espaço com um outro olhar, um olhar mais crítico e atento aos pormenores. Relembrando, igualmente, dos espaços exteriores que o AFC dispõe, como os pavilhões de treinos, o ringue, o ginásio/fisioterapia e a secção de Bilhar no mesmo compartimento, o bar e a zona da Direção, secretaria, das salas das secções, tudo isso estava como eu tinha observado em maio” (NT, 23/09/2021).

Está, ainda, integrado no complexo do AFC, e junto da secção de Campismo e Montanhismo, uma loja, chamada Dona Pytanga, que abriu recentemente e que se destina à venda de diversos produtos, como roupa de desporto e de verão, cosméticos, alimentação saudável e merchandising do AFC, proporcionando aos/às agentes desportivos produtos do quotidiano, dentro e fora de campo.

“(…) a professora Teresa chega e vamos à nova loja que o AFC tem, a Dona Pytanga – uma loja de roupa (desportiva, de verão e até meias), suplementos alimentares e de merchandising do AFC, produtos de cabelo/cosmética, bijuteria. Conhecemos uma das fundadoras da Dona Pytanga que nos apresentou o espaço e os produtos que vendem. Pareceu-me uma iniciativa muito interessante, já que o objetivo é dar aos/às atletas e a todos/as os/as agentes desportivos envolvidos uma experiência única, dentro e fora de campo, quer seja através da promoção de uma alimentação saudável, como de produtos conscientes para usar no seu quotidiano” (NT, 23/09/2021).

A nível de serviços complementares, como já referido, conta com o serviço de Fisioterapia, localizado na zona do Ginásio, disponível para todos/as os/as atletas que precisarem de recorrer quando estão lesionados/as ou mesmo para prevenir lesões. Existe, ainda, um serviço que presta apoio à comunidade desportiva do AFC, através de intervenções no âmbito da educação e da psicologia. O serviço foi criado na época desportiva 2020/2021 e expandiu-se na época de 2021/2022 para o Serviço de Psicologia e Educação, apelidado de SPE AFC, com mais três membros, uma psicóloga e duas estagiárias. O SPE AFC será abordado, com detalhe, no capítulo 4 deste relatório.

Embora toda a dimensão e dinâmica que o clube apresenta, há perspectivas que consideram que o clube tem uma lógica antiquada, que se prende muito com o passado e com o que o AFC outrora foi,

“Ficamos sempre um pouco naquela coisa do que tínhamos sido. Tínhamos tido um passado fantástico, muito bom e tal e, os nossos dirigentes também, mas também o 25 de Abril, enfim, houve uma série de circunstancialismos que fez com que o clube fosse perdendo progressivamente cada vez mais capacidade” (E3, Presidente).

“Mas acho que é um clube que está a ser regido ainda muito *old school*, muito presos ao passado, e isso não permite o crescimento e o desenvolvimento que deveria de estar a ter” (E6, Treinadora).

No entanto, o AFC tem trabalhado na inovação, na tentativa de combater a tendência de estar focado apenas e só no passado, admitindo que o passado é valioso e a história importa, mas, dadas as alterações sociais, é necessário adaptar, valorizando a localização, as secções/modalidades e todos os agentes desportivos presentes na comunidade AFC que permitem a inovação e adaptação constante do clube.

Assim, a dinâmica do AFC tem vindo a alterar-se, assentando na responsabilidade social, no trabalho em equipa e sentido de pertença, traduzindo-se na valorização da sua identidade, por parte do clube e por quem por lá passa. Tem, portanto, como missão “Afirmar-se por uma conduta íntegra e socialmente solidária dos seus membros, alicerçada numa formação humanista e desportiva marcada pela constante procura da excelência” (Website AFC). Para cumprir esta missão, o AFC define a sua visão do desporto, enquadrada em determinados parâmetros, sendo que alguns merecem o destaque:

“Acreditar nos valores da prática desportiva como meio de formação dos jovens, de desenvolvimento de competências sociais e de luta contra a doença. (...);

Agregar todos os sócios, atletas, pais de atletas e ex-atletas que aceitem a cultura e os estatutos do AFC;

Não recusar a constante adequação aos tempos modernos, reinventando-se na constante procura da inovação e adequação às expectativas das novas gerações” (Website AFC).

Estes três parâmetros articulam-se com alguns valores que também são definidos pelo AFC, como por exemplo:

“Superação individual e coletiva; Solidariedade; (...); Justiça; Igualdade; (...); Inovação; Empreendedorismo; Cidadania e Voluntariado (...)” (*idem*).

Conectada com esta temática está a responsabilidade social, por um lado pela formação e desenvolvimento dos/as atletas, e por outro lado pela articulação com serviços sociais, como por exemplo a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ), que tem vindo a ser um parceiro do AFC na tentativa de integrar crianças e jovens em risco no contexto desportivo.

Mesmo em tempos de pandemia, o AFC mostrou a sua resiliência, adotando iniciativas ao nível virtual, nomeadamente através das redes sociais Facebook e Instagram, que contemplavam temáticas relacionadas com o desporto, com a educação, ainda de que de forma indireta, por exemplo, publicações sobre o Dia da Mulher, valorizando o papel da mulher atleta no desporto e da mulher na sociedade em geral, publicações sobre a alimentação saudável, articulando com o serviço de Nutrição, presente no clube, na altura; *Lives* de Instagram sobre “Ser mãe-atleta” (um dos exemplos); publicações sobre o Dia do Pai ou o Dia da Mãe, sobre a causa LGBTI+, como também sobre dicas e curiosidades sobre o clube. Assim, o AFC demonstra a sua contínua inovação, adaptando-se aos demais contextos e situações que vão surgindo, como foi o caso da Covid-19, salvaguardando sempre a interação com os/as seus/suas atletas e a discussão dos vários temas atuais e importantes a todos/as. Atualmente, o AFC mantém esta perspetiva inovadora de interagir através das redes sociais, da sua própria App, com o objetivo de se aproximar dos agentes desportivos e de aperfeiçoar a sua comunicação, quer através da publicação de notícias, das informações das secções, dos resultados de cada jogo, bem como do surgimento de atividades ou iniciativas.

Percebe-se que o AFC desempenha um papel importante na comunidade, dado o esforço contínuo para a formação e desenvolvimento, desportivo e pessoal, de todos/as aqueles/as que estão ligados ao clube, sejam agentes desportivos ou instituições de outra natureza (social, académica, política). Todas estas preocupações, iniciativas e articulações têm contribuído, inegavelmente, para a responsabilidade social e educativa do AFC.

## CAPÍTULO 2: ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL

De acordo com vários/as autores/as, as formas de Educação que garantem um maior consenso são três: a educação formal, a educação não-formal e a educação informal (Coombs & Ahmed, 1974; Rogers, 2005, Canário, 2006; Alves, 2014). Tendo como referência esta premissa, importa descrever os três tipos de educação. A educação formal é a forma de educação mais comum e é a que corresponde, em grande parte, à educação escolar, caracterizando-se por ser “(...) institutionalized, chronologically graded and hierarchically structured” (Coombs & Ahmed, 1974, p. 8). Considerando a educação não-formal, Canário afirma que corresponde à “(...) aprendizagem de coisas que não são ensinadas, ou seja, que não obedecem aos requisitos do modelo escolar (...)” (Canário, 2006, p. 160). Já a educação informal associa-se a “(...) todas as aprendizagens que podem ocorrer ao longo e ao largo da vida com uma natureza não organizada e não sistemática, embora ocupando grande parte do tempo de vida de um indivíduo” (Alves, 2014, p. 118). Ou seja, o ser humano está constantemente em aprendizagem e envolvido em processos educativos, embora se considerem contextos e momentos específicos para tal.

Importa, agora, focar nos dois primeiros contextos educativos referidos, que se configuram numa perspetiva mais concreta da Educação. Os contextos de educação formal têm como finalidade educativa as aprendizagens de um determinado conjunto de saberes previstos num currículo (Cosme & Trindade, 2007), enquanto as finalidades educativas dos contextos de educação não-formal “(...) são as experiências pessoais e sociais, bem como as vivências significativas e mobilizadoras que justificam a sua existência e importância no âmbito das sociedades contemporâneas” (*idem*, p. 23). Como Boavida e Amado (2008) referem, a educação é:

“(...) algo demasiado rico e complexo, que transcende em muito o meio escolar e a sua problemática específica, com modalidades e formas concretas, antes e depois desse período restrito de formação, e que se manifesta de uma maneira evidente, e sempre, em todas as culturas (...)” (Boavida & Amado, 2008, p. 160).

Contudo, não se pretende argumentar que os dois tipos de educação apresentados ocorram separadamente ou que sejam antagónicos, muito pelo contrário, ambos se interligam e acontecem em simultâneo, uma vez que, como Canário evidencia, “(...) a escola constitui um ecossistema de aprendizagem que integra, simultaneamente, tanto as

atividades formais, características da sala de aula, quanto as modalidades educativas não-formais que ocorrem, em permanência, fora dela” (Canário, 2006, p. 196). Tendo esta perspectiva em mente, é necessário considerar que, por um lado, a educação formal tem vindo a adotar, precisamente, estratégias de educação não-formal, e os próprios contextos educativos não-formais têm vindo a ser reconhecidos e obtido maior visibilidade no meio escolar (Alves, 2014), assim como tem em conta, igualmente, as experiências e vivências dos/as intervenientes do processo educativo (Cosme & Trindade, 2007). Por outro lado, a educação não-formal constitui-se em “(...) any form of systematic learning conducted outside of a formal organization (...)” (Rogers, 2005, p. 1) e os contextos educativos são, em si mesmos, potenciadores de aprendizagens significativas “(...) que resultam das experiências vividas por todos aqueles que percorrem tais contextos” (Cosme & Trindade, 2007, p. 23).

Portanto, os contextos educativos não-formais, devido à sua natureza e abertura à aprendizagem, constroem processos educativos dignos e valiosos à vida dos/as participantes, pelo que podem e devem funcionar como um complemento aos espaços de educação formal (Cosme & Trindade, 2007).

Explicitados os dois tipos de educação, pode afirmar-se que o contexto desportivo se confere como um contexto educativo não-formal que, na maioria das vezes, surge como complementar aos contextos educativos formais. O Desporto é considerado uma prática antiga: “A actividade mais ou menos desportiva será, provavelmente, tão velha como o Mundo” (Ferreira, 2004, p. 151). Remonta ao período da Pré-História, desde atividades como a caça, a pesca, a luta, até atividades como corrida, lançamento e salto (Ferreira, 2004). É com base neste conjunto de atividades que o próprio conceito de desporto se começa a definir, uma vez que se utilizavam competências como fugir do perigo ou caçar as presas, e é a partir deste momento que se formam jogos e atividades desportivas (*idem*). Inicialmente, a ideia de desporto baseava-se na tradição e transmissão de jogos entre gerações, importava sobretudo o “jogo”, “(...) simples e primitivo, com regras elementares” (Ferreira, 2004, p. 151).

Com o decorrer das décadas, a própria tradição foi-se esbatendo, o ser humano começou a introduzir novos jogos, novas tradições, não apenas com o objetivo de os praticar, mas também para estar e conviver com os/as outros/as, por forma a competir com os/as seus/suas iguais (Ferreira, 2004). É já na Grécia Antiga que a prática de exercício físico e de jogos atléticos começa a contemplar tanto a dimensão da competição,

como a dimensão mais institucional do desporto que, “(...) integrando-se nos costumes e na vida nacional, adquiriu um carácter educativo, religioso e estético” (Ferreira, 2004, p. 152). Organizam-se, assim, os Jogos Olímpicos, também na Grécia Antiga, com um carácter principalmente religioso - por conta de toda a glorificação aos Deuses -, mas também com um carácter competitivo, devido às lutas entre gregos e romanos que ultrapassavam a dimensão política e histórica (Ferreira, 2004). É assim que o Desporto ganha uma forma mais completa, bem como a ideia de competição que contemplava regras e a presença de juízes para verificarem o cumprimento dessas regras, com o maior rigor possível, quer a nível da participação, como ao nível de corrupções (*idem*).

Além das noções já aqui tratadas, existem outras questões importantes a debater, nomeadamente o facto de o Desporto não ser obrigatório. O Desporto é de carácter voluntári, em que, muitas vezes, lhe é atribuído a designação de “distração” (Ferreira, 2004) e o faça depender da “(...) existência de tempos livres, de lazeres ou ócios, os quais, nos tempos primitivos eram reduzidos” (Ferreira, 2004, p. 152). Contudo, não é por isso que é considerado menos sério ou que tem menos importância, apenas por ser uma “ocupação dos tempos livres” (Ferreira, 2004). Por outro lado, e considerando o campo militar, a prática de exercício físico como forma de preparação militar era imprescindível, mas essa prática tornou-se, no entanto, um “(...) espetáculo preferencial para divertir as multidões, esquecendo-se a sua finalidade de sistema complementar da instrução” (Ferreira, 2004, p. 156). Esta noção da instrução liga-se, inevitavelmente, à questão do ensino, da aprendizagem e a tudo aquilo que o desporto pode proporcionar enquanto desenvolvimento social e pessoal.

É sabido que a prática de exercício físico se considera essencial à saúde humana, física e psicológica (Faria, 2005), pois revela-se “(...) as a key means of improving health and wellbeing in many countries (Mansfield & Piggin, 2016)” (Lee & Potrac, 2021, p. 1). Está previsto no Livro Branco sobre o Desporto, apresentado pela Comissão Europeia em 2007, um dos objetivos é precisamente “Melhorar a saúde pública graças à atividade física” (Comissão Europeia, 2007, p. 3), implementando um conjunto de programas que promovem a Saúde Pública e a promoção de atividades físicas benéficas à saúde, como por exemplo a HEPA – Health-Enhancing Physical Activity (Comissão Europeia, 2007), assim como programas junto de comunidades mais jovens, de forma a promover a cooperação entre as organizações desportivas e a sociedade civil.

Porém, o desporto tem ultrapassado a barreira da prática de exercício ou atividade física, conferindo-se numa nova conceção, associado a um carácter mais subjetivo, nomeadamente no que diz respeito ao desenvolvimento social e ao ensino de competências socio emocionais, já que “(...) there is a resemblance between performance excellence in sport and personal excellence in life” (Hassandra & Goudas, 2010, p. 276). Além disso, o desporto promove um espaço para o desenvolvimento de capacidades ao nível académico, mas também ao nível de relações interpessoais e de carácter pessoal (Hayden et al., 2012). Existe, ainda, uma “(...) apparent similarity between the mental skills needed for successful performance in sport and in non-sport domains” (Danish, Forneris & Wallace, 2005, cit. in Hassandra & Goudas, 2010, p. 276), isto é, as competências sociais adquiridas através da prática desportiva são transversais à vida pessoal dos/as atletas. Este carácter social do desporto também é tido em consideração no Livro Branco sobre o Desporto, com a enumeração de alguns objetivos, como por exemplo:

- “Reforçar o papel do desporto na educação e na formação”;
- “Promover o voluntariado e a cidadania activa através do desporto”;
- “Utilizar o potencial do desporto para favorecer a inclusão social, a integração e a igualdade de oportunidades”;
- “Reforçar a prevenção e a luta contra o racismo e a violência”;
- “Partilhar os nossos valores com outras regiões do mundo”.

(Comissão Europeia, 2007, pp. 5-10).

Os objetivos elencados mostram uma articulação com a dimensão da aprendizagem e com o desenvolvimento de competências sociais e pessoais que destacam, precisamente, o potencial do Desporto enquanto promotor de igualdade, de uma relação próxima e de respeito com todos os membros, clubes e instituições (Comissão Europeia, 2007), contribuindo para um trabalho cooperativo entre organizações desportivas e comunidades locais. Pretende-se uma Comunidade Europeia do Desporto, onde a partilha, o respeito e a igualdade são os valores privilegiados.

Aliás, considerando uma proposta mais recente, uma nova agenda do Desporto para 2021-2027, apresenta-se precisamente a ideia de uma dimensão europeia do Desporto, onde se pretende uma interpretação do desporto além das atividades nos clubes e demais contextos desportivos, onde se eleve a função social e educacional do desporto às

comunidades (Silva, 2021). De acordo com a proposta da nova agenda, esta evolução e inovação deve-se a uma nova perceção do desporto em toda a União Europeia (UE) que remete para mudanças sociais e novas motivações da população,

“(…) reforçada pela evidência da importância do desporto na sua múltipla abrangência (atividade física não estruturada, exercício e atividade desportiva) na saúde e bem-estar; na investigação e inovação; na proteção ambiental; na educação, coesão territorial e social” (Silva, 2021, p. 1).

As mudanças sociais foram-se demarcando através do aumento das migrações culturais, da globalização e, consecutivamente, da diversidade cultural (Silva, 2021). De igual forma, o desporto tem sofrido alterações, por exemplo pelo facto de haver cada vez mais atletas em Portugal de outros países e nacionalidades, aumentando o fenómeno da violência desportiva, algo que se tem vindo a tornar uma preocupação e um desafio à comunidade desportiva (Comissão Europeia, 2007). No entanto, o desporto tende a perspetivar o oposto, uma vez que este deve ser entendido como um contexto favorável à integração e inclusão social e comunitária (Pereira et al., 2012) e, ainda, como um lugar onde predomine o respeito e entendimento entre nacionalidades e culturas, “(…) sport contributes to a wide range of ideals such as respect for multiculturalism, intercultural understanding, reconciliation and social integration (Munro, 2009; Peace Games, 2006; Brion-Meisels & Corcoran, 2006)” (Kamberidou, 2011, p. 206). Configura-se, exatamente, o desporto como um espaço sociocultural e como ferramenta de intervenção social que diminui a violência, o racismo e a intolerância (Kamberidou, 2011). Naturalmente, este fator varia conforme as situações socioculturais e o tipo de programas em que os contextos desportivos estão inseridos.

Além das características apresentadas, e enquadrado nas mudanças sociais ao longo do tempo, é inegável o impacto da pandemia Covid-19 que tem sido extremamente intenso e, até, irreversível, juntamente com o confinamento e as regras de distanciamento físico que, de modo geral, “(…) tiveram implicações dramáticas para todo o setor desportivo, afetando as instituições promotoras do desporto como um todo” (Silva, 2021, p. 1). É neste sentido que, mais uma vez, se enquadra a proposta de uma nova agenda do Desporto, com o objetivo de recuperar dos impactos da pandemia, elencando-se algumas áreas prioritárias desta recuperação. Por exemplo, uma das áreas prioritárias refere-se à vertente comunitária do desporto, “Desporto e a dimensão social e comunitária e de inclusão”, reiterando a potencialidade do desporto como forma de integração/inclusão,



“(…) privilegiando a igualdade, o trabalho em equipa e os objetivos comuns, promovendo a cidadania ativa e valores humanos fundamentais, como respeito e tolerância, bem como habilidades transversais, como comunicação, liderança, autodisciplina e espírito de equipa, as tão designadas *soft skills*” (Silva, 2021, p. 3).

Torna-se relevante acrescentar a esta perspetiva, os contributos presentes no Código de Ética Desportiva (CED). O CED pressupõe, de uma forma geral, valores, princípios e atitudes que devem ser consideradas na prática desportiva, assim como enquanto participante desportivo, seja atleta, árbitro/a, pai/mãe, treinador/a, técnico/a. Como referido no documento:

“Falar de ética no desporto é centrarmo-nos em valores que deverão estar presentes na orientação dos praticantes, em todos os agentes desportivos e no movimento associativo, de forma a que o desporto se possa constituir como um verdadeiro fator educacional, de integração e inclusão social, contribuindo para o desenvolvimento de todas as potencialidades humanas e consciencialização de todos os agentes que se relacionam com o desporto quanto à respetiva responsabilidade na observância de comportamentos leais e que possam servir de modelo positivo para os mais jovens” (IPDJ, 2014, p. 9).

Mais uma vez, é possível afirmar que o contexto desportivo é um contexto propenso à partilha de valores sociais e educacionais, à integração/inclusão, à responsabilidade, ao desenvolvimento, todos estes parâmetros que contribuem para a construção de uma Cidadania Desportiva, como é referido no CED, “Nos dias de hoje, o desporto deve ser, cada vez mais, uma Escola de Liberdade e uma autêntica Escola de Cidadania” (IPDJ, 2014, p. 8). Algo relativamente curioso é que, tanto os primórdios do Desporto, como do conceito de cidadania se consagraram na Grécia Antiga e ambos detinham uma conceção fechada, cumpridora de regras e normas. Nos tempos atuais, percebe-se que, tanto o desporto como a cidadania, se foram desenvolvendo e evoluindo a par das mudanças sociais e históricas, mas, ainda assim, configuram um conjunto de similaridades. A cidadania liga-se, na maioria das vezes, à vertente política e social, definindo-se como um estado de participação “(…) that allows a person to ‘participate with their fellow citizens in making the collective decisions that regulate social life’” (Guschwan, 2013, p. 859). Pode inferir-se que uma das formas de participação, e onde se pode exercer a cidadania, é o contexto desportivo. Como Guschwan (2013) afirma, “Spectator sport attracts mass audiences and hyperbolized media attention and has functioned as a stage for politicians, athletes, or other citizens to express political ideas” (*idem*, p. 861), ou seja, o desporto revela-se como um espaço aberto à participação política e à disseminação de

ideais políticos, considere-se o exemplo da igualdade, referido anteriormente, em que o desporto consegue contribuir para equilibrar a balança da justiça social.

Pensando ainda no desporto como uma “Escola de Cidadania”, também a participação de diversos agentes desportivos é essencial, desde “(...) praticantes, treinadores, árbitros, juízes, profissionais de saúde, dirigentes, jornalistas, educadores, encarregados de educação, entidades desportivas, empresários, espectadores e adeptos” (IPDJ, 2014, p. 9), pressupondo-se um maior desenvolvimento das práticas e valores referidos anteriormente. No que diz respeito à família, é considerado um elemento essencial na participação das crianças e jovens no desporto, “Parents play an important role in this participation, as they usually contribute to children’s initial sport involvement and provide concrete and emotional support throughout children’s sport careers (Fredericks & Eccles, 2005)” (Bonavolontà et al., 2021, p. 1). Segundo Fredericks e Eccles (2004, cit. in Andrade, 2013), existem três formas fundamentais de os/as pais/mães desempenharem o seu papel na vida desportiva dos/as filhos/as: o de (i) gerar oportunidades, de (ii) interpretar experiências e de (iii) ser um modelo. Na primeira hipótese, gerar oportunidades, refere-se ao momento inicial do envolvimento no mundo desportivo, desde a inscrição num clube, o transporte para os treinos/competições, pagar equipamentos e materiais necessários (Andrade, 2013). No que diz respeito a interpretar as experiências, “(...) os pais funcionam como mediadores entre as experiências e a avaliação cognitiva que os filhos fazem da sua prática” (Andrade, 2013, p. 2). Por fim, os/as pais/mães podem funcionar como um modelo de comportamento positivo, “(...) quer pelas suas atitudes, pelos seus comportamentos ou pela forma como vivenciam as práticas desportivas” (Andrade, 2013, p. 3). A participação dos/as pais/mães deve ser equilibrada entre (i) o suporte à participação dos/as filhos/as (tendo o poder de decisão, mas dando-lhes também autonomia), (ii) o apoio aos/às treinadores/as e às suas decisões e (iii) a participação nas atividades promovidas pelos clubes ou outros contextos desportivos (Hellstedt, 1987, cit. in Andrade, 2013).

Relativamente aos/às treinadores/as, estes/as desempenham um papel fundamental na prática desportiva, quer no desenvolvimento motor e físico dos/as atletas, como também no seu desenvolvimento pessoal e social (Santos et al., 2016). Como é referido no CED, os/as treinadores/as devem cumprir um conjunto de princípios que lhes permitem incentivar o desenvolvimento do/a atleta, mantendo uma postura ética, de respeito e de proximidade, adaptando o seu modelo de treino e a sua prática perante a equipa e atletas

(IPDJ, 2014). No caso específico português, os/as treinadores/as devem realizar o Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT), proposto pelo IPDJ e pelas federações, onde existe uma parte dedicada à Educação, nomeadamente referindo que

“Os propósitos da prática desportiva não se esgotam no desenvolvimento de competências corporais e motoras, devendo situar-se, também, no fomento de valores e atitudes, cruciais para o desenvolvimento da literacia desportiva e da filiação à prática desportiva para a vida” (IPDJ, 2016, p. 4).

Acrescenta, ainda, que o/a treinador/a deve manter a preocupação pelo desenvolvimento formativo e educativo dos/as atletas, assim como a responsabilidade de reflexão e intervenção sobre problemas cívicos, sociais e éticos (IPDJ, 2016). Assim sendo, o papel de treinador/a é fulcral na criação e promoção de um percurso de desenvolvimento saudável e completo de um/a atleta (Santos et al., 2016; Falcão et al., 2012), pelo que devem recorrer a diversas estratégias e metodologias que promovam esse desenvolvimento. Por um lado, há vários fatores que influenciam a escolha das suas estratégias/metodologias, desde logo o seu quadro de valores/crenças e o contexto social no qual estão inseridos/as (Santos, 2016); por outro lado, nem sempre os/as treinadores/as consideram ter uma estratégia concreta que os permita medir o desenvolvimento do/a atleta (Falcão et al., 2012). Contudo, quando integrados/as em programas de formação ou em workshops, os/as treinadores/as mostram adquirir um conjunto de saberes e de competências profissionais que permitem a melhor organização da sua prática com base em estratégias educativas, como por exemplo, “(...) behaviors and feedback style, as well increased team cohesion, athletes’ cognitive abilities, focus, communication skills and ability to work with others” (Falcão et al., 2012, p. 431). Neste seguimento, destaca-se, mais uma vez, a importância do contexto desportivo como um meio educativo, seja de educação formal, informal ou não-formal, nomeadamente para agentes desportivos como os/as treinadores/as.

Naturalmente, o contexto desportivo contempla muito mais do que apenas treinadores/as sendo importante considerar que também as instituições desportivas em si mesmas contribuem para a ideia do Desporto como um meio educativo, como uma “Escola de Cidadania”, para o desenvolvimento dos/as atletas e, claro, de todos os agentes desportivos integrados. Porém, coloca-se a questão: de que forma é que as instituições desportivas tornam o mundo desportivo mais inclusivo, mais ético e socialmente mais responsável?

De modo a promover uma maior responsabilidade social desportiva e, por isso, uma prática desportiva mais plena, têm surgido vários programas e modelos de responsabilidade social e pessoal destinados a crianças e jovens. Estes programas assumem o principal objetivo de promover a responsabilidade social e pessoal, não só de atletas e estudantes, mas também das próprias instituições desportivas, das instituições escolares, de treinadores/as, de docentes, de famílias, pessoal administrativo, procurando proporcionar experiências desportivas e educativas significativas (Hayden et al., 2012). Um dos modelos é proposto por Don Hellison e denomina-se *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) que se baseia no ensino de valores e competências, através da atividade física (Hellison, 2011). Segundo o autor, a aprendizagem de valores pessoais e sociais não pode estar separada da atividade física, uma vez que esta é essencial ao modelo, assim como os valores são essenciais às relações interpessoais: “(...) values are central to human relationships, decision-making, and the development of life skills” (Hellison, 2011, p. 6). O TPSR é implementado quer em contextos de educação formal (escola), como em contextos de educação não-formal (programas extraescolares), e alargado a diversas realidades, nomeadamente em comunidades desfavorecidas (Hellison, 2011). Além de ser promovida a aprendizagem de valores e competências sociais, como referido acima, permite ainda ajudar crianças e jovens a lidar com problemas sociais que enfrentam diariamente, potenciando o seu desenvolvimento pessoal e social (*idem*). Porém, o próprio autor afirma que não existem “milagres”, mas pelo menos garante a importância de ir construindo espaços e oportunidades que permitam o desenvolvimento e a aprendizagem, seja ao nível pessoal e de relação com os/as outros/as, seja ao nível coletivo e de relação com a sociedade, “There are no silver bullets to solve the problems kids face today, and that includes TPSR. The best most of us can do is plant seeds with the kids” (Hellison, 2011, p. 15).

Outro exemplo de modelo é o *Sport Education* que se define como um “(...) curriculum and instruction model designed to provide authentic, educationally rich sport experiences for girls and boys in the context of school physical education” (Siedentop, 1998, p. 18). O objetivo do modelo *Sport Education* consiste em “(...) help students become competent, literate and enthusiastic sports persons” (Siedentop, 1998, p. 20), isto é, conceber a prática de educação física de um modo mais consciente e mais próximo daquilo que é a prática dentro do mundo desportivo, seja através de (i) uma maior participação nas aulas, de (ii) maior interação entre alunos/as e com o/a professor/a ou de

(iii) uma noção mais objetiva do conceito de grupo (Siedentop, 1998). Também este modelo se caracteriza pela preservação do meio desportivo e das suas aprendizagens, seja pela vertente física, ou seja, aprender um conjunto de capacidades físicas que permitam realizar exercícios e ter um estilo de vida saudável e ativo, mas também no que toca a melhoria de processos de decisão, a uma maior participação comunitária, a uma maior capacidade de trabalho em equipa e grupos fora do contexto desportivo, que contribui, igualmente, para uma vida ativa, neste caso, ao nível social (*idem*).

Aliado à ideia dos dois modelos apresentados, encontram-se serviços educativos integrados em clubes desportivos: Futebol Clube do Porto, Boavista Futebol Clube e Sporting Clube de Portugal são alguns dos clubes portugueses que acolhem este tipo de serviços, em estreita articulação com a vertente da psicologia. Apesar de não existir muita evidência científica sobre os efeitos destes serviços no que toca à mudança social ou resultados positivos ao nível educativo (Lyras & Hums, 2009), é um trabalho que está a ser realizado e tem ganho reconhecimento ao longo dos anos ao nível nacional e internacional. Observe-se o caso do Reino Unido, por exemplo, os serviços de psicologia e educação organizam-se em torno da participação individual e coletiva na comunidade desportiva. Nitidamente, o contexto e o local onde esses serviços são implementados influenciam a forma de participação e as experiências pessoais (Lee & Potrac, 2021). Associado à participação desportiva e integração de serviços de psicologia e educação, estão 5 objetivos que devem ser atingidos: “(...) a) physical wellbeing; b) mental wellbeing; c) individual development; d) social and community development; and e) economic development” (Lee & Patroc, 2021, p. 1).

Contudo, existem também impactos negativos no que toca à participação e prática desportiva, mais concretamente para os/as jovens, ao nível físico, mental e social (Lee & Potrac, 2021), como por exemplo:

“(...) o desenvolvimento de uma baixa auto-estima, a aprendizagem de comportamentos agressivos, a experimentação de ansiedade excessiva, o risco de lesões, o desenvolvimento de sentimentos de medo relativamente ao desempenho desportivo ou o evitamento de participação em actividades desportivas” (Dias, 2011, p. 2).

Estes impactos negativos podem ser colmatados e leva-nos, novamente, para a possibilidade que o desporto tem de promover o desenvolvimento pessoal e social, neste caso, através de serviços de psicologia e de educação. Mais do que colmatar, estes serviços permitem, sobretudo, prevenir os impactos negativos, nomeadamente alguns dos

apresentados acima: a baixa autoestima, a ansiedade excessiva, o medo perante a performance desportiva e a diminuição da participação em atividades desportivas (*idem*).

Tanto as vantagens, como as desvantagens da participação desportiva são influenciadas pelas trajetórias individuais, direcionando a participação desportiva de crianças e jovens por uns ou outros caminhos, especificamente “(...) no que respeita ao envolvimento, aprendizagem e desempenho individual” (Dias, 2011, p. 3). As trajetórias são marcadas por vivências pessoais e sociais, seja dentro do contexto desportivo, ou nos diversos contextos, como a escola, família, grupos culturais (etc.). Por um lado, as vivências nos contextos como a escola, família ou grupos culturais ajudam na aquisição de competências que potenciam as relações interpessoais, os resultados académicos, a partilha de emoções e sentimentos (Dias, 2011); e, por outro lado, as experiências vividas diretamente no contexto desportivo, principalmente nas interações com treinadores/as, com outros/as atletas e outros agentes desportivos, fortalecem a construção de uma identidade pessoal,

“A vivência de diferentes experiências inerentes à participação desportiva e a interação com treinadores, pares e outros intervenientes desportivos constituem-se como pilares de desenvolvimento do *self*, contribuindo para um estilo de vida que se deseja consentâneo com atitudes positivas face à actividade desportiva e à vida em geral” (Dias, 2011, p. 4).

Além dos benefícios já indicados, o desporto também contribui para uma maior coesão social, isto é, funciona como um catalisador para a mudança social que impacta a vida de todos/as os/as participantes, colocando-os/as em pé de igualdade e juntando-os/as, mesmo quando exista a possibilidade de conflito,

“(...) sport teaches larger lessons and can act as a gateway to greater personal achievement for girls and boys alike. Sport can even act as a catalyst for social change, affecting the life of participants beyond the playing field or gymnasium by bringing people together, even people in conflict” (Lyras & Hums, 2009, p. 7)

É nesta medida que a mediação socioeducativa entra no contexto desportivo, como uma solução para gerir e lidar com conflitos. A mediação é um campo que tem estado em aberto e a ser discutido ao longo de várias décadas, principalmente devido à falta de consenso sobre aquilo que é, efetivamente, a mediação (Torremorell, 2008). Geralmente, considera-se a mediação como um método de Resolução Alternativa de Conflitos (RAD) que implica a presença de duas partes em conflito e o/a mediador/a, “«(...) um terceiro neutro, sem poder para impor uma resolução, [e que] ajuda as partes em disputa a

alcançarem um acordo mutuamente aceitável»” (Horowitz, 1998, p. 38 cit. in Torremorell, 2008, p. 17). Entenda-se, portanto, o/a mediador/a como alguém imparcial e independente que tem como objetivo fornecer todas as condições necessárias para que o processo mediador resulte no entendimento das partes, recorrendo à comunicação e ao diálogo (Vecchi & Greco, 1999), sem qualquer tipo de poder sobre a decisão final, e sem tomar nenhuma das partes como boa ou má, como mais legítima ou menos legítima. Torna-se importante destacar que profissionais como juízes/as ou árbitros/as, por exemplo, não podem exercer funções de mediadores/as (Neves, 2010) devido ao seu poder de tomada de decisão. No caso do desporto, juízes/as e árbitros/as fazem parte do funcionamento do mundo desportivo, contudo, e tal como é referido pelo Tribunal Arbitral do Desporto (TAD), “Ao contrário de um árbitro ou de um juiz, o mediador não tem qualquer poder de deliberação, pelo que não decreta qualquer resolução/sentença” (TAD, s/d<sup>3</sup>).

A mediação, em contexto desportivo, articula-se, igualmente, com a perspetiva de ser um método de RAD, nomeadamente em substituição à litigiosidade (Mohamad & Kamarudin, 2015), uma vez que tem demonstrado bons resultados devido à rapidez na resolução dos conflitos, à confidencialidade – algo que não acontece durante litígios –, à poupança financeira e à autonomia das partes para a realização do processo, bem como para a sua resolução através da negociação de um acordo (*idem*). Em geral, a mediação de conflitos no Desporto é semelhante à mediação de conflitos ‘tradicional’, com exceção à questão do litígio, algo que prova, no estudo mencionado acima, uma menor adversidade no contexto europeu:

“Mediation is also taking off in the rest of Europe, which is «more receptive to mediation because on the whole, the continent is less adversarial [with] fewer large law firms with strictly litigation departments (and) lawyers [who] do both corporate and litigation»” (Mohamad & Kamarudin, 2015, p. 83).

Os próprios autores afirmam que a mediação se destaca dos restantes métodos de RAD, como por exemplo os métodos arbitral e jurídico, devido ao resultado não ser imposto por uma decisão *top-down*, mas sim pelos/as próprios/as participantes. Como apresentado pelos autores, “«(...) It [mediation process] has to be concluded voluntarily by the parties

---

<sup>3</sup> Fonte: <https://www.tribunalarbitraldesporto.pt/mediacao>. Consultado a 7 de janeiro de 2022.

on either side. The mediator facilitates (...) but does not make a judgment as happens in an arbitration or expert determination. (...)» (*idem*). Por essa razão, verifica-se um maior nível de sucesso na resolução de disputas em que os/as participantes são detentores/as dos seus próprios conflitos, mas também da própria solução, beneficiando de um resultado que ambos consigam lidar com mais facilidade (Mohamad & Kamarudin, 2015; Littlejohn & Domenici, 1999). Apresentadas estas razões, não quer dizer, no entanto, que a mediação deva estar restringida à resolução de conflitos, aliás: a mediação deve ser considerada na sua plenitude para melhorar as relações entre todos os agentes desportivos. Assumindo que “(...) qualquer prática de mediação é uma prática fundamentalmente educativa e social” (Silva, 2011, p. 249), a mediação pode ser aplicada ao contexto desportivo que, por si só, como já analisado anteriormente, também se caracteriza como um lugar de aprendizagem quer ao nível físico, como ao nível social, nomeadamente no desenvolvimento de competências académicas, pessoais, de cooperação, de responsabilidade social e, ainda, de comunicação interpessoal (Hayden et al., 2012).

Mesmo sendo significativamente importante para a resolução de conflitos desportivos, a mediação pode, igualmente, ajudar na sua prevenção e não funcionar como último recurso. Tal como é apresentado por Torremorell (2008), a mediação pretende “(...) tanto a fazer nascer ou renascer entre eles [pessoas ou grupos] novas relações como a de prevenir ou curar entre eles relações perturbadas” (Torremorell, 2008, p. 17). Considerando que o desporto privilegia os processos comunicativos, importa concetualizar a comunicação como um “ingrediente” fundamental e uma verdadeira finalidade da mediação, “a mediação surge para conduzir problemas de comunicação e esta condução é resolvida “na” comunicação” (Suares, 1997, p. 95, cit. in Torremorell, 2008, p. 18). Existe, ainda, outro conceito nuclear à prática da mediação: a transformação, algo que parece ser minimamente consensual entre autores/as. O “modelo transformativo” da mediação “(...) concentra a atenção do mediador nas necessidades dos disputantes e em sua relação” (Littlejohn & Domenici, 1999, p. 211) e apresenta uma capacidade de revalorização e reconhecimento do indivíduo (Torremorell, 2008) que, por sua vez, outra autora considera este processo como uma forma de empoderamento (Silva, 2011). Atentando às especificações e benefícios apresentados à mediação, destaca-se, por fim, a importância da mesma no que diz respeito à promoção de interação em grupo, de aceitação, de amizade, de igualdade de género e de justiça social (Lyras & Hums, 2009).



Concluindo, o contexto desportivo afirma-se, com todas as suas características educacionais, sociais e éticas, como um espaço primo de participação, de desenvolvimento, de socialização e, sobretudo, de aprendizagem.

“O contexto desportivo constituiu-se, desta forma, como uma influência socializadora importante na formação das características pessoais do sujeito, como um *fórum*, um espaço privilegiado de desenvolvimento humano, apresentando-se como um campo de aprendizagem de normas, atitudes e valores essenciais para o desempenho de papéis sociais (Feliu, 1997)” (Dias, 2011, p. 4).

## CAPÍTULO 3: PROCEDIMENTOS ÉTICO-METODOLÓGICOS

Neste capítulo, encontra-se a descrição do processo de intervenção no contexto do AFC, enquadrado no SPE, em que se apresentam os métodos e técnicas utilizados, bem como a abordagem ético-epistemológica, quer na vertente da investigação, como na vertente da intervenção, procurando ser um processo de complementaridade.

A intervenção pressupõe “(...) um processo de interferência no chamado curso «normal» das coisas, com vista a interromper o fluxo da sua reprodução e alterar a sua natureza (...)” (Matos, 2009, p. 177). Assim sendo, Matos (2009) aponta três formas de expressão da intervenção, sendo elas: a intervenção científico-técnico-funcionalista; a intervenção assistencial-prestacionista e a intervenção cidadã (*idem*). A intervenção científico-técnico-funcionalista detém uma visão “estadocrata da Razão”, privilegiando a componente científica e técnica e o princípio da homogeneidade e da conformidade social (Matos, 2009). Assim, nesta perspetiva, são mais valorizados os interesses do Estado, e respetivos representantes/beneficiários, do que os interesses das comunidades ou espaços da própria intervenção (*idem*).

Relativamente à intervenção assistencial-prestacionista, esta constitui-se numa “(...) forma privilegiada de certas instituições, designadamente das que perseguem objectivos de natureza religiosa ou confessional” (Matos, 2009, p. 183), pelo que muitas vezes é confundida com o trabalho de intervenção das IPSS ou pelas Misericórdias, já que se associam à implementação de políticas globais a nível nacional (*idem*). Nestas duas formas de expressão da intervenção comunitária, a comunidade é concebida como uma “coisa”, como um objeto inanimado, desempoderada e sem autonomia. Nas palavras de Matos (2009), estas duas perspetivas veem a comunidade como “(...) um objecto disponível para a intervenção, residindo nessa concepção a possibilidade prática de introduzir e provocar mudanças que são, por definição, mudanças de natureza infra-estrutural” (*idem*, p. 185).

No que toca à intervenção cidadã, esta distancia-se das duas perspetivas anteriores, especialmente no que se refere à ideia de comunidade. Nesta forma de intervenção, pretende-se uma dimensão mais reflexiva da ação, englobando os membros da comunidade nesse processo, para que, “(...) por um lado, as questões económicas e sociais que exigem respostas de ordem prática, mas também, por outro, as questões políticas, éticas e culturais e susceptíveis de contribuírem para enformar a vida dos

indivíduos em sociedade em vidas subjectivamente dotadas de sentido” (Matos, 2009, p. 184). Nesta perspetiva, ao contrário do que acontece nas duas abordagens referidas anteriormente, a comunidade é vista como heterogénea, empoderada e produtora de sentidos. Como Matos (2009) refere: “(...) um sujeito plural, inter-subjectivo e multi-referenciado, mais do que uma realidade natural e espacial homogénea; sujeito determinado, certamente, pelas relações materiais, sociais e institucionais, mas também determinante do sentido e dos efeitos dessas relações” (*idem*, p. 185).

Partindo do princípio de que a comunidade e seus intervenientes são indivíduos com direitos e saberes (Matos, 2009), um dos primeiros passos a seguir é o conhecimento e compreensão da realidade de intervenção, da comunidade, para que seja possível a auscultação de necessidades e/ou potencialidades e recursos. Para tal, é necessário a realização de uma análise prévia, uma vez que a sua utilização permite “(...) determinar com precisão os problemas a resolver, os recursos disponíveis e os factores que serão determinantes no contexto” (Capucha, 2008, p. 17). Mais do que “resolver os problemas” da comunidade, também esta análise deve considerar a caracterização dos contextos em que a comunidade se insere, os agentes da comunidade, incluindo famílias e as representações desses mesmos agentes perante problemas/ projetos (Capucha, 2008). Assim sendo, no caso do estágio desenvolvido no AFC, o processo iniciou ainda no primeiro ano do MCED, em contexto de intervenção de uma unidade curricular, sendo que se pretendia um conhecimento aprofundado do AFC para entender de que forma era possível intervir ou propor uma intervenção. Como Menezes (2010) afirma, é essencial trabalhar *com* a comunidade e seus agentes e não *a partir de* ou *para*, pelo que, num primeiro momento, foram realizadas duas entrevistas a agentes privilegiados que permitiu um maior conhecimento do AFC, das suas práticas, das suas rotinas, dos seus intervenientes, dos seus ideais e, claro, das suas necessidades e/ou potencialidades e recursos. Perante estas duas entrevistas, foi sendo perceptível que uma das necessidades do clube se relacionava com o facto de vários/as atletas dedicarem o seu tempo, antes dos treinos, para estudar ou realizar trabalhos de casa e a falta de condições com que o faziam – desde estarem numa mesa no exterior com frio e chuva, a estarem sentados nas bancadas dos pavilhões.

Reunidas as informações e observações necessárias, quer através da recolha de literatura, como dos contributos da própria comunidade, considerou-se essencial a melhoria das condições para estes/as atletas através da criação de um centro educativo no

clube. É, então, momento de pensar e selecionar uma estratégia que oriente a intervenção (Menezes, 2010). Porém, é de enfatizar que não seria possível pensar numa intervenção que não incluísse as opiniões e perspectivas dos agentes desportivos do AFC, tendo-se, por isso, recorrido à realização de dois fóruns de discussão com o intuito de debater a gestão entre desporto e educação e perceber de que forma é que os/as próprios/as intervenientes perspectivavam estes dois mundos. Os fóruns de discussão são uma técnica de recolha de dados que permite a interação de “muitos-para-muitos” e potenciam um trabalho colaborativo entre todos/as os/as participantes (Freire & Silva, 2013). Ora, o primeiro fórum de discussão tinha como objetivo ouvir a perspectiva de vários agentes desportivos do AFC – elementos da Direção; treinadores/as; pais/mães e atletas – sobre a relação e a gestão entre educação e desporto e que estratégias eram utilizadas, tanto da perspectiva do clube, como da perspectiva das famílias, dos/as treinadores/as e dos/as próprios/as atletas.

Posteriormente, foi realizado um segundo fórum, onde se apresentaram interpretações daquilo que os agentes desportivos (presentes no primeiro fórum) tinham dito ao nível da gestão educação-desporto, com uma proposta: a criação de um centro educativo. O objetivo deste segundo fórum era perceber se a comunidade do AFC estaria aberta a esta iniciativa e que opiniões tinham face à mesma, para que pudéssemos, num processo de coconstrução, perceber se faria sentido às pessoas inseridas em tal contexto. Ainda neste fórum, realizou-se uma avaliação de toda a intervenção através de um questionário na plataforma *Google Forms*, com perguntas dirigidas a cada agente desportivo, perguntando sobre a pertinência dos fóruns de discussão e, mais uma vez, da criação do serviço educativo. As respostas foram todas positivas para ambas, nomeadamente criando uma discussão sobre a criação do serviço educativo, gostariam que existissem, mas que não fosse para ser uma “escola 2”, pelo que explicamos que não era, de todo, esse o objetivo, mas sim criar um espaço em que fosse possível uma maior consciência ao nível educativo, por parte dos/as atletas, mas também dos membros da comunidade do AFC. Nesta altura, os/as participantes ficaram ainda mais recetivos/as a este serviço, nomeadamente referindo que teríamos todo o seu apoio e estariam disponíveis para ajudar no que fosse necessário, fosse através de contactos ou mesmo reuniões informais.

Assim, através destes dois momentos de discussão, foi possível agrupar-se “(...) as capacidades de informar, integrar, estimular a cognição e a participação dos sujeitos inseridos em seu contexto” (Marinho & Silva, 2014, p. 258), incentivando a reflexão individual e coletiva.

Numa segunda fase, e com o início do estágio curricular no AFC, foi momento de continuar o trabalho que havia iniciado no ano letivo anterior. Mesmo já conhecendo o AFC, foi importante explorar e entrar no contexto como se fosse a primeira vez, tentando um distanciamento capaz de induzir a ideias pré-concebidas.

Para a fase inicial, foi fundamental recorrer à observação participante como técnica principal da intervenção. A observação participante tem como objetivo explorar e experienciar a realidade vivida pelo outro (Burawoy, 1991), neste caso, pela comunidade do AFC e pelos agentes desportivos que dela fazem parte. Amado (2014) acrescenta que a observação participante auxilia na compreensão do “(..) *como*, mas especialmente o *porquê* de alguém fazer determinada coisa” (Amado, 2014, p. 151), bem como na aproximação do contexto, construindo uma relação de confiança, algo que torna possível uma observação ainda mais detalhada de valores, conflitos, normas e práticas presentes na comunidade (Hargreaves, 1967 in Lapassade, 1990). Além disso, a escuta ativa revela-se como um aliado à observação participante, nomeadamente de ações e interações entre agentes desportivos e compreender de que forma é que os/as próprios/as intervenientes interpretam e apropriam a sua realidade (Amado, 2014).

A partir destas duas técnicas, a observação participante e a escuta ativa, vão-se formando pensamentos, opiniões, reflexões por parte de quem observa e vai intervindo, pelo que se torna, igualmente, necessário e essencial registá-los durante todo o processo, não apenas no sentido de fazer uma “(...) descrição pormenorizada de situações, factos, ambientes ou pessoas (...)” (Amado, 2014, p. 151), mas também de refletir sobre aquilo que está a ser observado. Este registo pode ser feito com recurso ao diário de bordo, um instrumento metodológico de investigação (Barbier, 1993). Nele, podem registar-se, precisamente, reflexões e detalhar “(...) sobre a maneira como a pesquisa em curso foi concebida inicialmente; sobre a sua relação com a própria evolução pessoal do investigador; sobre a negociação de acesso ao terreno, sobre os insucessos e os erros, etc.” (Lapassade, 1990, p. 8) ou, no caso do estágio no AFC, sobre atividades realizadas, sobre a dinâmica e importância de equipas multidisciplinares, sobre as interações com os agentes desportivos ou entre si, sobre as atividades e dinâmicas realizadas.

Com base em todo o processo de observação participante, escuta ativa e de trabalho numa equipa multidisciplinar, e considerando, ainda, o cerne do presente relatório de estágio, foi criado o Serviço de Psicologia e Educação (SPE) do AFC. À medida que ia realizando a observação, ia criando uma relação de maior proximidade com o clube e com

os diferentes agentes desportivos com quem me ia cruzando, pelo que cada vez mais fazia sentido a criação de um serviço que prestasse apoio a toda a comunidade do AFC. Assim sendo, a criação do SPE desenrolou-se durante o mês de outubro de 2021, oficializado em novembro através da divulgação nas redes sociais do AFC.

“Felizmente, hoje saiu a primeira publicação do SPE no Instagram e Facebook do Académico [AFC] que informa da criação de serviço, quais atividades podemos fazer e a equipa técnica. O ‘engajamento’ foi bom, nomeadamente partilhas que se foram fazendo e alguns comentários, sendo que também foi pedido sugestões de temas/atividades/iniciativas para que pudéssemos sempre manter esta relação próxima entre o SPE e a comunidade do Académico” (NT, 03/11/2021).

Percebemos que as redes sociais do AFC são um excelente meio para estabelecer comunicação e interação com a comunidade do clube, pelo que começamos a pensar e a preparar conteúdos relevantes da Psicologia e da Educação em contexto desportivo que apoiasse o público do AFC. Desta forma, decidimos criar as “Dicas SPE”<sup>4</sup> com o objetivo de dar a conhecer o SPE, os seus serviços, e também fornecer estratégias relacionadas com as duas áreas de saber em contexto desportivo. O processo de preparação e criação das “Dicas SPE” foi, ao longo de todo o estágio, feito em conjunto por mim e pela colega de Psicologia do Desporto, também integrada no SPE, pelo que se foram sugerindo temas das duas áreas, tentando sempre equilibrar a quantidade de informação. Além disso, as “Dicas SPE” também surgem como forma de potenciar a reflexão e o pensamento crítico sobre as várias áreas ligadas à psicologia e à educação em contexto desportivo.

Para além da intervenção a partir das “Dicas SPE”, o SPE desenvolveu dinâmicas com o clube, quer ao nível de intervenção com equipas, quer a um nível mais abrangente destinado a toda a comunidade. Quanto à intervenção com as equipas, o SPE desenvolve atividades que surgiram através de pedidos dos/as treinadores/as ou coordenadores/as das equipas e da modalidade e/ou através dos processos de observação de treinos pela equipa SPE. Assim sendo, a intervenção foi realizada ao longo da época desportiva (estágio), ativamente, em 6 equipas de várias idades e, em pelo menos, 3 modalidades. No que se refere à intervenção a um nível mais alargado, o SPE dinamizou 2 sessões de partilha, com o objetivo de juntar as perspetivas de diferentes agentes desportivos e de mobilizar

---

<sup>4</sup> Ver link de acesso ao *flipbook* das Dicas SPE no Apêndice 1.

a comunidade do AFC para refletir sobre temas referentes à Educação no meio desportivo. As duas sessões realizaram-se via zoom, devido à situação pandémica, e os temas incidiram sobre o papel da família no desporto e sobre a ética em contexto desportivo. Todas as ações de intervenção serão alvo de uma análise detalhada mais à frente neste relatório.

No que diz respeito ao acompanhamento do trabalho do SPE, importa destacar a importância da monitorização. A monitorização é algo inerente a todo o processo e está, naturalmente, ligada ao processo de avaliação e à implementação de um projeto. Neste caso em concreto, o projeto é a criação do SPE que, ao longo do tempo, tem sido, também, alvo de acompanhamento e avaliação da sua própria atividade. O processo de monitorização preocupa-se “(...) em analisar em que medida as atividades realizadas e os resultados obtidos correspondem ao planejado” (Prata, 2007, p. 8). É, portanto, uma forma de recolha de informação para o processo de avaliação, tal como afirmam Schiefer et al. (2006):

“Os sistemas de monitorização possuem, tipicamente, dois objectivos gerais: em primeiro lugar, acompanhar a intervenção e introduzir medidas de correcção sempre que necessário; em segundo lugar, produzir informação relevante para o processo de avaliação” (*idem*, p. 215).

Para garantir o processo de monitorização foram realizadas 14 entrevistas semiestruturadas, ao longo da época desportiva, que foram acrescentando valor ao processo de monitorização e de avaliação do SPE, nomeadamente através do feedback dos vários agentes desportivos, quer a sua opinião pessoal perante o serviço e que vantagens lhe atribuíam, como também no âmbito de sugestões de intervenção e, subsequentemente, de melhoria nessas intervenções. Uma vez que “O desenvolvimento de um projeto implica sempre uma atuação conjunta e concertada (...) assim como a adesão e o envolvimento dos vários intervenientes” (Costa, 2003, p. 1331), considera-se fundamental ouvir a sua perspectiva, garantindo que este processo de implementação e monitorização de um projeto reconhece e se vai adaptando às necessidades da comunidade, considerando-a uma peça fundamental.

As entrevistas semiestruturadas tiveram como objetivo compreender a perspectiva de diferentes agentes desportivos, nomeadamente treinadores/as, coordenadores/as, seccionistas, elementos da Direção do clube sobre o funcionamento do clube e sobre o trabalho desenvolvido pelo SPE. Como Amado (2014) afirma, a entrevista caracteriza-se

como “(...) um dos mais poderosos meios para se chegar ao entendimento dos seres humanos e para a obtenção de informações nos mais diversos campos” (*idem*, p. 207). Valoriza-se, assim, os testemunhos e opiniões das pessoas que estão diretamente ligadas à realidade que está a ser estudada, contribuindo para a construção de conhecimento científico (Bourdieu, 2001), neste caso por via das perspetivas de agentes desportivos com papéis significativos para o funcionamento e gestão do AFC.

Neste sentido, pressupôs-se um conjunto de questões prévias, “(...) um *guião* onde se define e regista, numa ordem lógica para o entrevistador, o essencial do que se pretende obter, embora, na interação se venha a dar uma grande liberdade de resposta ao entrevistado” (Amado, 2014, p. 208). Considerando a diversidade dos agentes desportivos, foi necessário adaptar os guiões conforme o seu papel no clube, tendo 4 guiões: (i) para treinadores/as<sup>5</sup>, (ii) para coordenadores/as e chefes de secção<sup>6</sup>, (iii) para seccionistas<sup>7</sup> e (iv) para elementos da direção do AFC<sup>8</sup> (ver Apêndices 2 a 5). Procedeu-se ao envio, a todos/as os/as participantes, de um consentimento informado e esclarecido (ver Apêndice 6) que contempla todas as informações necessárias, quer dos propósitos da entrevista, quer dos direitos enquanto participante, garantindo, assim, o anonimato e a confidencialidade aos/às entrevistados/as. As entrevistas semiestruturadas tinham os seguintes objetivos:

- conhecer os diferentes agentes desportivos das várias modalidades presentes no AFC, assim como os seus percursos pessoais e profissionais;
- caracterizar o clube, bem como as relações interpessoais, as dinâmicas, os espaços e as secções/modalidades, através da visão e opinião dos/as entrevistados/as;
- monitorizar a ação do SPE, recolhendo opiniões sobre a criação do serviço e seus objetivos, bem como as atividades que têm sido realizadas.

Após a realização das entrevistas, é essencial a sua transcrição e posterior análise. Neste caso, optou-se por realizar análise de conteúdo, uma vez que facilmente se

---

<sup>5</sup> Exemplo de pergunta a treinadores/as: “Se pudesse definir um perfil de treinador – algumas características fundamentais, quais me diria que devem ter?”

<sup>6</sup> Exemplo de pergunta a coordenadores/as e chefes de secção: “Como descreve a sua relação com os/as restantes agentes desportivos?”

<sup>7</sup> Exemplo de pergunta a seccionistas: “Como descreve a sua relação com os/as atletas? E com os outros pais/mães?”

<sup>8</sup> Exemplo de pergunta a elementos da direção: “Se pudesse caracterizar o tipo de liderança que assume no clube, o que diria?”



identificam assuntos concretos e relevantes para os propósitos do estágio e do relatório. A análise de conteúdo é “(...) um único instrumento, (...) marcado por uma grande disparidade de formas e adaptável a um campo de aplicação muito vasto: as comunicações” (Bardin, 1977, p. 31). Baseia-se, portanto, em dois momentos: o primeiro que se foca na perspectiva de ter conhecimento do que foi dito nos testemunhos recolhidos; e o segundo, onde se fazem interpretações dos dados recolhidos, com base num quadro concetual prévio, tal como afirma Guerra (2006):

“(...) uma *dimensão descritiva* que visa dar conta do que nos foi narrado e uma *dimensão interpretativa* que decorre das interrogações do analista face a um objecto de estudo, com recurso a um sistema de conceitos teórico-analíticos cuja articulação permite formular as regras de inferência” (Guerra, 2006, p. 62).

De modo a interpretar as perspectivas dos/as entrevistados/as, foram criadas categorias e subcategorias de análise, num primeiro momento, com base nos guiões e, num segundo momento, conforme os testemunhos dos/as entrevistados/as. Como Amado (2014) refere:

“(...) torna-se possível fazer o esboço preliminar de um mapa conceptual das áreas temáticas e do *sistema de categorias*, a partir do guião da entrevista e seus blocos temáticos e, ainda, das leituras prévias (por exemplo, na própria transcrição das entrevistas)” (*idem*, p. 318).

Procede-se, assim, ao processo de categorização que deve considerar as ideias pré-concebidas de categorias, mas sempre ajustável a novas ideias ou acrescentos que possam fazer sentido durante o processo de análise (Amado, 2014). A categorização permite a atribuição de significados ao que é dito pelos/as próprios/as entrevistados/as, para depois serem analisados de forma extensiva. Deste modo, é necessário um conjunto de regras para a categorização, tal como é abordado por Amado (2014), que irá permitir conferir e confirmar a validade interna do processo de categorização, são elas: a exaustividade, a exclusividade, a homogeneidade, a pertinência, a objetividade e a produtividade.

Considerando estes parâmetros, organizaram-se 4 grandes categorias que deram origem a 10 subcategorias, tendo como objeto de análise 8 entrevistas<sup>9</sup> das 14 realizadas durante a implementação do SPE. As categorias baseiam-se, por um lado, nos guiões pré-

---

<sup>9</sup> Foram selecionadas 8 das 14 entrevistas realizadas, devido ao limite de páginas deste trabalho, garantindo uma amostra representativa e diversificada.

estabelecidos que procuravam explorar os objetivos já estabelecidos das entrevistas e, por outro lado, no decorrer da análise das entrevistas, considerando-se categorias que, *a priori*, não tinham sido pensadas, mas que, *a posteriori*, fez sentido incluir, nomeadamente a categoria referente às relações interpessoais. Importa, ainda, referir que a análise das entrevistas e das categorias foi realizada com a ajuda do programa NVivo, que permitiu uma análise eficaz e concreta das 8 entrevistas, através de opções de categorização e de escolha de excertos das entrevistas com dados mais relevantes ao propósito do presente relatório.

Assim sendo, apresenta-se a categorização e subcategorização da análise das 8 entrevistas (ver Tabela 2).

**Tabela 2:** Análise de conteúdo, com categorias e subcategorias.<sup>10</sup>

| Categorias                              | Subcategorias   |
|---|---|
| <b>Percurso pessoal e profissional</b>  | <b>1.</b> Surgimento do desporto na vida do agente desportivo     |
| <b>Ligação ao clube</b>                 | <b>2.</b> Oportunidade e função no AFC                            |
|   | <b>3.</b> Caracterização do AFC (missão/valores/objetivos)        |
|   | <b>4.</b> Preparação da época desportiva                          |
| <b>Relações interpessoais</b>           | <b>5.</b> Relação com a família enquanto agente desportivo/secção |
|   | <b>6.</b> Relação com outros agentes desportivos                  |
|   | <b>7.</b> Relação com atletas                                     |
| <b>Serviço de Psicologia e Educação</b> | <b>8.</b> Vantagens do SPE  |
|   | <b>9.</b> Contributo do SPE na missão e objetivos do AFC          |
|   | <b>10.</b> Sugestões de intervenção                               |

Estas categorias foram pensadas a partir dos guiões pré-estabelecidos, mas também em função das próprias entrevistas e derivadas das falas dos/as entrevistados/as. No caso da primeira categoria – *percurso pessoal e profissional* –, funcionou, sobretudo, como forma de “quebra-gelo” e o seu objetivo era identificar o percurso do/a entrevistado/a, profissional e académico, e perceber de que modo surgiu, concretamente, o desporto na sua vida. A subcategoria associada – *surgimento do desporto na vida do agente desportivo* – pode ser identificada através das respostas à questão prevista no guião, por exemplo, mencionando a prática desportiva como uma constante desde muito cedo ou fazendo referência a um ou vários elementos da família que praticavam desporto e, por

---

<sup>10</sup> Consultar Apêndice 7 com exemplos da análise de conteúdo realizada.

esse motivo, acompanhavam e iniciaram aí a sua ligação ao mundo desportivo e/ou à prática de modalidades (consultar exemplos Apêndice 7).

A segunda categoria – *ligação ao clube* – tinha dois objetivos: (i) perceber a ligação de cada agente desportivo ao AFC e (ii) conhecer melhor as dinâmicas do AFC, de modo a caracterizá-lo ao nível da sua missão, objetivos e valores. A primeira subcategoria – *oportunidade e função no AFC* – permite conhecer a história dos agentes desportivos no AFC e como é que chegaram até ao clube e/ou até às suas funções atuais, pelo que se podem identificar através de referências a convites ou a propostas de projetos no AFC. Relativamente à segunda subcategoria deste tópico – *caracterização do AFC (missão/valores/objetivos)* –, esta corresponde ao objetivo de caracterizar o clube ao nível da missão, valores e objetivos. As considerações sobre a caracterização do clube, podem ser encontradas facilmente através da colocação da questão, uma vez que todos/as os/as entrevistados/as referem o AFC como uma “família”, com uma visão progressista e, ainda, como um ambiente propício à transmissão de valores desportivos e valores humanos. Por fim, nesta categoria, surge a última subcategoria – *preparação da época desportiva* – que pretendia conhecer os planos que cada agente desportivo tinha para preparar a época, nomeadamente ao nível de novos elementos para a comunidade AFC, ao nível de preparação de treinos, de formação de atletas por parte dos/as treinadores/as. Estas informações podem ser encontradas através de referências ao plano de ação da modalidade que cada treinador/a ou coordenador/a realiza para toda a época desportiva e, ainda, com referências à escolha de treinadores/as que, por vezes, pode ser um desafio encontrar características que se alinhem ao perfil pretendido pelo AFC (consultar exemplos no Apêndice 7).

A terceira grande categoria – *relações interpessoais* – tem como principal objetivo identificar as relações interpessoais entre os vários agentes desportivos, nomeadamente aqueles destacados nas subcategorias: treinadores/as, atletas, coordenadores/as, família, direção. Ou seja, como é que cada entrevistado/a descreve a sua relação com agentes do mesmo cargo e com os demais elementos do AFC, sobretudo, os/as atletas. Esta categoria aporta um conjunto alargado de exemplos que permitem compreender as relações e dinâmicas incluídas no clube, nomeadamente com referências ao ambiente familiar e de amizade que se vive no quotidiano do AFC, ao respeito entre todos/as, assim como à preocupação acrescida pela formação responsável dos/as atletas, pensando em treinadores/as e planos de treinos que façam sentido (consultar exemplos Apêndice 7).

A última grande categoria, e a que dever garantir um maior destaque já que abarca o propósito do presente trabalho, – *Serviço de Psicologia e Educação* – pretende, acima de tudo, avaliar e monitorizar o SPE a três níveis: (i) ao nível das suas vantagens para o clube e respetivos agentes; (ii) ao nível do seu contributo para a missão e objetivos do clube; e (iii) ao nível de sugestões da sua intervenção. No fundo, as subcategorias podem ser encontradas através da exposição clara dos/as entrevistados/as dos benefícios do SPE, nomeadamente o valor que acrescenta ao clube, desde a resposta a diversos problemas de foro psicológico, como de formação de treinadores/as e de coordenadores/as para uma maior sensibilidade de treinar, realizar atividades com crianças e jovens. A descrição dos benefícios liga-se com o modo como o SPE contribui, de forma tão visível e clara, para a missão, objetivos e valores transmitidos pelo AFC. Além dos benefícios, também é possível identificar melhorias na intervenção do SPE através das sugestões que vão sendo feitas pelos/as entrevistados/as, nomeadamente agentes desportivos que já tinham tido experiência com o SPE (consultar exemplos Apêndice 7).

Através da descrição dos procedimentos tomados a cada passo na implementação e dinamização do SPE, e relembrando os três tipos de intervenção abordados no início deste capítulo, a intervenção desenvolvida (a ser descrita com maior detalhe no capítulo 4) aproxima-se, na minha ótica, à perspectiva da *intervenção cidadã*, uma vez que esta:

“(...) faz um apelo a um modo de acção onde o sujeito ou sujeitos visados pela intervenção são assumidos na sua condição de cidadãos, isto é, na sua condição de portadores de direitos e de culturas intrínsecas ao seu desenvolvimento (...)” (Matos, 2009, p. 188).

## CAPÍTULO 4: DESCRIÇÃO E DISCUSSÃO DA INTERVENÇÃO

Alicerçando-me numa referência do capítulo anterior, há dois objetivos essenciais nos sistemas de monitorização que foram visíveis na criação e implementação do SPE. O primeiro objetivo – “acompanhar a intervenção e introduzir medidas de correção sempre que necessário” (Schiefer et al., 2006, p. 215) – além de ser uma ação necessária à base de qualquer projeto, observa-se na dinamização do SPE através do acompanhamento na fase de observação, ainda no ano letivo anterior, nas dicas do SPE e nas atividades realizadas, com as equipas e os debates do SPE. Com o constante acompanhamento e avaliação, também é possível realizar o segundo objetivo – “produzir informação relevante para o processo de avaliação” (*idem*) –, uma vez que eram realizadas reuniões, antes e depois das intervenções, em que se fazia o planeamento e ponto de situação, especificamente das 3 valências em uso. Estando, constantemente, num processo de feedback, foi nítido uma melhoria a cada atividade, a cada ação, sempre adaptando as intervenções conforme o público-alvo. Assim sendo, neste capítulo irão destacar-se os 3 eixos de intervenção: as dicas do SPE, as atividades com equipas e as sessões de partilha.

### Dicas SPE

Como referido no capítulo anterior, o SPE optou pela criação e divulgação das “Dicas SPE” com o objetivo de incentivar a reflexão sobre a psicologia e a educação em contexto desportivo, nomeadamente sobre determinadas temáticas como o voluntariado, a ética desportiva, a responsabilidade social, a ansiedade, a situação de pandemia, a gestão de tempo e os/as atletas de alto rendimento.

“A ideia das dicas é serem vários temas relacionados tanto com a Psicologia como com a Educação, na tentativa de dar a conhecer o serviço, mas também os campos em que podemos efetivamente atuar” (NT, 04/11/2021).

Assim sendo, as Dicas SPE tinham de ser preparadas anteriormente, para obtermos feedback e, também, para enviar com alguma antecedência ao colega da Comunicação e Imagem do AFC que ilustrava as Dicas SPE e as publicava nas redes sociais.

“(…) hoje saiu a primeira dica do SPE no Instagram do AFC, sendo que o colega, gestor das redes sociais do clube, nos ajudou com a construção da imagem para estas dicas. Mostrou-nos um primeiro modelo e fomos sugerindo pequenas alterações, ou escritas ou de caráter mais visual” (NT, 10/11/2021).

De modo a garantir o processo de acompanhamento/monitorização, eram realizadas reuniões em que, por um lado, preparávamos as Dicas, desde o processo de pensar um tema que fizesse sentido abordar, o processo de pesquisa online, até ao processo de escrita; e, por outro lado, avaliávamos o *engagement* das Dicas nas redes sociais. Neste último processo, discutiam-se melhorias para obter mais envolvimento – por exemplo, por vezes percebíamos que faria sentido ter menos texto na publicação, noutras situações acabava por ser a melhoria da escrita ou de ter um conteúdo mais direto e que fosse de encontro à prática e não tanto à teoria.


No total, foram realizadas 18 publicações (ver Tabela 3), das quais 6 correspondem a informações sobre o modo de funcionamento do SPE, e 12 correspondem a Dicas com temas associados tanto à psicologia no desporto, como à educação em contexto desportivo.


**Tabela 3:** Lista de publicações e temas das Dicas SPE.


| Nº Publicação | Assunto   |
|---------------|---|
| 1             | Criação do Serviço de Psicologia e Educação no AFC  |
| 2             | (Dica 1) Organização do tempo                       |
| 3             | (Dica 2) Concentração                               |
| 4             | (Dica 3) Lidar com o stress                         |
| 5             | SPE para Atletas                                    |
| 6             | (Dica 4) Memória                                    |
| 7             | (Dica 5) Concentração (2)                           |
| 8             | Especial Natal                                      |
| 9             | Especial Ano Novo                                   |
| 10            | (Dica 6) Retorno à Rotina                           |
| 11            | SPE para Treinadores e Dirigentes                   |
| 12            | (Dica 7) <b>Ética Desportiva</b>                    |
| 13            | (Dica 8) <b>Cidadania</b>                           |
| 14            | (Dica 9) <b>Desigualdade</b>                        |
| 15            | SPE para Pais e Agentes da Comunidade               |
| 16            | (Dica 10) <b>Preconceito</b>                        |
| 17            | (Dica 11) <b>Responsabilidade social individual</b> |
| 18            | (Dica 12) Motivação                                 |


Para os propósitos deste relatório, considere-se analisar 5 das dicas que se associam ao domínio da Educação, assinaladas a negrito na Tabela 3. As 5 dicas fizeram parte de um ciclo de dicas sobre a Ética Desportiva que assume um vasto conjunto de conceitos, neste

caso, destacaram-se a Cidadania, a Desigualdade, o Preconceito e a Responsabilidade social individual. Na primeira dica destacada, “Ética Desportiva”, o objetivo era introduzir, brevemente, o tema, através da consciencialização da comunidade desportiva do AFC perante os valores presentes no Desporto, tomando-se como exemplo: respeito e tolerância, responsabilidade, comunicação, autodisciplina, espírito de equipa e igualdade e inclusão. Para cada um destes valores enunciados, havia uma explicação e a importância de serem praticados em toda a ação desportiva,


“ Respeito e tolerância: a tua opinião conta, assim como a dos outros! Saber ouvir e respeitar diferentes ideias é fundamental para um ambiente favorável!

 Responsabilidade: pessoal e social! Tu és responsável pelas tuas ações e pelos teus resultados!

 Comunicação: através do Desporto, é possível melhorares a forma como comunicas contigo e com @s outr@s!

 Autodisciplina: numa perspetiva de desenvolvimento pessoal e profissional 😊

 Espírito de equipa: para conseguirem atingir o vosso objetivo!

 Igualdade e Inclusão: tod@s temos direito à prática desportiva e, por isso, devemos fazer com que tod@s se sintam bem-vindo@s, incluíd@s e integrad@s! Lembra-te: Desporto para tod@s!” (Descrição da publicação, 19/01/2022).

Como referido, esta primeira publicação serviu como introdução, por um lado, do tema da Ética Desportiva, juntamente com o CED apresentado pelo IPDJ, e, por outro, da importância dos valores que tanto são falados em contexto desportivo, mas que, no fundo, são transversais à vida académica, profissional, pessoal e social,

“Todos estes valores são transversais nas várias fases da tua vida (académica, desportiva e profissional)! O Desporto é um excelente meio para os desenvolveres!” (Descrição da publicação, 19/01/2022).

Na dica 8, destacada na Tabela 3, já se introduz o tema “Cidadania”, em que se ressalta o valor das ações individuais, enquanto cidadãos e cidadãs, na responsabilidade social perante a comunidade/ sociedade em que vivemos. É neste sentido que são apresentados os direitos e deveres de cidadão/cidadã, enfatizando, por fim, o papel que cada um/a de nós tem, e especificamente dentro da comunidade AFC, enquanto indivíduos socialmente responsáveis uns pelos outros,

“Sabias que o exercício da Cidadania é um direito e um dever? Na verdade, é a partir das nossas ações enquanto CIDADÃOS e CIDADÃS, que damos conta da RESPONSABILIDADE SOCIAL que temos para com a Sociedade onde vivemos!

Como direitos, temos alguns exemplos:

- Direito à vida;
- Direito à liberdade de imprensa e expressão;
- Direito à liberdade e segurança;
- Direito à saúde e educação;
- Direito ao voto.

E como deveres, temos:

- Respeitar os direitos sociais das outras pessoas;
- Cumprir as leis;
- Votar para escolher quem te representa e governa.

A Sociedade é alicerçada na Cidadania e nós enquanto Família AFC (atletas, pais, dirigentes, treinadores) e enquanto Indivíduos, somos Socialmente Responsáveis uns pelos outros” (Descrição da publicação, 26/01/2022).

No seguimento da dica sobre “Cidadania”, surge a dica sobre “Desigualdade”, uma vez que representa o outro lado da moeda, ou seja, todos/as devemos ter direitos e deveres enquanto cidadãos e cidadãs, mas nem sempre é garantido, seja por questões de racismo, por questões de estatuto ou, ainda, por razões profissionais. Assim, esta dica baseou-se na promoção da inclusão social através de algumas dicas, evitando situações de desigualdade social:

“1. Praticar a solidariedade no dia a dia – Estar atent@ às necessidades d@ outr@, procurando ajudar sempre que necessário; Doar o nosso tempo a causas que nos façam sentido; Contribuir para campanhas solidárias!

2. Promover a igualdade de oportunidades – Olha para a sociedade de forma crítica e questiona-te sobre as ideias pré-concebidas relativamente aos papéis de mulheres/homens, portugueses/imigrantes... O ser humano é único e tod@s devemos ter oportunidade para participar!

3. Representar através da Voz – Utiliza a tua voz para representar determinados grupos de pessoas, por exemplo através de uma Associação de Estudantes, da representação como Capitão/Capitã de equipa!



4. Aprender a aprender – Se tens algum/a colega que tem mais dificuldade em aprender, seja no Desporto, seja na Escola, porque não ajudá-l@ a encontrar uma estratégia?” (Descrição da publicação, 02/02/2022).

Por último, e relacionada com a dica anterior, a quinta dica destacada é sobre “Preconceito”, onde é dada a definição de preconceito e que advém devido às desigualdades presentes na sociedade. Nesta dica, o SPE propôs dicas a serem consideradas aquando da prática desportiva,

“Respeita todas as pessoas com quem te vais cruzando, seja no AFC, seja noutros clubes, seja no contexto desportivo em geral! Leva isso também para as restantes dimensões da tua vida!

Mantém-te disponível para receberes e integrares novos elementos na tua equipa, para que junt@s possam criar um ambiente favorável à igualdade, à inclusão e ao respeito! Sê ativ@ nesta luta, se porventura tiveres dificuldades, coloca-te na posição d@ outr@: "E se fosse comigo?"

Amplia o teu conhecimento, procurando sites com informações fidedignas ou livros que potenciem a reflexão de como podes promover a igualdade, quer no meio desportivo, quer ao longo do teu percurso pessoal, académico e profissional!” (Descrição da publicação, 16/02/2022).

Mais uma vez, é reforçada a ideia da igualdade, do respeito e da inclusão social, com o foco no papel que o desporto pode ter na promoção destes valores e no papel que cada um/a pode ter, especificamente através de um maior envolvimento e participação na sociedade, onde cada pessoa tem o dever de ouvir e o direito a ser ouvida, potenciando assim, a diferença, a mudança social,

“O desporto deve ser um lugar de Respeito, Socialização e Equidade! Sem qualquer tipo de discriminação, dentro e fora de campo/prova! Assim como para a tua vida, é importante teres um papel ativo na promoção de igualdade, evitando situações de discriminação!”

No final, és TU que tens o poder para a Mudança!” (Descrição da publicação, 16/02/2022).

A última dica destacada “Responsabilidade Social e Individual” confere-se na junção de todas as anteriores, aliando-se na ideia do desporto como um meio de aprendizagem de valores transversais aos vários contextos da vida. Assim sendo, nesta dica demos sugestões de práticas pensadas a partir do lema “Pensar Global, Agir Local”, focadas no

papel que cada um/a pode ter na sociedade, dirigidas à comunidade desportiva, com o objetivo de se tornar mais ativa e consciente.

“Apresentamos algumas dicas que podem fazer a Diferença:

- Contribui ativamente para causas sociais – por exemplo, podes fazer donativos a instituições/iniciativas que tenham objetivos e propósitos concretos! Faz uma breve pesquisa, podem até mesmo ser projetos relacionados ao Desporto!
- Cria hábitos de consumo mais conscientes – por exemplo, evitando o desperdício alimentar ou consumismo compras não urgentes e em excesso; optando por marcas com valores credíveis; alertando colegas e amig@s sobre a importância de reciclar e reutilizar materiais!
- Torna-te voluntári@ – já alguma vez fizeste voluntariado? É um ótimo exemplo do "Pensar Global e Agir Local", já que o objetivo é sempre ajudar e comunicar com o outro, a partir de uma realidade próxima! Assim, não só estás a contribuir para o desenvolvimento da comunidade, como também estás a trabalhar e ganhar competências sociais e de comunicação com as pessoas!” (Descrição da publicação, 23/02/2022).

Embora não seja possível definir os impactos obtidos através das “Dicas SPE”, é possível afirmar que a média de alcance era de 50 pessoas. Não garante, no entanto, que as pessoas mudem perspetivas ou implementem as estratégias e dicas sugeridas, mas as redes sociais podem funcionar como um veículo interessante, não só para a divulgação, como também para a análise de intervenção.

Como já referido ao longo do presente relatório, o desporto confere-se num contexto de aprendizagem que comporta valores sociais e educativas. É nesse sentido que as “Dicas SPE” surgem, com o objetivo de consciencializar a comunidade do AFC para o papel e o valor que a educação, claramente, tem no contexto desportivo.

## Atividades com equipas

As atividades com as equipas de várias modalidades do AFC foram realizadas ao longo da época desportiva, mais concretamente entre outubro de 2021 e abril de 2022, com os principais objetivos de apresentar o SPE ao clube e trabalhar, essencialmente, o espírito de equipa e o trabalho em grupo. Apesar de o SPE se ter apresentado, de um modo geral, a todas as modalidades, algumas das equipas foram acompanhadas de uma forma mais próxima e, por isso, com uma atenção maior ao nível de intervenção. Na totalidade, o SPE esteve presente em 6 equipas de 3 modalidades, como é possível verificar na Tabela 4.

**Tabela 4:** Descrição e caracterização das equipas onde o SPE desenvolveu, mais ativamente, a sua intervenção.

| Modalidades      | Equipas                     | Caracterização Geral da Equipa  |
|------------------|-----------------------------|---|
| Andebol          | Academia<br>Equipa Mista    | <b>Atletas:</b> 42 atletas: 38 sexo masculino, 4 sexo feminino;<br><b>Treinadores:</b> 3 treinadores;<br><b>Treinos:</b> Terças, quartas e quintas.   |
|                  | Sub20<br>Equipa Feminina    | <b>Atletas:</b> 15 atletas;<br><b>Treinador:</b> 1 treinador;<br><b>Treinos:</b> Segundas, terças e quintas.  |
|                  | Seniores<br>Equipa Feminina | <b>Atletas:</b> 20 atletas;<br><b>Treinador:</b> 3 treinadores;<br><b>Treinos:</b> Segundas, terças e sextas.   |
| Basquetebol      | Sub12<br>Equipa Masculina   | <b>Atletas:</b> 15 atletas;<br><b>Treinadores:</b> 1 treinador principal, 1 treinador-adjunto;<br><b>Treinos:</b> Segundas, quartas e sextas.   |
| Hóquei em Patins | Academia<br>Equipa Mista    | <b>Atletas:</b> 12 atletas: 10 sexo masculino, 2 sexo feminino;<br><b>Treinadores:</b> 1 treinador principal;<br><b>Treinos:</b> Terças, quintas e sábados.   |
|                  | Sub9/Sub11<br>Equipa Mista  | <b>Atletas:</b> 16 atletas: 13 sexo masculino, 3 sexo feminino;<br><b>Treinadores:</b> 1 treinador principal, 1 treinador-adjunto, 1 treinador de guarda-redes (todos do sexo masculino);<br><b>Treinos:</b> Segundas, quintas e sábados. |

Assim, destaco 3 equipas de 3 modalidades: a academia de andebol, uma equipa mista com a particularidade de serem atletas de idades entre os 5 e os 12 anos, com o objetivo de aprender o básico de andebol e, essencialmente, terem o hábito de treino e de treinar em equipa; a equipa masculina de sub12 de basquetebol e a equipa de sub9/sub11 de hóquei em patins, uma equipa também mista e com a particularidade de estarem 2 escalões a treinar em simultâneo pela proximidade de idades e pelo facto de não terem atletas suficientes para criar equipas separadas (ver Tabela 5).

**Tabela 5:** Três modalidades e equipas com atividades e temas destacados.

| Modalidades      | Equipas                                  | Observações   | Temas   |
|------------------|--|---|---|
| Andebol          | Academia<br>Equipa Mista                 | <b>Atletas:</b> 42 atletas: 38 sexo masculino, 4 sexo feminino;<br><b>Treinadores:</b> 2 treinadores que ficam com os/as atletas mais novos/as; e 1 treinador que fica com os/as mais velhos/as<br><b>Observações:</b> A equipa está dividida em dois grupos: um grupo composto por atletas mais novos e outro grupo com atletas mais velhos, para facilitar a dinâmica de treino, dada a dimensão de atletas.                        | <b>Coesão de grupo</b><br><b>Sentimento de pertença</b><br><b>Relação de equipa</b> |
| Basquetebol      | Sub12 <sup>11</sup><br>Equipa Masculina  | <b>Atletas:</b> 15 atletas;<br><b>Treinadores:</b> 1 treinador principal, 1 treinador-adjunto.  | <b>Comunicação</b><br><b>Trabalho em equipa</b><br><b>“Eu” na equipa</b>            |
| Hóquei em Patins | Sub9/Sub11 <sup>12</sup><br>Equipa Mista | <b>Atletas:</b> 16 atletas: 13 sexo masculino, 3 sexo feminino;<br><b>Treinadores:</b> 1 treinador principal, 1 treinador-adjunto, 1 treinador de guarda-redes<br><b>Observações:</b> Treinam dois escalões no mesmo horário - benjamins (sub9) e escolares (sub11) - não se justifica a criação de duas equipas distintas, por um lado pela proximidade de idades e, por outro, por não terem atletas suficientes para cada escalão. | <b>Comunicação</b><br><b>Trabalho em equipa</b><br><b>Reflexão</b>                  |

Apesar da ordem apresentada na Tabela 5, faz mais sentido iniciar pela equipa de hóquei em patins, especialmente por ser a modalidade em que o SPE se aproximou mais, num momento inicial. O hóquei em patins era uma modalidade que, pessoalmente, não estava a par, nem de como funcionava, pelo que logo me despertou o interesse,

“No meio de toda esta preparação, fiquei a observar a dinâmica que os/as atletas têm com os/as pais/mães ou com quem os/as acompanha até ao treino (...). Os/as pais/mães trazem os/as seus/suas filhos/as e, em alguns casos, ficam a ajudá-los/as a equipar, tanto os patins, como as proteções (caneleiras, joelheiras, capacete)” (NT, 07/10/2021).

Esta fase de observação servia, maioritariamente, para dar a conhecer o SPE e para o SPE conhecer as diferentes equipas, desde os/as atletas, até treinadores/as e técnicos/as, e perceber as dinâmicas do clube, assim como as suas potencialidades e necessidades.

<sup>11</sup> Equipas com atletas com idades até 12 anos, nunca superior.

<sup>12</sup> Equipa com atletas com idades até aos 9 ou 11 anos, nunca superior.

Comecei por observar os treinos e a interagir com o treinador, pelo que, rapidamente, se interessou pelo trabalho do SPE e quis a sua intervenção,

“(…) sabia que estava a treinar o hóquei em patins, pois o treinador tinha-me informado disso. Fiquei a observar apenas a última meia hora, mas foi fascinante, sendo que o próprio treinador, no final, me convidou a fazer uma atividade com os mais pequeninos na próxima sexta-feira à mesma hora” (NT, 08/10/2021)

Num dos primeiros treinos que assisti da equipa sub9/sub11, decorreu uma situação em que um dos atletas teve de sair devido a um conflito com o treinador,

“(…) fui assistir a um dos treinos de hóquei em patins, dos benjamins e escolares, pelo que me apresentei ao treinador principal e a alguns pais/mães que lá estavam também. O que reparei, quando cheguei, foi na saída de um dos atletas porque tinha havido um conflito com um dos treinadores, fiquei um pouco preocupada, mas não quis intervir porque senti que me iria estar a intrometer demasiado” (NT, 04/11/2021)

pelo que me fez refletir, por um lado, que esta era uma equipa instável, no sentido de terem diferentes idades e níveis de prática da modalidade e, por outro lado, refletir sobre o papel da educação, nomeadamente, o papel da mediação socioeducativa, e o que poderia o SPE fazer perante este tipo de situações,

“No entanto, continuei a observar o resto do treino e percebi que aquela equipa é um pouco instável, também possivelmente por estarem atletas de diferentes níveis e idades, uns/umas com mais prática e facilidade de patinagem e do hóquei e outros/as ainda a tentar dominar as técnicas” (NT, 04/11/2021).

Com o avançar dos treinos e das observações, estas situações de conflito eram recorrentes em alguns treinos, em especial no último treino da semana, em que os/as atletas já estavam mais cansados da semana de escola e de treinos, o próprio treinador referiu que o melhor treino dos/as atletas era o primeiro, o de segunda-feira, porque tinham tido o fim de semana para descansar e afastar-se dos dois contextos. Ainda assim, num dos treinos em que os/as atletas estavam a distrair-se com mais facilidade e, conseqüentemente, com pequenos conflitos entre eles/as, foi quando me ocorreu que poderia fazer uma ação sobre a gestão de conflitos adequada, naturalmente, às idades dos/as atletas da equipa,

“O treino vai decorrendo e reparo que alguns/algumas atletas distraem-se com mais facilidade (...) e que também existe pequenos conflitos entre eles/as. Ocorreu-me,

entretanto, que poderia fazer uma atividade sobre gestão de conflitos, de uma forma subtil e não tanto com o objetivo principal ser efetivamente a gestão de conflitos, mas sim melhorar a comunicação entre a equipa, quer entre atletas, quer entre atletas–treinadores, de forma a que o conceito de equipa seja entendido como grupo e coesão, porque sendo um desporto coletivo é importante que a equipa seja unida e para isso é importante a comunicação, a cooperação, a colaboração e o bem-estar de todos/as” (NT, 11/11/2021).

Portanto, preparar a equipa para uma atividade de gestão de conflitos no desporto, mas, numa fase inicial, entrar apenas com a importância do espírito de equipa e da comunicação entre atletas e, também, com o treinador, de modo a melhorar as relações interpessoais. Neste sentido, a primeira atividade planeada está apresentada na Tabela 6.

*Tabela 6: Planeamento da primeira atividade com a equipa sub9/sub11 de hóquei em patins.*

| Duração/Materiais   | Tema  | Objetivos   | Atividade   |
|---|---|---|---|
| <p><b>Duração:</b> 15/20 min<br/> <b>Materiais:</b> Papéis, canetas e caixa</p> | <p><b>Comunicação;</b><br/> <b>Espírito de Equipa</b></p> | <p>Trabalhar o conceito de equipa/grupo;<br/> Estimular a comunicação, colaboração e cooperação entre todos/as.</p> | <p><b>1º momento</b> – Colocar música enquanto fazem o aquecimento inicial (patinar, etc.);<br/> <b>2º momento</b> – Pedir para descrever a equipa numa palavra: “O que é que esta equipa significa para mim?” ou uma característica da equipa. Pensando nos/as colegas, nos treinos, nos jogos, nos treinadores... A partir disto, a ideia será fortalecer a equipa / o grupo, através da formação de pares e promovendo a comunicação entre eles/as;<br/> <b>3º momento</b> – Formação de pares, pedir para cada par ter um código (‘nome’ ou número), e cada par tem de fazer um exercício relacionado com o hóquei, por exemplo: levantar a cabeça para ver o colega, dizer o código do par e depois passar a bola.</p> |

Os/as atletas já me conheciam, mas ainda assim, fiz questão de garantir que sabiam quem eu era e em que contexto é que me enquadrava no AFC. Começamos por aí, por saber os nomes de todos/as os/as presentes e como, nesse treino, já tinham feito o aquecimento à medida que iam chegando atletas, não faria sentido iniciar com um novo aquecimento, mas com música. Neste sentido, optei por uma forma mais subtil e à medida que se iam sentando em círculo, ia perguntando se gostavam de praticar hóquei em patins até que trouxeram para o debate o conceito de “equipa”,

“(…) pedi para nos sentarmos todos/as e fui perguntando se gostavam do hóquei, todos/as respondem que «sim», muito entusiasmados/as; perguntei o que é que eles eram enquanto grupo no hóquei, com algumas respostas, fomos chegando ao conceito de “equipa”. De seguida, perguntei «E vocês gostam da vossa equipa?», obtendo algumas respostas entusiasmadas «simmm» ou «sim, nós somos todos amigos»” (NT, 02/12/2021).

Através das respostas dos/as atletas de gostarem dos/as colegas e da equipa, de um modo geral, comecei a entrar pela vertente mais relacional, portanto no segundo momento do planeamento,

“Com esta conclusão, perguntei «Então, e se vocês tivessem de descrever a alguém como é que é a vossa equipa, numa só palavra, o que é que vocês diziam?» e aí pedi para pensarem um bocadinho, enquanto ia distribuindo os papéis e canetas por cada um/a, para depois escreverem no papel, dobrarem e depois colocarem na caixinha que o “tio” nos arranjou” (NT, 02/12/2021).

Os/as atletas iam pensando, enquanto nós íamos ajudando alguns/mas que ainda não sabiam escrever algumas letras, mas sabiam o que queriam escrever, e outros/as que tinham dificuldade em pensar numa palavra, pelo que fomos dando dicas,

“(…) fomos ajudando alguns atletas a pensar numa palavra, com perguntas como “O que é que tu achas dos teus colegas? São teus amigos? E do treinador? Vamos pensar por aí”, pelo que foram todos chegando a uma palavra, a seu ritmo” (NT, 02/12/2021).

Feita esta parte da atividade, e guardados os papéis de cada um/a dos/as atletas, foi altura de passar ao terceiro momento do planeamento. Assim, pedi que formassem 2 filas paralelas e, como planeado, pedi para formarem pares com um código (nome ou número) e que o decorassem para depois o comunicarem,

“Pedi para formarem pares - rapidamente o fizeram - e para cada par ter um código (nome ou número) e que tinham de o saber muito bem. De seguida, pedi para fazerem duas filas paralelas, e expliquei que o exercício seria um 2 para 0, com a ajuda de um dos treinadores de guarda-redes. A ideia era cada par fazer a jogada, coordenando quem é que ia dizer em voz alta o código combinado entre si, e assim que o/a colega dissesse o código, o/a outro/a tinha de passar a bola” (NT, 02/12/2021).

No fundo, o objetivo deste exercício passava por estarem atentos/as àquilo que os/as outros/as dizem e compreender essa informação para poder agir em função dela, fortalecendo, ainda, as suas dinâmicas de jogo. Este exercício repetiu-se 3 vezes, para conseguirmos voltar ao exercício anterior e para não ultrapassar o tempo que tinha sido

destinado à atividade. Por fim, voltamos aos papéis colocado na caixa para ver o que tinham escrito e se, depois do exercício dos pares, essas palavras faziam ainda mais sentido ou se todos/as concordavam com aquelas palavras ou se sugeriam outras.

“(…) voltei a pegar nos papéis com as palavras para eles verem as que foram escritas e perceber se lhes faziam sentido, alguns concordavam com umas, outros com outras. As palavras foram-se repetindo, mas maioritariamente passaram por estas: amizade, amorosa, persistente, união, muito boa, empenhada” (NT, 02/12/2021).

Em retrospectiva, os/as atletas mantiveram sempre uma postura curiosa perante aquilo que eu ia fazendo, pois não compreendiam bem o que ia ser feito, nem como reagir à presença de alguém “de fora”. É importante neste tipo de atividades esclarecer as propostas de atividades e a intencionalidade com que são feitas, só assim os/as atletas estarão em condições de estarem atentos/as ao que está a ser feito e a mudarem comportamentos. Os resultados da atividade mostram que foi pertinente tanto aos/às atletas, como ao treinador – particularmente, o treinador perguntou-me qual o objetivo do exercício dos pares, pelo que lhe expliquei que era precisamente a melhoria da comunicação entre atletas, seja ao nível da performance desportiva, seja ao nível interpessoal; o treinador afirmou que nunca tinha pensado nisso, mostrando-se surpreso por uma atividade tão prática poder ter dois sentidos estratégicos.

No caso da equipa da *Academia de Andebol*, a intervenção surgiu devido a um pedido por parte da coordenadora da formação do Andebol, em que manifestou uma preocupação com as/os atletas mais jovens,

“(…) fomos falando de alguns pedidos que tinham chegado diretamente à professora Teresa, nomeadamente da coordenadora da formação do Andebol, em que referiu que seria interessante fazer uma atividade com as crianças, pelo que ficou combinado que iria falar com a coordenadora para ver o que é que era sentido como uma necessidade; e assistir a alguns treinos para conhecer os treinadores e perceber qual é a realidade vivida” (NT, 13/01/2022).

Nesse sentido, o SPE iniciou a observação dos treinos da equipa da Academia e foi conhecendo os treinadores e tentar perceber como poderíamos complementar o seu trabalho. À medida que fomos assistindo aos treinos, começamos a pensar em atividades para realizar junto dos/as atletas, sempre com o foco de incentivar o trabalho em equipa e fomentar a melhoria das relações interpessoais. Estas atividades serviram, ainda, como modelo para os treinadores, já que admitiam sentir algumas dificuldades em pensar em



atividades adequadas para estes/as atletas tão pequenos/as. O planeamento das atividades pode ser visto na Tabela 7.

**Tabela 7:** Atividades destacadas com a equipa da Academia de Andebol.

| <b>Data</b>                    | <b>Duração</b> | <b>Tema</b>                     | <b>Objetivos</b>  | <b>Atividade</b>   |
|--------------------------------|----------------|---------------------------------|---|--|
| 1ª<br>atividade:<br>17/02/2022 | 20min          | <b>Apresentação;<br/>Equipa</b> | Apresentação dos elementos do SPE e da equipa (atletas e treinadores);<br>Perceber a relação do grupo e criar ligação com o mesmo | <b>1º momento</b> – Apresentação: nome e duas atividades que gostem;<br><b>2º momento</b> – Jogo do Futebol Humano;<br><b>3º momento</b> – Retorno à calma e verificar se alguma da informação do primeiro momento ficou retida.   |
| 2ª<br>atividade:<br>24/02/2022 | 20 min         | <b>Equipa</b>                   | Coesão de grupo e sentimento de pertença, conhecerem-se e darem a conhecer  | <b>1º momento</b> – Dinâmica <i>Speed Dating</i> : estimular uma conversa entre duplas onde partilhem informações pessoais: uma característica e um medo;<br><b>2º momento</b> – Reflexão sobre a importância do “eu” dentro da equipa, do conceito equipa, da necessidade de comunicarem em várias situações e do benefício que traz a diversidade. |

No que se refere à primeira atividade, o objetivo era conhecer a equipa e a equipa estar familiarizada com o SPE, através da implementação de algumas atividades que fomentassem a relação entre todos/as e para que os/as atletas percebessem a importância da equipa enquanto grupo e este enquanto oportunidade de aprendizagem.

Assim, algo que foi tido em consideração logo no início da atividade foi a junção de todos/as os/as atletas, os/as mais novos/as com os/as mais velhos/as, dado que, nos treinos anteriores, verificámos que havia essa separação durante todo o treino e poderia provocar algum atrito entre atletas. Dessa forma, pedimos a todos/as que se sentassem e pedimos, em especial aos treinadores, para organizarem os/as atletas independentemente das suas idades ou nível de performance desportiva.

“Na atividade juntamos os dois grupos que costumam treinar em separado no mesmo recinto à mesma hora. Achamos que seria uma boa forma de interagir com todos, não dando oportunidade de alguém se sentir excluído. Achamos importante que os elementos mais velhos sejam mais um suporte para os mais novos, tanto a nível desportivo como educacional” (NT, 17/02/2022).

O planeamento decorreu como esperado, pelo que os/as atletas se demonstraram muito participativos/as e empenhados no primeiro momento, que era algo que poderiam não estar tão habituados/as num treino. No entanto, foi de notar a diferença de atenção entre atletas, algo que consideramos natural, uma vez que é uma equipa tão grande, com idades e níveis de maturação e/ou de performance desportiva tão diferentes.

“A interação foi boa, foram respondendo conforme o que tinha sido pedido, uns mais atentos do que outros, mas algo que consideramos normal, dado ser uma equipa tão diversa em idades e em maturação/nível desportivo” (NT, 17/02/2022).

Além disso, na segunda parte da atividade, o jogo do futebol humano, foi um momento de diversão, mas sobretudo de ligação entre todos/as, uma vez que se construiu duas equipas e ambas eram compostas por atletas mais velhos/as, mais novos/as, treinadores e membros do SPE. Foi possível, através deste jogo, analisar algumas interações entre vários elementos da equipa, nomeadamente entre atletas mais velhos/as e mais novos/as, em que se ajudavam mutuamente e procuravam sempre colegas para apoiar na passagem para o outro lado do campo.

“(…) esta atividade serviu como um momento de descontração, mas também de análise da interação entre os vários elementos da equipa. Criou-se duas equipas equilibradas com a ajuda dos treinadores. Cada equipa era composta por atletas mais velhos e mais novos, treinadores e membros do SPE. Não houve reticências em momento algum. A interação foi fluída, quer entre atletas; atletas-treinadores e entre eles e o SPE” (NT, 17/02/2022).

Após este momento, voltamos a juntar-nos para falarmos e perceber se ainda se lembravam de alguma da informação da primeira parte da atividade. Em tom de brincadeira, mas também com alguma seriedade, queríamos saber se ainda se lembravam dos nomes, dos/as colegas, dos treinadores e dos membros do SPE, e das atividades destacadas pelos/as colegas como sendo as suas favoritas, pelo que se foram lembrando e, ainda, dizendo acrescentando ao que tinham dito inicialmente.

“No retorno à calma aproveitamos para perceber se tinham retido alguma da informação da primeira atividade ficou retida: se os/as atletas ainda se lembravam dos nossos nomes, se sabiam o nome de todos/as os/as colegas e dos treinadores e, ainda, se se lembravam de algumas das duas coisas que os colegas gostavam de fazer. Quanto aos nossos nomes, a maioria dos atletas lembrava-se; relativamente ao nome dos colegas alguns é que não sabiam (normal visto treinarem em grupos diferentes); já os nomes dos treinadores sabiam

todos. Quanto à questão de saberem o que gostavam ou não, as respostas foram sendo diferentes, alguns tinham fixado muito bem alguma coisa sobre outro/a colega, mas também foram dizendo coisas diferentes do que tinham dito inicialmente” (NT, 17/02/2022).

Quanto à segunda atividade referida na Tabela 7, o objetivo era trabalhar a coesão de grupo e potenciar o sentido de pertença, através de atividades que conjugassem a conversa entre atletas. Neste sentido, o primeiro momento foi o “*Speed Dating*” em que pedimos aos/às atletas para se distribuírem em dois círculos, um exterior e um interior, para formarem pares e falarem com o/a colega que estivesse à sua frente expondo uma característica e um medo, pelo que tinham alguns segundos para pensar e dizê-lo e, de seguida, rodarem e trocarem de par. Nesta primeira parte, sentimos que os/as atletas estavam a ter alguma dificuldade em identificar uma característica sua, provavelmente devido à sua idade e nível de maturidade. Contudo, esta dificuldade já não se registou quando tinham de identificar o seu medo, pois pareceu não haver nenhum tipo de impasse ou de vergonha em partilhar esse medo.

“Ao longo da dinâmica reparamos que a maior dificuldade para os atletas era de se caracterizarem ou identificarem uma característica para dizer ao colega. Já no que diz respeito ao medo não houve nenhum impasse, muito pelo contrário, mostraram-se muito à vontade para partilhar” (NT, 24/02/2022).

Depois deste momento, mais razão teríamos para refletir sobre a importância de se conhecerem a si próprios/as, aos/às outros/as e, ainda, de perceberem que todos/as são diferentes, aludindo à sua posição no andebol, enquanto jogadores/as.

“No final fizemos uma pequena reflexão sobre a importância de se conhecerem e de serem diferentes uns dos outros. Comparamos com as posições em campo de andebol, dizendo que uma equipa não pode jogar só com pivôs, precisa de pontas, centrais e guarda-redes para que a equipa esteja completa” (NT, 24/02/2022).

Aliado à importância da reflexão, foi reforçada a entreajuda, especialmente quando algum/a colega não se sente tão bem, ou está numa fase ou momento mais difícil, saber que devemos apoiá-lo/a e que o desporto pode ser uma boa forma de o/a ajudar. Aqui, os/as atletas ficaram bastante recetivos, referindo que sempre que veem algum/a colega mais em baixo, fazem questão de conversar com ele/a e de perceber de que forma o podem ajudar, pelo que surgiu, novamente, a partilha inicial sobre o medo de cada um/a, com a certeza de que uma equipa pode ajudar-se mutuamente a ultrapassar situações, sejam

individuais, sejam de grupo.

“Referimos também a importância de se entreatudarem, principalmente quando um colega não está tão bem. Aqui voltamos à partilha do medo afirmando que juntos conseguem lidar melhor com uma situação, do que a pessoa que tem o medo sozinha seria capaz de lidar” (NT, 24/02/2022).

Em suma, estas atividades foram a oportunidade, por um lado, de uma maior aproximação de atletas entre si, em que puderam conhecer-se melhor uns/umas aos/às outros/as, mas também a si mesmos/as. E, por outro lado, decorreu como uma aprendizagem, acima de tudo, para os treinadores que, apesar de, na minha opinião, terem uma postura bastante crítica em relação à sua equipa, ao seu trabalho, também atribuíram valor ao trabalho do SPE e acreditam levar exemplos das atividades para o futuro, enquanto treinadores. Assim se destaca, novamente, o papel do treinador como um elemento essencial à equipa que, neste caso, disponibiliza tempo de treino para a intervenção do SPE, assim como apropria aprendizagens à medida que a intervenção vai sendo desenvolvida, garantindo, constantemente, a inovação da sua prática desportiva.

No caso da equipa masculina de sub12 de *Basquetebol*, a intervenção surgiu devido à observação dos treinos e às reflexões que ia fazendo com o treinador da equipa. Na primeira conversa informal com o treinador, falamos sobre a importância da educação no desporto, pelo que me disse que é um fator que impacta bastante a performance desportiva dos seus atletas e se há alguma coisa a incomodá-los nesse aspeto, a primeira coisa a fazer é perceber o que é que se passa e tentar ajudar,

“(…) efetivamente existe uma correlação entre essas duas vertentes e, enquanto treinador, consegue logo perceber que alguma coisa está diferente ou não está tão bem. A sua estratégia, apesar de não o reconhecer como uma estratégia, quando isso acontece é falar com o/a atleta em questão e ir perguntando como é que estão as coisas, se precisa de falar, porque, nas suas palavras, na maioria das vezes os/as atletas sentem-se mais à vontade com os/as treinadores/as do que com os/as próprios/as pais/mães. Ligado a isso, está também a relação com a escola que, segundo o próprio, tenta privilegiar ao máximo, porque “para serem bons atletas, têm também de ser bons alunos”, funcionando como uma motivação, tanto para a escola e os estudos, como para a performance desportiva” (NT, 08/10/2021).

Embora o treinador tenha referido esta estratégia, ele próprio não a identificava como tal, só como uma prática que fazia sentido para ele, algo que corrobora a premissa de que

os treinadores raramente têm estratégias definidas à priori (Falcão et al., 2012). O treinador dizia-me que tenta, independentemente de tudo, que os atletas consigam dar o seu melhor e tivessem oportunidade, em cada treino e ao longo da semana de treinos, aperfeiçoar a sua técnica. Com a observação dos treinos, percebi que a dinâmica, ou seja, a estratégia utilizada, é a repetição de exercícios que os atletas têm mais dificuldade ou baseados na dinâmica de jogo, possibilitando a reflexão aos atletas e a sua aprendizagem contínua,

“No treino de hoje, reparei que muitas das dinâmicas ocorrem por vontade do treinador, mas com base nas experiências dos e das atletas e daquilo que eles têm mais dificuldade a fazer. A meu ver, isto é uma forma de colocar os atletas a refletir sobre a sua postura desportiva, sem ser de uma forma pejorativa, para que possam aprender através da experiência e da tentativa. Relacionado com isto está a forma como os/as próprios atletas veem a sua performance, nomeadamente porque querem sempre fazer mais e melhor, não desistem, aprendem aquilo que o treinador vai dizendo, todos no seu tempo e sempre com a esperança de que conseguem fazer” (NT, 13/10/2021).

Novamente, destaca-se o papel do treinador, enquanto elemento essencial de uma equipa, um treinador que motiva os seus atletas, que deixa claro que errar faz parte do processo e que o mais importante é a aprendizagem que se retira desse mesmo erro,

“(…) também é essencial ter um treinador que não só os ajude a pensar dessa mesma forma, que os motive a não desistir, mas também que os deixe pensar que errar faz parte e que devem aproveitar isso como forma de motivação” (NT, 13/10/2021).

Ao longo dos treinos, fui-me apercebendo de que, embora os atletas demonstrassem dinamismo enquanto equipa, existia ainda algumas falhas no que toca à parte do jogo individual, ou seja, alguns atletas só passavam a bola depois de alguma insistência, uma vez que queriam fazer o seu próprio jogo,

“No treino de hoje, percebi que havia alguma tendência para o individualismo, alguns atletas querem ter a bola para eles e demoram na passagem de bola aos colegas. Considero algo normal, mas que, efetivamente, deve ser trabalhado, uma vez que o basquetebol é um desporto em equipa e só se obtém resultados se todos jogarem em equipa e mantiverem uma postura mais holística de jogo” (NT, 16/02/2022).

Neste sentido, acreditei que faria sentido realizar um conjunto de atividades que permitissem perceber, com mais detalhe, a equipa de sub12 e como é que cada um dos atletas se sentia enquanto membro da equipa e, ainda, fortalecer a sua dinâmica de jogo

e/ou de treino. Para isso são destacadas duas atividades (ver Tabela 8), pelo que a primeira se baseia precisamente no conhecimento da equipa e do seu sentimento de pertença, quer à equipa, quer ao clube; e a segunda se foca no “eu” dentro da equipa e no seu poder de contribuir para a coesão de grupo.

*Tabela 8: Atividades destacadas com a equipa masculina sub12 de basquetebol.*

| <b>Data</b>                    | <b>Duração</b> | <b>Tema</b>  | <b>Objetivos</b>   | <b>Atividade</b>   |
|--------------------------------|----------------|--|--|--|
| 1ª<br>atividade:<br>23/02/2022 | 15 min         | <b>Espírito de equipa;<br/>Sentimento de pertença</b>      | Apresentação do SPE ao grupo;<br>Compreender o sentimento de pertença à equipa, e sua interação, bem como ao próprio clube;<br>Levantamento de necessidades. | <b>1º momento: Quebra-gelo</b> – Começa toda a gente sentada, incluindo treinadores e membros do SPE. Pedir que cada um se apresente, nome, idade e diga algo que o colega anterior gosta<br><b>2º momento: Caracterizar a equipa numa palavra</b> – Através do passe (de peito), pedir que caracterizem a equipa numa palavra em apenas 10 segundos (e tod@s fazem contagem regressiva)<br><b>3º momento: Reflexão</b> – O que acharam do que foi dito? |
| 2ª<br>atividade:<br>09/03/2022 | 15 min         | <b>Equipa;<br/>O “eu” no grupo e como posso contribuir</b> | Fortalecer a relação e comunicação entre a equipa, perceber as suas opiniões sobre aquilo que consideram como bom e mau.                                     | <b>1º momento:</b> Perguntar sobre o desafio da semana anterior e pedir que cada um (ou quem quiser/tiver pensado) partilhem 1 força e 1 melhoria da equipa (10 min)<br><b>2º momento:</b> Como é que <b>eu</b> posso contribuir para a equipa, perante as forças e melhorias que foram aqui ditas?  |

Na primeira atividade, começamos por uma apresentação de todos/as, com o nome, a idade e algo que o colega anterior gostasse, como uma forma de quebra-gelo, também para perceber até que ponto se conheciam uns aos outros, e de facto isso foi perceptível, pois sabiam bem que hobby ou gosto caracterizava o colega,

“(…) começamos com as apresentações e pelo que ia ouvindo, fui-me apercebendo que os atletas se conheciam bem, iam sempre referindo coisas mais ligadas a videojogos, mas na generalidade foi um momento construtivo” (NT, 23/02/2022).

Ainda antes do 2º momento, questioneei se tinham conhecimento das coisas que os colegas gostavam, se tinham ficado surpreendidos com algum desses hobbies ou preferências, pelo que alguns atletas disseram que não sabiam ou que estavam indecisos entre uma atividade ou outra,

“No final, perguntei se já sabiam de algumas das coisas que tinham ouvido dos outros colegas, e aí interagiram alguns dizendo que não sabiam do colega X ou Y. Aí percebeu-se que, através da dinâmica que surgiu, conseguiram aprender características uns dos outros que ainda não tinham tido oportunidade” (NT, 23/02/2022).

De seguida, a ideia era caracterizar a equipa numa só palavra através de um jogo, em que os atletas iam fazendo passe de peito para um colega aleatoriamente e cada atleta tinha 10 segundos para dizer a palavra. Neste momento, os atletas estavam entusiasmados e, simultaneamente, a tentar pensar numa palavra descritiva da sua equipa,

“(…) a atividade foi decorrendo com entusiasmo e algumas das palavras/ expressões utilizadas pelos atletas ou pelos treinadores foram as seguintes:

- unida
- amigável
- boa
- fixe
- inteligente
- forte
- coragem
- imparável
- com muita vontade
- joga muito bem” (NT, 23/02/2022).

Esta atividade decorreu como planeada e a postura dos atletas foi de grande entusiasmo, curiosidade e de envolvimento, pelo que a sua interação foi constante, assim como a sua diversão. No final da atividade, lancei um desafio à equipa: pensar em forças e fraquezas da própria equipa, ou seja, cada atleta pensava num de cada, para partilharem na semana seguinte. Além disso, pedi a dois atletas que ficassem responsáveis por lembrarem os colegas deste desafio e garantir que todos iam refletindo durante a semana.

“A interação e reação dos atletas a esta atividade foi boa e pareceram-me divertidos enquanto a faziam. No final, pedi que, para a semana seguinte, pensassem em forças e fraquezas da equipa, cada um pensa num de cada, e é o desafio que fica lançado. Pedi, ainda, que dois atletas, o mais novo e o mais velho da equipa, para ficarem responsáveis de lembrar os colegas do desafio” (NT, 23/02/2022).

Na segunda atividade, o objetivo era abordar novamente o conceito de equipa e trabalhar o “eu” dentro do grupo e de que forma podem contribuir para uma equipa mais coesa e mais consciente. Assim sendo, e retornando ao desafio da semana anterior, começamos com a partilha das forças e das fraquezas da equipa, pelo que logo ficaram

entusiasmados e a querer contar tudo aquilo que tinham pensado. A atividade começa, precisamente, pelas características mais positivas que descrevem a equipa, nomeadamente “*somos unidos*” ou “*temos química*”, foram expressões destacadas pela maioria dos atletas, pelo que uns concordavam e outros acrescentavam, sempre dentro da mesma lógica e da mesma ideia. Dito as forças, é hora de partilharmos as fraquezas, ou as coisas menos boas dentro da própria equipa, pelo que foram dizendo “*pouca eficiência*” e “*há alguns atletas que são um bocadinho individualistas*” (NT, 09/03/2022). Este momento foi ideal para articular com o principal propósito da atividade: como é que **eu**, enquanto atleta e pertencente a uma equipa, perante determinadas dificuldades, posso ajudar a melhorar ou contribuir para uma equipa mais forte? Consideradas as forças e fraquezas, estaria na altura, portanto, de encontrar soluções e, prontamente, os atletas destacaram algumas, especificamente para a questão do individualismo, “*Levantar mais a cabeça*”, “*Olhar para a equipa e ver quem está disponível*”, “*Passar mais a bola*” (NT, 09/03/2022), ou seja, estas três soluções acabam por se interligar e contribuir para a melhoria da eficiência, algo que foi apontado como uma fraqueza. Refletiram, ainda, sobre a importância de “*Ouvir o treinador*” e de “*Estar atento nos treinos*” (NT, 09/03/2022), pois sabiam que nesses mesmos treinos corrigiam erros dos jogos, através da repetição de exercícios, aprendendo a ter uma postura mais atenta e diversificada nos jogos.

“Assim, foram refletindo em conjunto sobre a importância da comunicação dentro da equipa e da importância da aprendizagem durante os treinos para irem melhorando a prestação nos jogos” (NT, 09/03/2022).

Esta equipa foi surpreendente devido, em grande parte, à postura do treinador: atento, cuidadoso, preocupado e esforçado. Sempre com o objetivo de construir uma equipa vencedora, não no sentido de ganhar todos os jogos, mas no de aprender todos os dias como ter uma equipa comunicativa, consciente e trabalhadora. Uma equipa que reflete sobre os jogos, que reconhece e admite o erro e que sabe o que tem de fazer para melhorar a cada dia. Competências que transportam para a vida pessoal, social e profissional, que garantem o seu desenvolvimento como jogadores/as e colegas de equipa e o seu papel enquanto cidadãos e cidadãs.

“(...) enquanto especialista em Ciências da Educação, fico contente que assim seja, por um lado pela capacidade e sensibilidade do treinador para este lado mais educativo e desenvolvimental, por outro lado pela capacidade de aprendizagem e resiliência que o



desporto proporciona aos atletas. Acredito que estas competências são transversais às suas vidas pessoais e sociais” (NT, 13/10/2021).

Ao longo da descrição e análise das atividades realizadas, é possível identificar o contributo das CE no que diz respeito ao trabalho junto das equipas como um complemento ao trabalho do/a treinador/a. Esta complementaridade pode verificar-se em dois sentidos benéficos: através das partilhas mencionadas na descrição das atividades realizadas, abarcando um conjunto de vantagens e benefícios para os/as atletas; e, ainda, através de momentos de reflexão/formação, ainda que *informal*, para os/as treinadores/as, num espaço em que controlam o próprio treino, mas o aproveitam, igualmente, como um espaço de aprendizagem através de contributos de especialistas em CE.

## Sessões de partilha

À medida que o SPE começou a ter mais presença e visibilidade no próprio clube e nas suas dinâmicas, considerou-se essencial alargar o Serviço à comunidade do AFC, através de sessões de partilha, um espaço em que se pudesse partilhar ideias, experiências e práticas. Como argumentado anteriormente, o papel da família no desporto é essencial e influencia a prática desportiva dos/as atletas, quer pela participação excessiva, como pelo baixo ou nenhum envolvimento (Bonavolontà et al., 2021). Nesse sentido, a primeira sessão de partilha focou-se, precisamente, no papel da família em contexto desportivo que se intitulou de “Família no Desporto” (ver Figura 2) e foi realizada via zoom, ainda devido a alguns constrangimentos face à Covid-19. O objetivo desta sessão de partilha era compreender o papel da família no desporto e de que modo os pais e as mães integrados na comunidade do AFC perspetivavam a sua participação e envolvimento na vida desportiva dos/as seus/suas filhos/as, através da partilha de contributos, estratégias, dicas e reflexões sobre a relação entre a família e o desporto, nomeadamente introduzindo questões como a lesão, a preparação/recuperação física e psicológica, as decisões do/a treinador/a e as vontades do/a atleta.



**Figura 2:** Cartaz da 1ª sessão de partilha “Família no Desporto”

Para completar a sessão de partilha, o SPE convidou 3 profissionais, uma psicóloga, um acupuntor e uma enfermeira, de modo a abranger os diferentes campos que se pretendiam discutir na sessão. Assim sendo, o planeamento da sessão (ver Apêndice 8), ainda que com momentos formais e com questões orientadoras, foi pensado numa lógica dinâmica e participativa onde todos/as pudessem dar a sua opinião, construindo uma conversa sobre aquilo que é o papel da família no contexto do AFC. Contudo, não foi

possível seguir *ipsis verbis* o planeamento, por questões de tempo, e por isso a sessão foi dividida em 4 momentos diferentes, como se pode verificar na Tabela 9.

**Tabela 9:** Preparação da 1ª sessão de partilha “Família no Desporto”.

| Data/Formato                | Objetivo  | Público-alvo              | Convidad@s                       | Descrição  |
|-----------------------------|---|---------------------------|----------------------------------|--|
| 19/02/2022<br>Online (Zoom) | Compreender o papel da família no AFC, dando contributos, estratégias e dicas para refletir sobre a relação família–desporto, nomeadamente sobre questões de lesão, preparação / recuperação física e psicologia. | Pais/mães, família no AFC | Enfermeira, Psicóloga, Acupuntor | <b>1º momento:</b> Apresentação/Icebreaker;<br><b>2º momento:</b> Questões orientadoras<br><b>3º momento:</b> Debate<br><b>4º momento:</b> Avaliação |

A sessão contou com a presença de nove elementos, sendo que dois desses elementos eram moderadoras do SPE, três eram oradores/as e os/as restantes quatro eram mães, atletas e membros da comunidade do AFC. O primeiro momento, correspondente à apresentação, revelou-se como descontraído e enriquecedor para a restante sessão, uma vez que ficamos a conhecer melhor o público presente e, ainda, permitiu um maior à vontade para o resto da sessão,

“(…) pedimos às pessoas que se apresentassem, dissessem o seu papel no AFC ou falassem um pouco da sua experiência profissional/pessoal e que dissessem uma curiosidade sobre si. Esta atividade foi fundamental para um momento de quebra-gelo e para se iniciar a sessão com uma atitude mais positiva e descontraída. Assim sendo, fomos avançando para a atividade seguinte já com uma boa interação e dinâmica entre todos/as” (NT, 19/02/2022).

Num segundo momento, iniciámos com a questão “*Se tivessem de definir «desporto» numa palavra, qual seria?*”, de modo a iniciar o debate e apenas deixar fluir a conversa,

“(…) começando por perguntar o que é que a palavra “desporto” significava, quer para os/as participantes, quer para os/as oradores/as, contribuindo, assim, para a interação entre os dois grupos” (NT, 19/02/2022).

Algumas das palavras foram:

- “Sucesso;
- Bem-estar;
- Competição;
- Saúde física/mental;

- Equipa;
- Crescimento pessoal e coletivo” (NT, 19/02/2022).

De seguida, a conversa começou a surgir de forma natural, pelo que profissionais, atletas e mães foram interagindo e discutindo sobre diversos temas, como por exemplo a questão das lesões, em que se falava da necessidade de estar constantemente atento/a à preparação física e, também, à recuperação depois de cada treino ou jogo, aqui com a perspetiva tanto do acupuntor, numa parte mais fisiológica, como da enfermeira que também alertou para problemas de baixa autoestima e de frustração. Além disso, também se abordou a questão de o desporto ser um contexto amigável e propício às relações entre jovens e entre jovens e adultos, referindo que essas interações são fundamentais ao crescimento pessoal e coletivo. Contudo, ainda neste âmbito, foi referida a questão do *bullying* que é muito comum em espaços desportivos e que através do espírito de equipa é que se conseguia melhorar a esse nível que vai de encontro a .

Após todas as partilhas, e uma vez que já estávamos a ultrapassar o tempo estipulado para a sessão, foi finalizada com o momento de avaliação, através das reações incorporadas no Zoom, por parte de todos/as os/as participantes, pelo que o feedback foi bastante positivo e referiram mesmo a necessidade de existir um espaço para que se possam fazer partilhas e debates sobre temas alusivos ao desporto, mas especificamente sobre os contributos e benefícios que o desporto tem sobre os/as atletas.

Neste seguimento, e depois de várias reflexões, o SPE decidiu realizar uma segunda sessão de partilha com o título “Ética no Desporto” (ver Figura 3), com o objetivo de debater questões éticas do Desporto com base no último ciclo de publicações das “Dicas SPE” sobre o tema da ética desportiva. Esta sessão também se realizou online, via zoom, ainda devido a restrições da pandemia covid-19. Sendo a ética um tema atual, e pensando nos contributos do CED (IPDJ, 2014), era dever do SPE trazer ao debate, nomeadamente ao introduzir os valores associados à ética, auscultar os/as participantes sobre o que pensam da ética em contexto desportivo e, ainda, compreender qual é o papel do AFC enquanto um clube eticamente consciente.



*Figura 3: Cartaz da 2ª sessão de partilha “Ética no Desporto”*

Mais uma vez, no sentido de complementar o debate, convidamos duas pessoas com ligação ou desempenho de funções no AFC, o presidente, professor José Sarmento e a psicóloga Teresa Dias, especialistas no que diz respeito ao tema de Ética Desportiva. O planeamento desta segunda sessão (ver Apêndice 9) seguiu o mesmo formato da primeira, pautada por uma lógica dinâmica e participativa onde foi possível integrar conteúdos da ética desportiva, através de questões-chave para incentivar o debate, dando sempre abertura para o envolvimento dos/as participantes e dos/as convidados/as. A sessão contou com seis pessoas e foi dividida em 4 momentos (ver Tabela 10), estes já pensados previamente, pela experiência da primeira sessão, uma vez que planeamos muita coisa e acabamos por não ter tempo de realizar a atividade maior. Na segunda sessão, o cenário alterou-se e foi possível realizar o que estava, efetivamente, planeado.

*Tabela 10: Preparação da 2ª sessão de partilha “Ética no Desporto”.*

| Data/Formato                | Objetivo(s)   | Público-alvo   | Convidad@s                    | Descrição  |
|-----------------------------|---|----------------|-------------------------------|--|
| 24/04/2022<br>Online (Zoom) | Debater questões éticas do Desporto com base no último ciclo de publicações das “Dicas SPE” sobre o tema da ética desportiva;<br>Introduzir os valores associados à ética;<br>Auscultar os/as participantes sobre o que pensam da ética em contexto desportivo; | Comunidade AFC | Presidente AFC,<br>Psicóloga, | <b>1º momento:</b><br>Apresentação/<br>Icebreaker<br><b>2º momento:</b> Questões orientadoras<br><b>3º momento:</b> Debate<br><b>4º momento:</b> Avaliação |

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  | Compreender o papel do clube enquanto eticamente consciente |  |  |  |
|--|---|--|--|--|

O início da sessão mostrou-se parecido à primeira sessão, em que se fez uma breve apresentação de todos/as os/as presentes e se levantou a questão “*Que palavra utilizariam para descrever o AFC?*”. As respostas foram muito rápidas e diretas, ouvindo-se palavras como:

- “União;
- Respeito;
- Família;
- Comunidade;
- Superação;
- Diversidade” (NT, 24/04/2022).

Considerando as palavras ditas pelos/as participantes, foi objetivo do SPE articular essas mesmas palavras na introdução do debate e de que forma as podíamos relacionar com a ética, especificamente iniciando as questões-chave. Nesse momento, a primeira questão a ser colocada foi “*Sabendo que o desporto é um meio de formação do ser humano, de que forma acham que se poderia retirar mais vantagem deste?*”, pelo que instantaneamente nomearam o papel do/a atleta, referindo que estes/as são o elemento central e que o desenvolvimento deve ser feito, sobretudo, para e com os/as atletas. Após esta partilha, iniciou-se outra conversa a partir das questões “*Que valores acham fundamentais existir em contexto desportivo? Como é que esses valores podem/devem ser promovidos na prática?*”. O valor mais destacado foi a questão do respeito e da igualdade, surgindo alguns exemplos concretos de modalidades ou de experiências vivenciadas na prática, como é o caso do Teqball e da arbitragem,

“Um dos casos apresentados é na modalidade de Teqball, em que quando o/a jogador/a comete um erro, o/a próprio/a admite colocando a mão no ar, de forma a avisar e, consequentemente, ajudar a equipa de arbitragem” (NT, 24/04/2022).

“Algo também mencionado foi a funcionalidade do vídeo árbitro que, na sua [do participante] opinião, permite ajudar os processos de decisão dos/as árbitros/as e, fruto disso, no desporto mais justo, mais claro e mais equilibrado” (NT, 24/04/2022).

Estes dois trechos provam que, por muito prático que o contexto desportivo seja, é de momentos e inovações como estas que se aprende a verdadeira essência do desporto,

possibilitando uma maior noção daquilo que é a ética desportiva e dos valores que lhe estão associados.

Além dos dois exemplos mencionados, também surgiram outras partilhas interessantes, nomeadamente a questão do termo “adversário”, de os/as atletas terem espírito competitivo, mas por vezes em demasia que termina em confrontos e comportamentos agressivos. O/a “adversário/a” não pode ser vista como um/a “inimigo/a”, mas sim como um/a colega que está do outro lado, que não deixa de ser um ser humano com valores e crenças, a quem se deve o mesmo respeito que se tem pelos/as colegas de equipa. Deve existir, claramente, competitividade, mas de um modo saudável e amigável para que o desporto continue a inovar a cada dia que passa.

“Como referido, «a ideia de ser adversário deve ser desconstruída», pelo que não se pretende a demolição da competitividade, mas sim algo mais saudável e consciente, através da transmissão de valores, da aquisição de competências sociais que se podem atingir através dos treinos e da comunicação com colegas e treinadores/as” (NT, 24/04/2022).

Por último, foi ainda mencionado que as regras formais são importantes, mas a vertente emocional e de relação com os/as outros/as é, talvez, ainda mais importante e fundamental para a criação de bons/boas atletas e, sobretudo, de cidadãos e cidadãs conscientes.

A segunda sessão terminou com um feedback positivo, mais uma vez, e com o agradecimento da parte de todos/as os/as participantes por ter sido uma sessão tão pertinente ao AFC e ao mundo desportivo, possibilitando a reflexão sobre temas interessantes e atuais.

As duas sessões serviram, por um lado, para ajudar na caracterização mais aprofundada da comunidade desportiva e, por outro lado, para compreender de que modo se podem realizar debates ou sessões de partilha que sejam significativas e que correspondam às necessidades da comunidade, ajustando estratégias e modos de apresentação. Tal como os projetos, as sessões de partilha devem ir de encontro às necessidades da população-alvo e àquilo que consideram como pertinente ao contexto na qual está inserida. Foi, sem dúvida, uma aprendizagem quer para a vertente logística, por toda a preparação envolvida e dinamização, como enquanto profissional em Ciências da Educação que permitiu alargar horizontes e reforçar o papel educativo pelo qual o desporto se caracteriza, potenciando a reflexão e a mudança social.

## **A criação do Serviço de Psicologia e Educação no AFC**

A criação do SPE surge de um trabalho realizado anteriormente, como já mencionado, mas só em novembro de 2021 é que se oficializou como Serviço de Psicologia e Educação do AFC. Por um lado, existia um feedback dos fóruns de discussão<sup>13</sup> sobre a criação de um serviço de apoio ao clube, mas, por outro lado, era necessário verificar se esse serviço, numa nova época desportiva, ainda faria sentido, recorrendo-se a entrevistas e conversas informais. Num primeiro momento, e à medida que o SPE ia sendo apresentado, iniciava-se a articulação com vários agentes do AFC, nomeadamente treinadores/as de 3 modalidades e aqueles/as que tinham um maior contacto com atletas, de modo a perceber se este apoio ao clube era, efetivamente, necessário e em que moldes é que o SPE poderia realizar a intervenção. Conforme o desenrolar da época desportiva, o SPE realiza a sua atividade, num segundo momento, com as “Dicas SPE” e, à medida que se foram estabelecendo ligações, também começaram as atividades com diferentes equipas, assim como as sessões de partilha. Assim, e com uma perspetiva mais formal, foi necessário pensar num modo de avaliar tudo o que estava a ser feito até ao momento, pelo que se recorreu às entrevistas<sup>13</sup> com o objetivo de obter feedback do SPE e fazer possíveis melhorias e/ou alterações.

Nessas entrevistas, embora tenha sido necessário conhecer os agentes desportivos do AFC, quais as suas funções e qual a ligação ao mundo desportivo, era sobretudo essencial avaliar o trabalho do SPE. Portanto, relembrando as categorias de análise apresentadas no capítulo 3, destacam-se as três subcategorias referentes ao SPE:

- a) Vantagens do SPE;
- b) Contributo do SPE na missão e objetivos do AFC;
- c) Sugestões de intervenção.

### **a) Vantagens do SPE**

Relativamente às vantagens do SPE, todos/as os/as entrevistados/as, sem exceção, consideram o SPE como uma mais-valia para o clube. É entendido como um serviço essencial e necessário em todos os clubes, pela diferença e importância que garante, quer

---

<sup>13</sup> Abordado no capítulo 3.



ao próprio clube, quer, e principalmente, aos/às atletas e à comunidade desportiva do AFC,

“Claro que é uma vantagem, uma mais-valia para o clube, como é óbvio. Nunca poderia ser uma desvantagem um serviço complementar ao bem-estar de pessoas e, muito mais, ao bem-estar de atletas” (E9, Coordenadora)

assim como, aliado à perspetiva de aprendizagem para uma melhor gestão de atletas, através da articulação com profissionais,

“Uma vantagem, sem dúvida. Acho que faz toda a diferença e sempre foi uma coisa que eu defendi, e que eu acho que os clubes deviam ter esse género de serviço porque cada vez mais temos de lidar com casos, não digo que sejam difíceis, mas diferentes, e se calhar nem todos estamos preparados para lidar com eles e para os percebermos e a ajuda de um profissional é sempre bem-vinda, temos de aprender” (E12, Coordenador).

Também reconhecem o papel que o SPE pode ter junto das famílias e dos/as treinadores/as, através da educação e da formação, ideias também destacadas pela importância que lhes é caracterizada, tanto no que diz respeito à mais-valia do envolvimento da família para o sucesso dos/as atletas (Benaventolá et al., 2021; Andrade, 2013), como aos/às treinadores/as que desempenham um papel essencial no desenrolar de toda a época desportiva com os/as atletas (Santos et al., 2016; Falcão et al., 2012),

“Acho que é muito importante: a intervenção/ educação nas famílias, os treinadores também era uma coisa muito importante se houvesse algum tipo de formação para os treinadores (...)” (E6, Treinadora).

É trazida, ainda, uma perspetiva referente ao acrescento de um serviço ou valências a uma organização, nomeadamente uma opção que tenha como objetivo manter o bem-estar da própria organização e de seus agentes, é sempre entendida como uma mais-valia e como um acrescento de valor,

“Todas as valências crescem uma mais-valia à organização. Se nós somos uma organização, com o objetivo de manter o bem-estar, eu acho que é por isso que eu participo nestas coisas, pela camaradagem (...). Mas eu acho que o vosso Serviço, como é óbvio, acrescenta valor” (E9, Coordenadora)

Porém, embora o SPE seja visto como uma vantagem e como um serviço essencial com acrescento de valor ao AFC, é reconhecida a dificuldade de o Serviço não conseguir responder a todos os pedidos ou estar presente em todos os treinos de todas as

modalidades e escalões, uma vez que é uma equipa relativamente pequena para as dimensões do AFC,

“Claramente como uma vantagem e acho que é um bocado complicado porque o vosso trabalho deveria ser incutido e incluído em todos os escalões e em todos os treinos, mas também temos noção de que isso é uma carga um bocado agressiva para vocês porque se o fizerem em todas estão tramadas (risos). Mas sim, acho que é um trabalho que era essencial em todas as equipas, de todos os escalões, de todas as modalidades como é óbvio (...)” (E5, Treinadora).

## **b) Contributo do SPE na missão e objetivos do AFC**

Relembre-se que o AFC tem como missão, “Afirmar-se por uma conduta íntegra e socialmente solidária dos seus membros, alicerçada numa formação humanista e desportiva marcada pela constante procura da excelência” (Website AFC). Assim como a sua visão se configura em três objetivos<sup>14</sup>, pelo que importa focar apenas no primeiro assinalado:

“Acreditar nos valores da prática desportiva como meio de formação dos jovens, de desenvolvimento de competências sociais (...)” (Website AFC).

Neste sentido, a articulação entre o trabalho do SPE e a missão do AFC parece ser evidente para os/as entrevistados/as, tanto para treinadores/as, como para coordenadores/as e seccionistas. São destacadas as mais-valias do trabalho do SPE, como por exemplo o valor que traz para o conceito de “corpo são, mente sã”, acrescentando ao clube uma vertente além do desenvolvimento físico, algo que se tem vindo a abordar ao longo de todo o relatório, uma vez que o desporto se tem focado cada vez mais na sua vertente social, educacional e comunitária (Hassandra & Goudas, 2010; Comissão Europeia, 2007),

“Sim claro que sim, penso que tem tudo a ver com o objetivo do clube, seja corpo são e mente sã, ou seja, nós conseguirmos estar bem fisicamente, mas também psicologicamente, acho que (...) não deve haver nenhuma secção que vos diga o contrário, porque de facto o vosso trabalho está a ser muito bem feito e espero que continuem, e acho mesmo que é uma mais-valia para o clube” (E4, Treinador).

---

<sup>14</sup> Abordados no capítulo 1.

As entrevistas mostram, ainda, que o SPE acrescenta valor ao AFC, nomeadamente através da comunicação e da educação, pela importância que, cada vez mais, se assume no contexto desportivo, articulando-se com o já argumentado no presente relatório sobre a comunicação como forma de gestão de conflitos e melhoria de relações interpessoais (Vecchi & Greco, 1999; Torremorell, 2008), assim como a função educacional do desporto, nomeadamente valores como a igualdade, o respeito e o espírito de equipa (IPDJ, 2014; Silva, 2021),

“Mas eu acredito que, no universo do Académico [AFC], a comunicação é importante, a educação é importante (...), todas essas ferramentas são ótimas (...)” (E9, Coordenadora).

Para rematar, consideram que o SPE devia ser uma regra em todos os clubes, de menor ou maior dimensão e para todas as idades,

“Este tipo de Serviço, podendo, devia estar em todos os clubes, tanto nos pequenos, como nos grandes e nos grandes ainda mais, tem necessidades diferentes” (E7, Treinadora).

e que pode fazer a diferença no clube, remetendo à ideia previamente abordada de pensar o desporto como um catalisador para a mudança social (Lyras & Hums, 2009),

“(...) acho que pode fazer a diferença em termos de clube ter um serviço desses e podermos oferecer aos nossos atletas” (E12, Coordenador).

### **c) Sugestões de intervenção**

No momento de solicitar sugestões ou melhorias na intervenção do SPE, há um aspeto que ressalta de imediato: a pandemia covid-19. Como já abordado, de facto, a covid-19 impôs um conjunto de restrições no mundo desportivo (Silva, 2021), pelo que interessa saber aquilo que tem sido vivido pelas pessoas que estão em contexto desportivo, diariamente. Existem relatos de alteração de comportamentos por parte dos/as atletas, tendencialmente para um tipo de comportamento agressivo, e picos dessas alterações, positiva e negativamente, pelo que é atribuída responsabilidade ao confinamento e à covid-19,

“(...) nem sei bem o que propor em relação à Academia, mas que gostava que trabalhassem com eles, por causa dos picos que fazem, vêm também de uma altura de pandemia e tiveram confinados, há ali algumas questões complicadas, mesmo em termos de Educação, acho que os pais, ou a geração mudou de tal forma que há coisas que acontecem agora que também não é só nossa responsabilidade (...)” (E5, Coordenadora/Treinadora).

Além da vertente comportamental, também é mencionado o papel do/a treinador/a para a identificação de situações ou problemas com determinados/as atletas, já que têm uma convivência quase diária, ou pelo menos semanal, e muitas vezes conseguem ter um papel mais ativo do que os/as próprios/as pais ou mães no que diz respeito à atenção prestada para alterações de humor, de comportamento ou de postura em contexto desportivo,

“(…) ainda por cima uma altura como estamos agora, estes meninos estão fechados há 2 anos, eles não sabem estar longe de nós como eu estava... Nada mais como nesta altura para haver a necessidade eventual de apoio psicológico, situações que os pais não possam identificar ou porque não querem ou porque não veem, ou porque não sabem” (E9, Chefe de Secção).

Ainda relativamente à pandemia, uma das entrevistadas sente que, enquanto também atleta, existe uma falta de comunicação e, sobretudo, falta de empatia entre agentes desportivos, percecionando as pessoas como mais «egocêntricas»,

“Mas como atleta, a parte que me faz mais confusão, e de lidar também, é com a falta de comunicação, a parte de nos colocarmos no lugar do outro, a falta de compreensão do outro lado (...). Tenho a sensação de que a pandemia e o confinamento tornaram as pessoas ainda mais egocêntricas e isso complica muito o dia a dia, em tudo, não é só no Desporto. Acho que agora, mais do que nunca, o vosso trabalho tem um papel muito interessante (...)” (E5, Coordenadora/Treinadora).

Novamente, a comunicação está presente, neste caso, como um problema, ou seja, a falta de comunicação que facilita a existência de conflito, não permitindo o desenvolvimento saudável das relações interpessoais e das dinâmicas presentes em contexto desportivo. Assim sendo, neste aspeto, o SPE pode intervir através de atividades ou sessões de partilha sobre a importância da comunicação na dinâmica do clube, por exemplo, introduzindo a questão da mediação socioeducativa e a gestão de pessoas e de conflitos.

Aliado à ideia de estratégias que o SPE pode implementar, também uma perspetiva interessante é, mais uma vez, a participação e envolvimento dos/as pais e mães, essencialmente no que diz respeito à performance dos/as atletas, sendo que o SPE, após este feedback, realizou uma sessão de partilha precisamente sobre o papel da família no Desporto, reforçando a ideia de estar presente e ser visto como um suporte educativo e emocional,

“(…) daí a parte dos pais. Mas temos de arranjar uma estratégia para aquilo [comportamentos agressivos] em treino ou em contexto desportivo não acontecer, não sei muito bem quais são as estratégias possíveis” (E5, Coordenadora/Treinadora).

A partir de todos os testemunhos recolhidos, o SPE começou a pensar em formas de intervenção que pudessem corresponder às preocupações e necessidades apontadas pelos agentes desportivos. Foram realizadas sessões de partilha tanto sobre o papel da família, como a ética desportiva e as atividades com as equipas tornaram-se ainda mais significativas do ponto de vista educacional e emocional. A própria visão do SPE perante o AFC foi-se alterando, com uma perspetiva holística do potencial que o desporto e o próprio clube têm como promotores do desenvolvimento social, pessoal, educacional e, sobretudo, comunitário de todos/as aqueles/as que estão, implícita ou explicitamente, envolvidos/as no seu contexto desportivo.

O SPE destaca-se positivamente no contexto do AFC, seja pela pertinência do seu trabalho perante treinadores/as e atletas, como por garantir a articulação com a missão e valores do clube. Garante, ainda, a valorização da psicologia e da educação na área do Desporto (que, por vezes, é estigmatizada), através de momentos informais integrados nos treinos, como de momentos formais, por exemplo as sessões de partilha.

## **CAPÍTULO 5: PERSPETIVAS DE FUTURO EMERGENTES E PROFISSIONALIDADE EM CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO**

Na conclusão deste trabalho, importa salientar algumas questões com que me fui deparando ao longo do estágio e de todo o trabalho associado. Pretende-se, nesta reflexão, abordar potencialidades, oportunidades e constrangimentos relativos ao contexto de estágio e possíveis alterações a fazer. Além disso, reflete-se sobre o papel das Ciências da Educação no que diz respeito a todo o processo de intervenção, nomeadamente o planeamento, a implementação e, ainda, sugestões de trabalho a serem pensadas para um contexto desportivo.

Reconhecido o meu interesse pela área do Desporto, decidi realizar o estágio num clube desportivo, um verdadeiro desafio para alguém que não tinha um contacto assíduo com o Desporto, além da prática desportiva há uns anos e de ocasiões de foro associativo. O estágio, propriamente dito, iniciado oficialmente em setembro de 2021, acarretou um conjunto de dúvidas, de incertezas e de medos. Não estava, na altura, confortável em fazer parte de uma instituição, independentemente do seu carácter ou objetivos, e por essa razão estava a ser difícil garantir que todo o trabalho fizesse sentido, para mim e para a instituição, ou que estava a agir de forma correta. Depois de um período de introspeção, percebi que esta tinha sido uma escolha própria e que, apesar de todas as dificuldades, era uma escolha lógica e que daria, com certeza, muitos frutos.

Começaram a criar-se ligações dentro do próprio clube, comecei a compreender a sua organização e dinâmicas, pelo que, a partir daí, se inicia a intervenção propriamente dita. A criação do SPE surgiu das necessidades dos/as intervenientes do clube, e todas as pessoas com quem abordávamos o tema, mostravam-se recetivas e sempre dispostas a apoiar. Esta disponibilidade da comunidade do AFC, perante algo novo, surpreendeu-me e motivou-me a querer fazer mais e melhor, e é neste momento que se ganha confiança para iniciar atividades ou, pelo menos, para se observar treinos das modalidades e ir intervindo com os diversos agentes desportivos presentes. Foi um processo longo, por um lado, devido à especificidade de cada treino, pois observavam-se sempre diferentes coisas para, mais tarde, refletir; e, por outro lado, pela constante tentativa de criar uma relação de proximidade com os agentes desportivos do AFC, por forma a que conhecessem o SPE e o seu trabalho. Nessa altura, as Dicas SPE estavam a ser publicadas, semanalmente, e íamos averiguando o seu alcance à medida que conversávamos com as pessoas.

Assim, chegou o momento de começar a pensar em atividades para realizar junto da comunidade do AFC, uma vez que já tinha sido realizada observação participante a vários níveis. Porém, por mais que lesse, por mais que procurasse, nada parecia fazer sentido de enquadrar no contexto desportivo e especificamente relacionado com a Educação. Adotei, assim, a estratégia de interagir mais vezes com os/as atletas durante a observação dos treinos, principalmente para os/as conhecer, mas também para perceber o que lhes fazia mais sentido abordar, fosse ao nível da escola, ao nível da performance desportiva, ao nível do grupo, ao nível pessoal. Com algumas conversas informais, iam surgindo temas e propostas muito interessantes, ainda que os/as atletas as fossem referindo informalmente, desde jogos mais didáticos, a temas mais sérios como a prestação da equipa nos jogos. Deste modo, conforme as equipas que o SPE tinha realizado mais momentos de observação, foram-se planeando atividades conforme os testemunhos dos/as atletas, das reflexões retiradas das observações e, claro, das interações com os/as treinadores/as. Apesar de sentir dificuldade no processo de planeamento de atividades, foi um ótimo processo de reflexão e de aprendizagem, já que consegui conciliar a teoria com a prática em diversos momentos.

Aliado às atividades com as equipas, planearam-se as sessões de partilha que tinham como objetivo alargar o trabalho do SPE à restante comunidade do AFC, já que as atividades anteriores tinham sido, maioritariamente, focadas na ótica do treino e dos/as atletas. Contrariamente às atividades com as equipas, o planeamento destas sessões revelou-se mais fácil e prático, talvez por implicar apenas um conjunto de momentos e não estar, apenas, dependente da resposta dos/as participantes. O que me fez refletir sobre estas sessões foi o facto de existir pouca adesão por parte da comunidade do AFC, não sei se por falta de divulgação, ou por falta de verbalização das sessões aos vários agentes desportivos, mas, de facto, alguma coisa não correu tão bem. Não era por isso, no entanto, que as sessões seriam canceladas, pois, apesar da pouca adesão, considero que foram sessões ricas em partilhas, com muita aprendizagem envolvida, e nunca pondo em causa a presença de nenhum/a participante.

Ainda durante o processo de planeamento e realização de atividades, era necessário refletir sobre o trabalho do SPE se (i) estava a coincidir com as expectativas dos agentes desportivos e do próprio clube, se (ii) estava a ir de encontro à missão e objetivos do clube, e se (iii) necessitava de sugestões ou melhorias. Ora, para responder a estes três objetivos, a melhor opção foi a realização de entrevistas semiestruturadas, pelo que foi

necessário a criação de guiões e, simultaneamente, de pensar em quem poderia ter contributos pertinentes, uma vez que não podíamos entrevistar toda a gente. Este processo foi, provavelmente, o mais enriquecedor e desafiante. A vertente de investigação representa, para mim, um grande interesse e, portanto, toda a dinâmica de criar os guiões e adaptar ou acrescentar perguntas a cada leitura, conforme o que seria mais fazível ou pertinente; a parte de abordar as pessoas e perceber se estavam interessadas e dispostas a serem entrevistadas. É um processo moroso que, contudo, vale a pena e traz benefícios tanto à prática profissional, como ao trabalho que está a ser avaliado.

Com os testemunhos recolhidos, é de notar que as vantagens do SPE são reconhecidas pelos agentes desportivos e que se confere um apoio complementar à dinâmica do AFC. Neste sentido, surge a análise das entrevistas que me permite compreender um conjunto de vertentes que, no momento, não tinham sido consideradas. Por exemplo, vários/as entrevistados/as referiram a questão da formação de treinadores/as ou de elementos de direção, pelo que me fez refletir sobre uma possibilidade posterior ao período de estágio. Dada a importância do papel do/a treinador/a, já várias vezes mencionada neste relatório e uma observação que se destaca da experiência no estágio, creio que fará sentido optar pela formação de treinadores/as, baseado num modelo educativo e prático, com o objetivo de proporcionar uma prática desportiva mais educativa, dando autonomia aos próprios elementos do clube, que lidam diariamente com os/as seus/suas atletas, de implementar atividades educativas ou de adaptar a sua prática de um modo mais construtivo e refletivo.

Ora, não era possível ter esta postura reflexiva sem os contributos da área das Ciências da Educação, já que as CE procuram a inteligibilidade das práticas e metodologias educativas, através de “(...) procedimentos que satisfaçam os critérios da cientificidade, até onde for possível aplicar esses critérios (...)” (Boavida & Amado, 2008, p. 196). Ao longo de todos estes anos na área das CE, posso afirmar que se revelou um processo de aprendizagem e, sobretudo, de reflexão, de questionamento, sobre o mundo que nos rodeia, sobre não só, metodologias e práticas, mas também ao nível da sociedade e que contributo é que podemos garantir enquanto indivíduos. É nestes moldes que se percecionam os diversos contextos educativos, mesmo quando não se pensa na Educação como algo inerente à vida de toda a gente e em todos os contextos, a Educação está presente e vai sempre chegar a todo o lado, ainda que nos pareça impossível reconhecer, como é o caso do contexto desportivo. Revisitando uma citação já mencionada no capítulo 2, a educação considera-se:



“(...) algo demasiado rico e complexo, que transcende em muito o meio escolar e a sua problemática específica, com modalidades e formas concretas, antes e depois desse período restrito de formação, e que se manifesta de uma maneira evidente, e sempre, em todas as culturas (...)” (Boavida & Amado, 2008, p. 160).

Após as considerações aqui apresentadas, é inegável a reflexão que o contexto de estágio permitiu no que diz respeito à área das CE estar mais presente no mundo desportivo. Como mencionado, o contexto desportivo está em constante mudança e cada vez mais se percebe o seu caráter social e educativo, transversal às várias áreas e vertentes da vida, pelo que a presença de profissionais das CE seria benéfica, ao nível de formação de treinadores/as e dirigentes, ao nível do desenvolvimento pessoal e social dos/as atletas e, consecutivamente, ao aumento da responsabilidade social e educativa das instituições desportivas. No caso do AFC, a oportunidade de estágio enquadrada na área das CE permitiu a criação de um Serviço de Psicologia e Educação – o grande objetivo deste estágio –, onde se juntaram duas áreas essenciais ao contexto desportivo, aliado à ideia de promoção de responsabilidade social e educativa do clube. É através de oportunidades como esta que a área das CE, apesar de ainda não reconhecida a sua importância a 100% na sociedade civil, expande os seus horizontes ainda mais, quer ao nível de investigação e formação, garantindo uma margem de ação alargada, nomeadamente a estudantes e profissionais de CE ou, mesmo, a estudantes e profissionais da área do Desporto, como ao nível da afirmação dos contextos educativos não-formais na construção de uma identidade holística, potenciando, assim, a responsabilidade social individual e coletiva e a mudança social.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alves, Mariana (2014). As dimensões formal, não-formal e informal em educação: visibilidade, relevância e reinvenção na pesquisa e ação educativas. *Medi@ções*, vol. 2, n.º 2, 116-132.
- Amado, João (2014). *Manual de investigação qualitativa em Educação*. Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Andrade, Rolando (2013). O envolvimento dos pais na prática desportiva dos filhos. DOI: <https://www.fpciclismo.pt/ficheirossite/29052015101842.pdf>
- Barbier, René (1993). Le journal d'itinérance en formation de formateurs. Communication au congrès de l'AECSE. Paris: AECSE (CNAM). Tradução de Natércia Pacheco Centro de Investigação e Intervenção Educativas – FPCE-UP.
- Bardin, Laurence (1977). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Boavida, João & Amado, João (2008). *Ciências da Educação: Epistemologia, Identidade e Perspectivas*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Bonavolontà, Valerio, Cataldi, Stefania, Latino, Francesca, Carvutto, Roberto, Candia, Michele, Mastroilli, Gioacchino, Messina, Giulia, Patti, Antonio & Fischetti, Francesco (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). DOI: [10.3390/ijerph18168698](https://doi.org/10.3390/ijerph18168698)
- Bourdieu, Pierre (2001). Compreensão. Capítulo in Pierre Bourdieu (Coords.), *A Miséria do Mundo* (pp. 693-713). Petrópolis: Vozes.
- Burawoy, Michael (1991). *The extent case method*. In Michael Burawoy et al., *Ethnography Unbound: Power and Resistance in the Modern Metropolis*, (pp. 271-287). Berkeley: University of California Press.
- Canário, Rui (2006). Aprender sem ser ensinado. A importância estratégica da educação não-formal. In Lima, Licínio; Canário, Rui; Pacheco, José Augusto; Esteves, Manuela (2006). *A Educação em Portugal (1986-2006). Alguns contributos da investigação*. Lisboa: CNE, pp. 159-206.
- Capucha, Luís (2008). *Planeamento e Avaliação de Projectos – Guião Prático*. Lisboa: Direcção-Geral de Inovação e do Desenvolvimento Curricular.
- Comissão Europeia (2007). *Livro Branco sobre o Desporto*. Bruxelas.
- Coombs, Phillip & Ahmed, Manzoor (1974). *Attacking Rural Poverty: How non-formal education can help*. A Research Report for the World Bank Prepared by the International Council for Educational Development. Baltimore: John Hopkins University Press.

- Cosme, Ariana & Trindade, Rui (2007). *Escola a tempo inteiro: escola para que te quero?*. Porto: Profedições.
- Costa, Jorge Adelino (2003). Projectos Educativos das Escolas: Um contributo para a sua (Des)construção. *Educação & Sociedade*, Campinas, vol. 24, n. 85, pp. 1319-1340.
- Falcão, William; Bloom, Gordon & Gilbert, Wade (2012). Coaches' Perceptions of a Coach Training Program Designed to Promote Youth Developmental Outcomes. *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 24, nº4, pp. 429-444.
- Faria, Fabíola (2005). O Papel da Educação Física na Ocupação do Tempo Livre e de Lazer – O Caso da Escola Secundária de Gondomar. Monografia elaborada, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Ferreira, Fernando (2004). Síntese da História do Desporto. *Povos e culturas*, nº 9, pp. 151-172.
- Freire, Fernanda & Silva, André (2013). Fóruns de discussão em contextos de ensino a distância: quando “discutir” é discutir?, pp. 1-20.
- Guerra, Isabel (2006). Tratamento do Material. Capítulo in Isabel Guerra (Eds.) *Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo: sentidos e formas de uso* (pp. 61-87).
- Guschwan, Matthew (2013). Sport and citizenship: introduction. *Sport in society*, vol. 17, nº 7, pp. 859-866.
- Hassandra, Maria & Goudas, Marios (2010). An Evaluation of a Physical Education Program for the development of student's responsibility. *Hellenic Journal of Psychology*, vol. 7, 275-297.
- Hayden, Laura; Baltzell, Amy; Kilty & McCarthy, John (2012). Developing responsibility using physical activity: a case study of Team Support, *Agora For PE and Sport*, n. o 14 (2), 264-281.
- Hellison, Don (2011). *Teaching Personal and Social Responsibility Through Physical Activity*. EUA: Human Kinetics, 3ª edição.
- IPDJ (2014). Código de Ética Desportiva. Lisboa: Instituto Português do Desporto e Juventude.
- IPDJ (2016). Manual de Curso de Treinadores de Desporto – Grau I, in Programa Nacional de Formação de Treinadores. Lisboa: Instituto Português do Desporto e Juventude.
- Kamberidou, Irene (2011). Peace Education: Moving forward through sport-athletes united for peace. In Irene Kamberidou “Gender, Social Capital, Multiculturalism & Sport”. Grécia: Telethrio, pp. 205-266.
- Lapassade, Georges (1990). La méthode ethnographique. In *Pratiques de Formation*, nº20, (pp. 119-131).

- Lee, Richard Philip & Potrac, Paul (2021). Understanding (disrupted) participation in community sports clubs: Situated wellbeing, social practices and affinities and atmospheres. *Wellbeing, Space and Society*, n.º 2, 1-5.
- Littlejohn, Stephen & Domenici, Kathy (1999). Objectivos e métodos de comunicação na mediação Capítulo in Dora Fried Schnitman & Stephen Littlejohn (Org.), “Novos paradigmas em mediação” (pp. 209-223). Porto Alegre: Artmed.
- Lyras, Alexis & Hums, Mary (2009). Sport and Social Change – The case for Gender Equality. *Journal of Physical Education, Recreate & Dance*, vol. 80, n.º 1, 7-21. DOI: [10.1080/07303084.2009.10598256](https://doi.org/10.1080/07303084.2009.10598256)
- Marinho, Carmem & Silva, Ivanda (2014). Dialogismo nos Fóruns de Discussão na Educação On-line. *SIGNUM: Estud. Ling.*, Londrina, n.º 17/2, pp. 253-277.
- Matos, Manuel (2009). Da intervenção comunitária à mediação comunitária. *Educação, Sociedade & Culturas*, n.º 29, pp. 175-189.
- Menezes, Isabel (2010). *Intervenção Comunitária: Uma Perspectiva Psicológica*. Porto: Livpsic.
- Mohamad, Mohd & Kamarudin, Abdul (2015). Mediation as an effective tool for resolving sports disputes. *International Journal of Business, Economics and Law*, vol. 7, n.º 4, pp. 81-85.
- Neves, Tiago (2010). Modelos de mediação social. Capítulo in José Alberto Correia & Ana Maria Costa e Silva (Eds.) “Mediação: (D)os Contextos e (D)os actores” (pp. 33-43). Porto: CIIE e Edições Afrontamento.
- Pereira, Antonino; Isayama, Hélder; Silveira, Luciane & Cunha, Camilo (2012). Educação Física, Lazer e Multiculturalismo: Sentidos e Desafios. *Licere, Belo Horizonte*, vol. 15, n.º 3, 1-26.
- Prata, Ana Carolina Aires Cerqueira (2007). *Metodologia de Avaliação das Ações Sociais*. CEPAL.
- Rogers, Alan (2005). *Non-formal education: flexible schooling or participatory education?* EUA: Springer. ISBN-10: 0-387-24636-3.
- Santos, Fernando (2016). O Futebol e o Desenvolvimento Positivo dos jovens: das perceções às ações dos treinadores. Tese de Doutoramento, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Santos, Fernando; Côrte-Real, Nuno; Regueiras, Leonor; Dias, Cláudia & Fonseca, António (2016). O papel do treinador no desenvolvimento positivo dos jovens através do desporto: do que sabemos ao que precisamos saber. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, vol. 11, n.º2, pp. 289-296.

- Schiefer, Ulrich; Bal-Dobel, Lucinia; Batista, António; Dobel, Reinald & Nogueira, João (2006). *MAPA – Manual de Avaliação de Planeamento e Avaliação de Projetos*. Cascais: Principia Editora.
- Siedentop, Daryl (1998). What is Sport Education and How Does it Work? *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, vol. 69, n.º4, pp. 18-20.  
DOI: [10.1080/07303084.1998.10605528](https://doi.org/10.1080/07303084.1998.10605528)
- Silva, Ana Maria Costa, (2011). Mediação e(m) educação: discursos e práticas. *Revista Intersaberes*, Curitiba, ano 6, n.º 12, pp. 249-265.
- Silva, António (2021). Para uma nova agenda do desporto em Portugal em convergência europeia 2021-2027. *Motricidade*, vol. 17, n.º 1, 1-3.
- Torremorell, Mari Carmen (2008). Revisão do conceito de Mediação. Capítulo in Mari Carmen Torremorell “Cultura de Mediação e Mudança Social”. Porto: Porto Editora (pp. 15-46).
- Vecchi, Sílvia & Greco, Silvana (1999). Proposta reflexiva na prática da mediação. Capítulo in Dora Fried Schnitman & Stephen Littlejohn (Org.), “Novos paradigmas em mediação” (pp. 243-255). Porto Alegre: Artmed.

## **W E B G R A F I A**

Website AFC – <https://www.academicofc.pt/>

Website TAD – <https://www.tribunalarbitraldesporto.pt/mediacao>

## APÊNDICES

### Apêndice 1

Link de acesso ao *flipbook* das “Dicas SPE”: <https://online.fliphtml5.com/avlqz/urbx/>

### Apêndice 2

Guião nº1 – Treinadores/as

| Bloco                                      | Questões   | Objetivo(s)  | Observações |
|--|--|--|-------------|
| <b>Introdução</b>                          | Apresentação da(s) entrevistadora(s);<br>Explicar (novamente) o objetivo da entrevista e perguntar (novamente) se podemos gravar.  | Quebra-gelo  |             |
|  | Pedir à pessoa para se apresentar de uma forma breve (nome, idade, profissão/formação)   |  |             |
| <b>Percurso pessoal e profissional</b>     | Como surge o desporto no seu percurso de vida?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>E, mais concretamente, como surge a função de treinador?<br/>Tem formação?</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Conhecer o entrevistado;</li> <li>– Explorar o percurso pessoal e profissional para interligar com o seu papel no clube;</li> </ul> |             |
|  | Como é que considera a formação de treinadores em Portugal?  |  |             |
|  | No que diz respeito ao AFC, como é que nasce esta oportunidade?  |  |             |
| <b>Cargo, dinâmica e relações no clube</b> | Há quanto tempo está no AFC?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Como é que caracteriza o clube? Se lhe pedisse, por exemplo, para descrever a cultura do clube, o que diria? <ul style="list-style-type: none"> <li>Missão, visão, valores, objetivos pelos quais o clube se rege.</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Compreender a trajetória e percurso no clube;</li> <li>– Identificar a perspetiva do treinador perante o AFC;</li> </ul>            |             |
| <b>Experiência e papel de treinador</b>    | Como é que prepara uma época desportiva?   | – Compreender, de modo mais concreto, o seu papel e estratégia(s) enquanto treinador;  |             |
|  | Descreva um dia típico no clube. Existe alguma diferença entre um dia de treino e um dia de jogo? Qual?  | – Compreender a dinâmica e o seu envolvimento no clube;  |             |

|   |  |  |   |
|---|--|--|---|
|   | <p>Como descreve a sua relação com os/as atletas? E com os pais?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• E ao nível da relação com os/as restantes treinadores/as?</li> <li>• E com os restantes agentes desportivos?</li> </ul>  | – Identificar e compreender relações entre agentes desportivos/secções   |   |
|   | Se pudesse definir um perfil de treinador – algumas características fundamentais, quais me diria que devem ter?  | – Explorar a sua perspetiva (no fundo educativa) do treinador e que competências devem ser tidas em consideração.  |   |
|   | <p>Utiliza alguma estratégia, enquanto treinador, que permita identificar as necessidades do/a atleta?</p> <p>Por exemplo, tem <b>atletas com diferentes características</b> (<i>nacionalidades, estatutos sociais, personalidades, até eventualmente algumas dificuldades físicas ou mentais</i>), e queria saber se tem alguma forma de lidar com esta diversidade? Alguma estratégia?</p> | – Identificar a forma como as estratégias são utilizadas e, se não são, de que forma poderiam ser incluídas nos seus treinos para melhorar a relação com os/as atletas e os/as atletas entre si. | Perguntar, no caso de usar estratégias, se usa alguma estratégia para balançar a questão da escola com o desporto |
| <b>Serviço de Psicologia e Educação</b> | <p>Tem conhecimento do Serviço de Psicologia e Educação?</p> <p>Se sim, sabe de atividades/ações/iniciativas que fazemos?</p> <p>Está a par das dicas publicadas nas redes sociais (Facebook e Instagram) do AFC?</p> <p><b>Se não</b>, do que acha que se trata?</p>  | – Perceber se conhece o SPE e, posteriormente, a sua opinião pessoal;  | <b>Se não</b> souber o que é, explicar de forma sucinta, mas concreta   |
|   | Sabendo dos serviços disponibilizados, como é que vê este serviço? Vê como vantagem ou desvantagem? Porquê?  | – Perceber qual a receptividade do/a entrevistado/a perante o Serviço  |   |
|   | Na sua opinião, quais os <b>campos</b> em que este serviço teria mais impacto? Que trabalho gostaria de ver desenvolvido?  | – Identificar necessidades e facilidades de atuação.   | <b>Campos</b> - podem ser os intervenientes (treinador, atletas, pais) ou diferentes meios: treino ou jogo.       |
|   | Estaria disposto/a a disponibilizar tempo de treino para que fossem aplicadas ações por parte do Serviço de Psicologia e Educação?   |  |   |
|   | Acha que o Serviço de Psicologia e Educação estaria a contribuir para a missão e valores pensados pelo AFC?  | – Fazer a ligação com a questão da missão, dos valores e dos objetivos que foi falada anteriormente.   |   |

|                  |  |              |  |
|------------------|--|--------------|--|
| <b>Conclusão</b> | Tem alguma dúvida?<br>Alguma sugestão? | Remate final |  |
|------------------|--|--------------|--|

### Apêndice 3

Guião nº 2 – Coordenadores/as ou Chefes de Secção

*Nota: entendemos que dirigentes são Chefes de Secção, Coordenação Técnica e Coordenação da Formação.*

| Bloco                                      | Questões  | Objetivo(s)  | Observações |
|--|---|--|-------------|
| <b>Introdução</b>                          | Apresentação da(s) entrevistadora(s);<br>Explicar (novamente) o objetivo da entrevista e perguntar (novamente) se podemos gravar.   | Quebra-gelo  |             |
|  | Pedir à pessoa para se apresentar de uma forma breve (nome, idade, profissão/formação)  |  |             |
| <b>Percurso pessoal e profissional</b>     | Como surge o desporto no seu percurso de vida?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>E, mais concretamente, como surge a função de dirigente?</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Conhecer o/a entrevistado/a</li> <li>– Explorar o percurso pessoal e profissional para interligar com o seu papel no clube</li> </ul> |             |
|  | No que diz respeito ao AFC, como é que nasce esta oportunidade?   |  |             |
| <b>Cargo, dinâmica e relações no clube</b> | Há quanto tempo está no AFC?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Como é que caracteriza o clube? Se lhe pedisse, por exemplo, para descrever a cultura do clube, o que me diria? <ul style="list-style-type: none"> <li>missão, visão, valores, objetivos pelos quais o clube se rege.</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Compreender a trajetória e percurso no clube</li> <li>– Identificar a perspetiva do/a dirigente perante o AFC</li> </ul>              |             |
| <b>Experiência e papel de dirigente</b>    | Como é que se prepara uma época desportiva?   | – Compreender, de modo mais concreto, o seu papel e estratégia(s) enquanto dirigente   |             |
|  | Descreva um dia típico no clube. Existe alguma diferença entre um dia de treino e um dia de jogo? Qual?   | – Compreender a dinâmica e o seu envolvimento no clube;  |             |
|  | Como descreve a sua relação com os/as restantes agentes desportivos?  | – Identificar e compreender relações entre agentes desportivos/secções   |             |



|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   | <p>Utiliza alguma estratégia, enquanto dirigente, que permita identificar as necessidades da modalidade / secção?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por exemplo, são tantas pessoas com diferentes características (<i>nacionalidades, estatutos sociais, personalidades, até eventualmente algumas dificuldades físicas ou mentais</i>), e queria saber se pensa em alguma forma de lidar com esta diversidade? Alguma estratégia?</li> </ul> | – Identificar a forma como as estratégias são utilizadas e, se não são, de que forma poderiam ser incluídas para melhorar o desenvolvimento da modalidade no clube |   |
| <b>Serviço de Psicologia e Educação</b> | <p>Tem conhecimento do Serviço de Psicologia e Educação?<br/>Se sim, sabe de atividades/ações/iniciativas que fazemos?<br/>Está a par das dicas publicadas nas redes sociais (Facebook e Instagram) do AFC?<br/><b>Se não</b>, do que acha que se trata?</p>  | – Perceber se conhece o SPE e, posteriormente, a sua opinião pessoal   | <b>Se não</b> souber o que é, explicar de forma sucinta, mas concreta                                       |
|   | <p>Sabendo dos serviços disponibilizados, como é que vê este serviço? Vê como vantagem ou desvantagem? Porquê?</p>  | – Perceber qual a receptividade do/a entrevistado/a perante o Serviço  |   |
|   | <p>Na sua opinião, quais os <b>campos</b> em que este serviço teria mais impacto? Que trabalho gostaria de ver desenvolvido?</p>  | – Identificar necessidades e facilidades de atuação  | <b>Campos</b> - podem ser os intervenientes (treinador, atletas, pais) ou diferentes meios: treino ou jogo. |
|   | <p>Estaria disponível para participar em ações de formação e/ou ciclos de debate disponibilizados pelo Serviço de Psicologia e Educação? Se sim, que temáticas gostaria que fossem abordadas?</p>   |  |   |
|   | <p>Acha que o Serviço de Psicologia e Educação estaria a contribuir para a missão e valores pensados pelo AFC?</p>  | – Fazer a ligação com a questão da missão, dos valores e dos objetivos que foi falada anteriormente  |   |
| <b>Conclusão</b>                        | <p>Tem alguma dúvida?<br/>Alguma sugestão?</p>  | Remate final   |   |

## Apêndice 4

### Guião nº3 – Seccionistas

**Nota:** entendemos como seccionistas – pais/mães (ou outros/as) que dedicam o seu tempo e assumem responsabilidades na gestão da equipa/escalão.

| Bloco                               | Questões  | Objetivo(s)  | Observações |
|-------------------------------------|---|--|-------------|
| Introdução                          | Apresentação da(s) entrevistadora(s);<br>Explicar (novamente) o objetivo da entrevista e perguntar (novamente) se podemos gravar.   | Quebra-gelo  |             |
|                                     | Pedir à pessoa para se apresentar de uma forma breve (nome, idade, profissão/formação)  |  |             |
| Percurso pessoal e profissional     | Como surge o desporto no seu percurso de vida?<br>E, mais concretamente, como surge a função de dirigente?  | – Conhecer o/a entrevistado/a<br>– Explorar o percurso pessoal e profissional para interligar com o seu papel no clube |             |
|                                     | No que diz respeito ao AFC, como é que nasce esta oportunidade?   |  |             |
| Cargo, dinâmica e relações no clube | Há quanto tempo está no AFC?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Como é que caracteriza o clube? Se lhe pedisse, por exemplo, para descrever a cultura do clube, o que me diria? <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ missão, visão, valores, objetivos pelos quais o clube se rege.</li> </ul> </li> </ul> | – Compreender a trajetória e percurso no clube<br>– Identificar a perspetiva do/a seccionista perante o AFC            |             |
| Experiência e papel de Seccionista  | Como é que se prepara uma época desportiva?   | – Compreender, de modo mais concreto, o seu papel enquanto seccionista   |             |
|                                     | Descreva um dia típico no clube. Existe alguma diferença entre um dia de treino e um dia de jogo? Qual?   | – Compreender a dinâmica e o seu envolvimento no clube;  |             |
|                                     | Como descreve a sua relação com os/as atletas? E com os outros pais/mães?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>• E ao nível da relação com os/as treinadores/as?</li> <li>• E com os restantes agentes desportivos?</li> </ul>   | – Identificar e compreender relações entre agentes desportivos/secções   |             |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <b>Serviço de Psicologia e Educação</b> | Tem conhecimento do Serviço de Psicologia e Educação? Se sim, sabe de atividades/ações/iniciativas que fazemos?<br>Está a par das dicas publicadas nas redes sociais (Facebook e Instagram) do AFC?<br><b>Se não</b> , do que acha que se trata? | – Perceber se conhece o SPE e, posteriormente, a sua opinião pessoal                                | <b>Se não</b> souber o que é, explicar de forma sucinta, mas concreta                                      |
|   | Sabendo dos serviços disponibilizados, como é que vê este serviço? Vê como vantagem ou desvantagem? Porquê?  | – Perceber qual a recetividade do/a entrevistado/a perante o Serviço                                |  |
|   | Na sua opinião, quais os <b>campos</b> em que este serviço teria mais impacto?<br>Que trabalho gostaria de ver desenvolvido?   | – Identificar necessidades e facilidades de atuação   | <b>Campos</b> - podem ser os intervenientes (treinador, atletas, pais) ou diferentes meios: treino ou jogo |
|   | Estaria disponível para participar em ações de formação e/ou ciclos de debate disponibilizados pelo Serviço de Psicologia e Educação? Se sim, que temáticas gostaria que fossem abordadas?   |   |  |
|   | Acha que o Serviço de Psicologia e Educação estaria a contribuir para a missão e valores pensados pelo AFC?  | – Fazer a ligação com a questão da missão, dos valores e dos objetivos que foi falada anteriormente |  |
| <b>Conclusão</b>                        | Tem alguma dúvida?<br>Alguma sugestão?   | Remate final  |  |

## Apêndice 5

### Guião nº4 – Elementos da Direção

| Bloco                                      | Questões   | Objetivo(s)  | Observações |
|--|--|--|-------------|
| <b>Introdução</b>                          | Apresentação da(s) entrevistadora(s);<br>Explicar (novamente) o objetivo da entrevista e perguntar (novamente) se podemos gravar.  | Quebra-gelo  |             |
|  | Pedir à pessoa para se apresentar de uma forma breve (nome, idade, profissão/formação)   |  |             |
| <b>Percurso pessoal e profissional</b>     | Como surge o desporto no seu percurso de vida?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Poderia descrever esse percurso pessoal/ profissional?</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Conhecer o/a entrevistado/a</li> <li>– Explorar o percurso pessoal e profissional para interligar com o seu papel no clube</li> </ul>   |             |
|  | No que diz respeito ao AFC como é que nasce esta ligação?  |  |             |
| <b>Cargo, dinâmica e relações no clube</b> | Há quanto tempo está no AFC?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Que funções/ tarefas tem desempenhado ao longo do tempo? (atuais e passadas)</li> <li>• Como é que caracteriza o clube? Se lhe pedisse, por exemplo, para descrever a cultura do mesmo, o que me diria? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Missão, visão, valores, objetivos pelos quais o clube se rege</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Compreender a trajetória e percurso no clube, bem como a identificação das principais tarefas e responsabilidades</li> <li>– Compreender a forma como o entrevistado perceciona o clube, a sua dinâmica e envolvimento. (Direcionar o entrevistado, se necessário, para a missão, visão e valores do clube com intuito de perceber se os conhece e se se identifica)</li> </ul> |             |
|  | E quanto à relação com os membros do clube, como é que a caracteriza?<br><ul style="list-style-type: none"> <li>• E quanto às secções/modalidades e atletas? Tem algum tipo de relação? Se sim, como é que a descreve?</li> </ul>  |  |             |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|   | <p>Relativamente aos recursos humanos/materiais e espaços físicos do clube, o que é que poderia ser uma mais-valia e o que é que faz falta?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• E quais são as barreiras que encontra para que esses recursos não existam?</li> </ul>  | – Identificar possíveis necessidades do clube e de que forma é proposta a resolução |  |
| <b>Gestão e liderança no clube</b>      | <p>Como é que é o processo de escolha das pessoas que têm de trabalhar mais perto de si?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por exemplo, para coordenar uma área, ou para desenvolver uma atividade, treinar uma equipa? Procura algum perfil em concreto?</li> </ul> | – Identificar e explorar a relação entre os membros da direção do clube             |  |
|   | Com que periodicidade reúne/ comunica com os diferentes agentes?  |   |  |
|   | <p>Se pudesse caracterizar o tipo de liderança que assume no clube, o que me diria?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• É capaz de me dar um ou dois exemplos?</li> </ul>  | – Explorar a sua perspetiva perante a forma como o clube é gerido                   |  |
|   | <p>Como é que se prepara uma época desportiva?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por exemplo, com quem é que discute as expectativas do clube para a época?</li> </ul>   | – Compreender a gestão ao nível da equipa da direção                                |  |
| <b>Serviço de Psicologia e Educação</b> | <p>Tem conhecimento do Serviço de Psicologia e Educação? Se sim, sabe de atividades/ações/iniciativas que fazemos? Está a par das dicas publicadas nas redes sociais (Facebook e Instagram) do AFC?<br/><b>Se não</b>, do que acha que se trata?</p>                            | – Perceber se conhece o SPE e, posteriormente, a sua opinião pessoal                | <b>Se não</b> souber o que é, explicar de forma sucinta, mas concreta                |
|   | Sabendo dos serviços disponibilizados, como é que vê este serviço? Vê como vantagem ou desvantagem? Porquê?   | – Perceber qual a recetividade do/a entrevistado/a perante o Serviço                |  |
|   | Na sua opinião, quais os <b>campos</b> em que este serviço teria mais impacto? Que trabalho gostaria de ver desenvolvido?   | – Identificar necessidades e facilidades de atuação                                 | <b>Campos</b> - podem ser os intervenientes (treinador, atletas, pais) ou diferentes |

|                  |   |   |                       |
|------------------|---|---|-----------------------|
|                  |   |   | meios: treino ou jogo |
|                  | Acha que o Serviço de Psicologia e Educação estaria a contribuir para a missão e valores pensados pelo AFC? | – Fazer a ligação com a questão da missão, dos valores e dos objetivos que foi falada anteriormente |                       |
| <b>Conclusão</b> | Tem alguma dúvida?<br>Alguma sugestão?  | Remate final  |                       |

## **Apêndice 6**

### **Consentimento Esclarecido e Informado**

No âmbito da sustentação e adaptação do Serviço de Psicologia e Educação (SPE) do Académico Futebol Clube (AFC), criado na época desportiva 2020/2021, pretende-se a reestruturação do serviço, através da realização de um estudo que avalie as necessidades do AFC, na perspetiva de lhes corresponder. A equipa do SPE é composta por quatro elementos: coordenadora, psicóloga desportiva e duas estagiárias, no âmbito do Mestrado em Ciências da Educação (Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto) e do Mestrado em Psicologia do Desporto e Desenvolvimento Humano (Faculdade de Desporto da Universidade do Porto e Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro).

Desta forma, pretende-se a realização de entrevistas que abordem o percurso pessoal e profissional de um conjunto de intervenientes desportivos dos vários departamentos do AFC, com o objetivo de caracterizar o clube, as relações interpessoais, a sua dinâmica, os espaços e as secções/modalidades. Procura-se, ainda, recolher as opiniões sobre a criação do Serviço de Psicologia e Educação no AFC, bem como das atividades e objetivos que o caracterizam.

Eu, \_\_\_\_\_

Fui informado/a de que esta intervenção se destina a caracterizar o Académico Futebol Clube, bem como a própria experiência dentro do clube.

Sei que, para tal, é necessário recorrer a entrevistas, com o objetivo de recolher dados que auxiliem à reflexão e à escrita.

Foi-me garantido que todos os dados relativos à identificação dos/as participantes são confidenciais e anónimos e os dados recolhidos serão apenas utilizados para fins de organização do SPE e/ou académicos.

Autorizo a divulgação dos resultados obtidos no meio científico, garantindo o anonimato. Fui esclarecido/a sobre o acesso aos resultados.

Sei que posso recusar ou interromper a qualquer momento a participação nesta intervenção, sem nenhuma penalização.

Compreendi a informação que me foi dada, tive oportunidade de fazer perguntas e as minhas dúvidas foram esclarecidas.

Aceito participar de livre vontade na intervenção presente.

Assinatura:

---

Data: \_\_/\_\_/\_\_\_\_



## Apêndice 7

Exemplos para cada categoria e subcategoria da análise de conteúdo realizada.

| Categorias                                | Subcategorias                                       | Unidade de Registo   |
|---|---|--|
| 1. <b>Percurso pessoal e profissional</b> | a) Surgimento do desporto                           | <p>“Eu sou filha de dois atletas, o meu pai foi jogador de basquetebol e a minha mãe foi ginasta artística olímpica, o meu bisavô também foi atleta olímpico de remo, a minha família toda está inserida no Desporto, não tinha como eu fugir disso” (E2, Coordenadora);</p> <p>“O meu irmão era patinador, por acaso, tem mais 12 anos que eu, por isso já andava na patinagem há algum tempo e eu por acaso na altura estava lá, ia aos treinos porque o meu irmão estava lá e os meus pais tinham de me levar, então começaram-me a calçar os patins e pronto, foi ficando” (E6, Treinadora).</p>   |
| 2. <b>Ligação ao clube</b>                | a) Oportunidade e papel no AFC                      | <p>“Estou ligado ao Académico porque fui atleta desde os 13 anos, estive cerca de 5 anos como atleta de andebol, depois, entretanto saí e mais recentemente voltei porque os meus filhos quiseram praticar (...). Depois também fui convidado a ser dirigente” (E12, Coordenador);</p> <p>“(…) algumas atletas quiseram continuar connosco, então nós não tínhamos clube na altura, mas com essas atletas que vinham connosco treinar, começamos a procurar uma solução que fosse viável para atletas de competição, que houvesse tempo de treino, de facto, e mesmo em termos logísticos que fosse viável para os pais que têm de fazer muitos km todos os dias para levar as miúdas aos treinos. Por acaso, encontramos o Académico e fomos muito bem recebidos” (E6, Treinadora).</p> |
|   | b) Função no AFC                                    | <p>“(…) no final da última época recebi o convite por parte da nova organização da secção, para ser coordenadora técnica. (...). A nossa estratégia é identificar os problemas, para tentar, num primeiro ano, funcionar aqui algumas questões, para nos permitir o crescimento” (E5, Coordenadora/Treinadora);</p> <p>“(…) comecei na parte da comunicação, junto com o colega, comecei a ajudar ele nas transmissões, comecei a me enturmar também com a equipa” (E2, Coordenadora).</p>   |
|   | c) Caracterização do AFC (missão/valores/objetivos) | <p>“(…) a visão é muito diferente de umas pessoas para as outras, mas acho que na essência, no comum, entre todos seria a formação de atletas, aliás primeiro enquanto pessoas, depois como atleta e só depois como jogadores da respetiva modalidade” (E1, Treinador);</p> <p>“(…) o Académico além de ser inclusivo, ele torna o ambiente muito familiar, não é um clube elitista que separa os miúdos, os miúdos dão-se muito bem e acabam por ter uma relação muito próxima” (E9, Chefe de Secção).</p>  |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | d) Preparação da época desportiva                          | “(…) a preparação passa um bocado pela preocupação de escolher os treinadores que achamos que tenham um perfil condigno com os valores que nós queremos transmitir aos atletas, muitas vezes, mais do que na parte técnica, também na parte humana e de como é que se lida com os atletas e de todo esse trabalho que queremos fazer, não só em termos desportivos, mas em termos gerais. Nós não podemos ver só um atleta porque é bom atleta ou porque pratica bem a modalidade ou porque é bom jogador, mas há outros valores que queremos transmitir e que são tão importantes como esses, o saber estar numa equipa, o espírito de equipa/grupo, ajudarem-se uns aos outros e transmitir esses valores a eles” (E12, Coordenador). |
| <b>3. Relações interpessoais</b>           | a) Relação com a família enquanto agente desportivo/secção | “(…) os pais trazem muita energia. Quando os pais estão envolvidos, o clube fica com uma energia, vibra, vão aos jogos, passeiam, fazem coisas, querem lá estar lá porque sentem bem” (E3, Presidente);<br>“(…) a nossa secção é essencialmente pais de atletas de competição, mas há uma relação muito pessoal também com os pais da iniciação, por isso todos os problemas que existem de gestão de atletas, de gestão de conflitos, são sempre passadas a esses pais e muitas vezes eu também como técnico, e estou sempre presente, consigo identificar esses problemas e tentamos sempre discutir e arranjar a melhor solução para esses problemas” (E4, Coordenador).   |
|  | b) Relação com outros agentes desportivos                  | “Relativamente aos restantes diretores e chefes de secção de outras modalidades não tenho absolutamente nada de negativo a dizer, são todos muito colaborativos, apoiam-nos bastante, quando eu tenho ausência de conhecimento de algum procedimento” (E9, Chefe de Secção);<br>“Confesso que tenho mais afinidade com algumas pessoas do que com outras, mas eu lido com respeito com todo o mundo e o que tem de ser resolvido, é resolvido, não tenho problema nenhum em conversar, pelo contrário, foi o que eu falei, quero integrar as secções” (E2, Coordenadora).   |
|  | c) Relação com atletas                                     | “(…) primeiro tento que não falte nada aos atletas e tento-me lembrar do meu tempo de atleta, o que é que eu gostava, apesar das realidades serem diferentes, mas o facto de ter de me colocar no lugar deles e perceber quando eu era atleta o que é que eu gostava que o clube me oferecesse e fizesse” (E12, Coordenador);<br>“As atletas, estamos todas um grupo, estão todos os dias juntas, e passam, de quando em quando, 14h juntas num pavilhão, as pessoas aprendem a viver e mesmo quando não se gosta tanto, aprende-se a gostar, é uma questão mesmo de adaptação, temos de nos adaptar uns aos outros” (E9, Chefe de Secção).   |
| <b>4. Serviço de Psicologia e Educação</b> | a) Vantagens do SPE  | “(…) de 0 a 10 eu dou 20 porque, para começar é um recurso que se devia de ter e não, eu pelo menos não conheço mais nenhum clube de Andebol, não conheço mais nenhum que tenha, não conheço os clubes todos, conheço alguns e sei que a esmagadora maioria, tipo 99% não tem e devia, deviam” (E1, Treinador);   |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  |   | “(…) acreditem que estes trabalhos são contabilizados e, normalmente, e têm pesos fantásticos quando se chega mais à frente na nossa vida e gente olha para trás e consegue, com base nesta experiência que vocês estão a ter de construir coisas fabulosas” (E3, Presidente).   |
|  | b) Contributo do SPE na missão e objetivos do AFC | “Na verdade, nem todo o mundo reconhece isso e eu acho que é uma coisa relativamente nova, a psicologia no desporto nesse nível de necessidade, alguns anos atrás bastava um treinador, um atleta e um campo. Só que o ser humano foi percebendo que há outras necessidades, precisa se alimentar bem, precisa ter uma boa noite de sono, precisa ter uma cabeça alinhada, então eu acho que sim. Sendo que muitas coisas ali tem um pensamento um pouco ultrapassado, antiquado... parou no tempo... E as pessoas, nós jovens, pessoas que estamos ali, e tem outros jovens como chefes de secção, atletas, tem muita gente ali que tem já essa cabeça das necessidades, que o atleta e o clube precisa ter hoje” (E2, Coordenadora). |
|  | c) Sugestões de intervenção                       | “(…) eu acho que o vosso Serviço tem de ser muito direcionado. Com os treinadores, para os atletas e, se calhar, também muito importante para os pais e o que é que eles querem de desporto para os seus filhos, porque há muita gente que exige demasiado dos seus filhos e isso é se calhar quem precisa de mais apoio vosso” (E9, Chefe de Secção);<br>“(…) tem muitos assuntos que podem ser discutidos, desde lesão, de depressão, de estudo, de convivência... tem muitas áreas que podem ser exploradas” (E2, Coordenadora).  |

## **Apêndice 8**

*Planeamento da 1ª sessão de partilha – “Família no Desporto”*

**Data:** 19/02/2022 – 15h30-16h30

**Formato:** Online (Zoom)

**Objetivo:** Compreender o papel da família no AFC, dando contributos, estratégias e dicas para refletir sobre a relação família–desporto, nomeadamente sobre questões de lesão, preparação / recuperação física e psicologia.

**Público-alvo:** Pais/mães do AFC

**Oradoras e Orador:**

- Enfermeira
- Psicóloga
- Acupuntor

**Moderadoras:**

- Elsa Gomes (SPE)
- Mariana Fonseca (SPE)

**Avaliação:**

- Pedir aos/às participantes para deixar um like/dislike

**Descrição:**

### **A. Apresentação – Icebreaker**

Apresentação das moderadoras, do SPE, dos convidados, agradecer a presença dos participantes.

- Pedir nome + idade (se quiserem) + papel no AFC (nos casos em que isso se aplica) + 1 curiosidade

De forma sucinta, explicar o objetivo principal da formação:

- Dar contributos aos/às pais/mães e família, em geral, para refletirem sobre o seu papel perante o filho/a atleta, mais especificamente sobre a prevenção e recuperação de lesões, ou seja, a nível físico, mas também ao nível da mente.

## B. Questões para debate

1. Quando pensam na palavra “desporto” o que é que vos vem à cabeça?
2. Quando pensam em “lesão”, qual é a primeira coisa que vos ocorre?
3. Quando pensam em “psicologia”, qual é o primeiro pensamento?
4. E quando pensam em “preparação física”?
5. E quando pensam em “recuperação”?
  - a) Na verdade, aqui pode estar mesmo ligada às 3 áreas – psicologia, enfermagem e fisioterapia

## C. Mitos & Verdades

1. O/a meu/minha filho/a lesionou-se em campo! O melhor a fazer é manter a calma, não o/a mover do sítio e deixar que os profissionais de saúde o ajudem **(Verdade)**.
2. Quando a equipa do meu filho está a perder, devo chamar a atenção do meu filho para se esforçar ou focar mais no jogo **(Mito)**.
  - a) O feedback deve ser, dentro dos possíveis, positivo, uma vez que isso ajuda na confiança do atleta e na sua performance durante uma competição.
3. Posso opinar sobre o que se passa dentro do campo! Ser treinador de bancada! **(Mito)**.
  - a) Para isso é que existe o treinador para gerir e liderar a equipa tanto nos bons como nos maus momentos.
4. A recuperação começa mal um jogo acaba e não apenas umas horas depois. **(Verdade)**.
5. Não tenho influência no comportamento que o meu filho tem no desporto. **(Mito)**
  - Os pais são o primeiro modelo que as crianças encontram ao longo da vida, posteriormente serão influenciados por outras pessoas e ambientes.
6. Como pai/mãe, não devo assistir ao treino, a minha função deve ser apenas deixar o meu filho no treino e no final vir buscá-lo **(Mito)**.

a) Dizer que assistir ao treino deve ser uma preocupação e pode mesmo ser uma mais-valia para a criança/jovem sentir que a família o/a apoia e que se envolve numa área importante da sua vida

7. O desporto é um meio de formação do ser humano. **(Verdade)**

8. Devo procurar que o meu filho tenha o melhor acompanhamento médico durante toda a época! **(Verdade)**

- As lesões podem e devem ser evitadas, a incidência de problemas poderá ser menor se o atleta tiver um acompanhamento constante.

#### **D. Questões para os profissionais**

Agora vamos passar a palavra aos nossos convidados, podem abordar aspetos que achem importantes de serem transmitidos e para responderem a possíveis dúvidas.

Passamos, então, a palavra ao nosso convidado e convidadas.

#### **E. Dúvidas e/ou sugestões**

**Agradecimento** pela presença das convidadas, dos pais presentes e pedimos para darem o seu feedback através dos emojis.

## **Apêndice 9**

*Planeamento da 2ª sessão de partilha – “Ética no Desporto”*

**Data:** 23/04/2022 (15h30–16h30)

**Formato:** Online (via Zoom)

**Objetivo:** Debater as questões éticas do Desporto com base nos temas das publicações do SPE sobre o tema da ética desportiva.

**Público-alvo:** Comunidade do AFC

**Moderadoras:** Elsa Gomes e Mariana Fonseca (SPE)

**Oradores/as:** Prof. Sarmento e Prof.ª Teresa Dias

**Avaliação:**

- Pedir aos/às participantes para deixar um like/dislike

**Descrição da atividade:**

**A.** Apresentação das moderadoras, do SPE, agradecer a presença dos/as participantes e dos/as convidados/as. De forma sucinta, explicar o objetivo principal da formação:

- Debater as questões éticas do Desporto com base nos temas das publicações do SPE sobre o tema da ética desportiva. Situações mais do terreno do que na teoria.
- Perguntar se autorizam a gravação, para registo do SPE e para publicação de alguns momentos do debate nas redes sociais do AFC.

**B.** *Icebreaker* (15 min)

- Que palavra/ideia acham que descreve a cultura e valores do AFC?

[Nota: Eventualmente podemos utilizar uma palavra dita pelos/as convidados/as para perceber melhor o contexto ou fomentar a conversa].

**C.** Questões-chave para gerar o debate (30min)

1. Sabendo que o desporto é um meio de formação do ser humano, de que forma acham que se poderia retirar mais vantagem deste?
2. Que valores acham fundamentais existir em contexto desportivo?
3. Como é que esses valores podem/devem ser promovidos na prática?

4. Como é que garantem que todos os membros da comunidade do AFC, na prática, têm uma conduta eticamente consciente? A que estratégias recorrem?
5. Enquanto pai/mãe ou atleta, como é que acham que a ética deve estar incluída no desporto? Qual é a vossa perspetiva?
6. De que forma é que o Académico estabelece uma ligação eticamente correta com a comunidade e com o clube? Por exemplo, atletas provenientes de contextos desfavorecidos, ou sinalizados pela CPCJ.

[Nota: Existe a possibilidade de o rumo da conversa levantar outras questões que sejam mais pertinentes tendo em conta a dinâmica do momento. Será sempre preciso estar atento e adaptar o guião de questões].

**D. Fecho (10 min):**

- Dúvidas/ sugestões?
- **Feedback:** pedir para participantes e convidad@s darem feedback através dos emojis/reações do Zoom.
- **Agradecimento** pela presença dos/as convidados/as por terem aceitado este desafio; agradecer a todos/as os/as participantes.