



**A PRÁTICA ESPORTIVA NO VOLEIBOL E OS FATORES
MOTIVACIONAIS QUE LEVAM AS ATLETAS À TROCA OU ABANDONO
DESSE ESPORTE**

Sarah Tallyta Dias Gomes

Marcelo de Castro Teixeira

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Universidade Federal de
Lavras, como parte das exigências do
Curso de Graduação em Educação Física
para obtenção do título de Bacharelado

LAVRAS – MG

SARAH TALLYTA DIAS GOMES

**A PRÁTICA ESPORTIVA NO VOLEIBOL E OS FATORES MOTIVACIONAIS
QUE LEVAM AS ATLETAS À TROCA OU ABANDONO DESSE ESPORTE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal de Lavras,
como parte das exigências do Curso de Graduação em Educação
Física, para a obtenção do título de Bacharelado.

Prof. Dr. Marcelo de Castro Teixeira

Orientador

LAVRAS-MG

2023

SARAH TALLYTA DIAS GOMES

**A PRÁTICA ESPORTIVA DO VOLEIBOL E OS FATORES MOTIVACIONAIS
QUE LEVAM OS ATLETAS À TROCA OU ABANDONO DESSE ESPORTE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências do Curso de Graduação em Educação Física, para a obtenção do título de Bacharelado.

_____ em 06 de fevereiro de 2023.

Yury Manoel Brito da Silva

Dr. Marcelo de Castro Teixeira UFLA

Prof. Dr. Marcelo de Castro Teixeira

Orientador

LAVRAS-MG

2023

Dedico este trabalho aos meus pais, minha irmã e meus amigos por todo o apoio durante minha graduação. Sem vocês eu não teria conseguido a realização desse sonho.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais que me proporcionaram a oportunidade de estudar na Universidade Federal de Lavras (UFLA) e que me deram todo o suporte necessário para a realização desse sonho que é a formatura. Uma menção honrosa à minha irmã que sempre esteve comigo nas adversidades, mesmo de longe e me deu todo o aporte psicológico quando preciso. Também não posso deixar de mencionar a minha amiga Isabella e o meu orientador Marcelo que sempre esteve disposto a me ajudar e auxiliar durante o trabalho de conclusão de curso.

“O melhor psicólogo é lembrar o que sempre quis quando criança.”

(SERGIO AGUERO)

RESUMO

O voleibol se tornou um dos esportes mais praticados no mundo e difundiu-se entre as crianças e adolescentes, chegando a ser praticado até pelos mais velhos. Assim, temos alguns fatores motivacionais que podem favorecer para que essas pessoas possam começar essa prática e se mantenham nela. Sendo assim, esta pesquisa teve o objetivo de identificar quais são os fatores motivacionais que levam as atletas do sexo feminino, na faixa etária de 13 a 15 anos, a mudarem ou abandonarem a prática do voleibol. O estudo caracterizou-se como uma pesquisa básica, sua abordagem foi qualitativa, visto que a mensuração dos dados ocorreu por meio das técnicas estatísticas e de consultas em outros trabalhos com o voleibol. Em relação aos procedimentos, se caracterizou como uma pesquisa de campo, sendo aplicado o questionário de Motivos Esportivos de Início, Manutenção, Mudança e Abandono (MIMCA) da prática esportiva. Para esse estudo utilizou-se apenas duas subescalas do questionário MIMCA: “motivos de mudança” e “abandono” no voleibol. A coleta de dados foi realizada na cidade de Lavras- MG, onde participaram da pesquisa 12 atletas praticantes de voleibol, sendo elas da equipe juvenil do Lavras Tênis Clube. Aplicou-se o teste Alfa Cronbach para analisar a confiabilidade dos questionários, e no programa Excel foram feitas as médias e desvio padrão. Os resultados dos questionários apontaram que os principais fatores motivacionais para uma possível mudança da prática do voleibol foram “problemas de saúde” e “se não pudessem conciliar o estudo/trabalho”. Para a desistência, os “aspectos pessoais” (físicos e mentais), “lesões que me impedissem de treinar” e “se treinar fosse incompatível com meu estudo” foram os principais. Constata-se então, que a parte física seria um grande empecilho para essas atletas de voleibol, além da grande preocupação com os estudos. Sugere-se que sejam realizados mais estudos, com atletas da mesma equipe e aplicação das quatro subescalas do questionário MIMCA, tendo assim outras variáveis para serem analisadas.

Palavras-chave: Empecilho; Voleibol; Prática esportiva; Fatores desistência.

ABSTRACT

Volleyball has become one of the most popular sports in the world and has spread among children and adolescents, even being practiced by the elderly. Thus, we have some motivational factors that may favor these people to try to start this practice and keep it. Therefore, this research aimed to identify what are the motivational factors that lead female athletes, aged 13 to 15 years, to change or abandon the practice of volleyball. The study was characterized as a basic research, its approach was quali-quantitative, since the measurement of data occurred through statistical techniques and through consultations in other works with volleyball. In relation to the procedures, it was characterized as a field research, being applied the questionnaire of Sporting Motives of Beginning, Maintenance, Change and Abandonment (MIMCA) of the sporting practice. For this study, only two subscales of the MIMCA questionnaire were used: "reasons for change" and "dropout" in volleyball. Data collection was carried out in the city of Lavras-MG, where 12 athletes who practice volleyball participated in the research, being them from the youth team of Lavras Tênis Clube. The Alpha Cronbach test was applied to analyze the reliability of the questionnaires, and the means and standard deviation were calculated using the Excel program. The results of the questionnaires indicated that the main motivational factors for a possible change in the practice of volleyball were health problems and if they could not reconcile study/work. For withdrawal, personal aspects (physical and mental), injuries that prevent me from training and if training is incompatible with my study. It appears then that the physical part would be the major obstacle for these volleyball athletes, in addition to the great concern with their studies. It is suggested that more studies be carried out, with athletes from the same team and application of the four subscales of the MIMCA questionnaire, thus having other variables to be analyzed.

Keywords: Hindrance; Volleyball; Sports practice; Dropout factors.

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1-Média das respostas das atletas dos fatores de mudança na modalidade voleibol 22

GRÁFICO 2- Desvio padrão das respostas das atletas dos fatores de mudança na modalidade voleibol 23

GRÁFICO 3- Média das respostas das atletas do sexo feminino para quais motivos com relação ao abandono da prática de voleibol 23

GRÁFICO 4-Desvio padrão das respostas das atletas do sexo feminino para quais motivos para abandonar a prática de voleibol24

LISTA DE SIGLAS

- SNTAF- Se não tivesse apoio federativo
- STFOE- Se tivesse familiares em outro esporte
- PS - Problemas de Saúde
- POEEM - Porque outro esporte estaria na moda
- CNA - Conseguir novos amigos
- SNPCCET - Se não pudesse conciliar com os estudos/trabalhos
- SNTAC - Se não tivesse apoio do clube
- SEDCE - Se estivesse desmotivado com o esporte
- SECDC - Se estivesse cansado de competir
- BNS - Buscar novas sensações
- SMPNGV- Se meus pais não gostassem do vôlei
- SMTENPRM - Se meu trabalho/estudo não me permitisse render o máximo
- LQIT - Lesões que me impedissem de treinar
- SNTFPME - Se não tivesse físico para o meu esporte
- SMNFO - Se meu namorado fosse um obstáculo
- SMSCANC - Se meus sonhos como atleta não se cumprissem
- SNMDBT - Se não me desse bem com o treinador
- SNCR - Se não conseguisse os resultados
- STFICME- Se treinar fosse incompatível com meu estudo
- SMFNMA - Se minha família não me apoiasse

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	12
2. PROBLEMA DE PESQUISA	13
3. HIPÓTESE	13
4. OBJETIVO GERAL.....	13
4.1 Objetivos Específicos	13
5.JUSTIFICATIVA DO ESTUDO	13
6. REVISÃO DE LITERATURA	13
6.1 Treinamento Esportivo e a Competição.....	13
6.2 A competição	14
6.2.1 Pais e treinadores no processo competitivo.....	15
6.3 Mudança e abandono do esporte	16
6.4 Fator psicológico no esporte	17
6.5 Relação entre desempenho e emoção	19
7. METODOLOGIA DA PESQUISA.....	20
7.1 Tipo de pesquisa	20
7.2 Critérios éticos	20
7.3 Sujeitos da pesquisa.....	20
7.4 Instrumento e procedimento na coleta de dados	20
7.5 Análise de Dados	21
8. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	21
9. CONCLUSÃO	26
10. REFERÊNCIAS.....	28
ANEXO A - Subescala de Mudança.....	30
ANEXO B - Subescala de Desistência.....	31

1. INTRODUÇÃO

O esporte é uma atividade abrangente, visto que engloba diversas áreas importantes para a humanidade, como saúde, educação, turismo, entre outros. A prática do esporte envolve a aquisição de habilidades físicas e sociais, valores, conhecimentos, atitudes e normas.

Envolve atividade competitiva e institucionalizada, que é realizada de acordo com técnicas, habilidades e objetivos definidos nas modalidades esportivas, com regras e que também pode ser praticado de forma lúdica (JUNIOR, 2012).

O treinamento esportivo tem como objetivo ensinar e instruir o atleta. É a área no qual se preocupa com a segurança e a saúde dos atletas (JUNIOR, 2012).

A Competição Esportiva consiste no momento de confronto entre as equipes e indivíduos em busca do resultado que é a vitória (JUNIOR, 2012).

Portanto, o voleibol se encontra dentro dos jogos de rede/parede segundo a sua classificação (JUNIOR, 2012). O esporte é jogado entre duas equipes, compostos por seis jogadores em cada uma; em uma quadra dividida por uma rede. O objetivo é passar a bola sobre a rede, de forma que toque o chão adversário, tentando impedir que o adversário faça o mesmo. Cada equipe pode dar no máximo três toques na bola, fora o toque no bloqueio (amortecedor). É um esporte de aprendizagem complexa e sua maior dificuldade está em trabalhar com habilidades construídas e não naturais (TEIXEIRA, 2014).

Milhares de crianças estão envolvidas em projetos de iniciação esportiva. Sem apoio, muitos deles abandonam a prática esportiva por vários fatores, o que torna necessário realizar investigações sobre o tema (TEIXEIRA, 2014). E, apesar do crescimento dos programas de iniciação esportiva, o crescimento da tecnologia como forma de diversão, com o uso dos computadores, jogos, televisão e outros, tem estimulado o sedentarismo. Isto sem citar o desinteresse das instituições em estimular tais atividades e a preocupação dos pais com a segurança dos filhos (TEIXEIRA, 2014).

A temática do presente estudo foi escolhida devido ao tempo que a autora atuou como estagiária na equipe de voleibol do Sada Cruzeiro Argos (feminino), time profissional da cidade de Contagem. O alto rendimento sempre lhe chamou a atenção, mas ver de perto como funciona a dinâmica do voleibol de alto rendimento, sem sombra de dúvidas, foi diferente. Durante os treinamentos no Sada Cruzeiro Argos, algumas atletas eram bem novas, com 16 e 17 anos e conversavam entre si sobre manter a carreira ou não de jogadora. Foi despertada, assim, uma vontade de conhecer os motivos que levam atletas a mudarem ou saírem da prática do voleibol.

2. PROBLEMA DE PESQUISA

Principais fatores motivacionais que levam os atletas de voleibol a desistirem do esporte ou migrarem para outra prática esportiva.

3. HIPÓTESE

Baseado na bibliografia, o presente estudo traz que as principais teorias para mudança e abandono do voleibol, são as pressões exercidas pelos pais e treinadores; problemas de saúde e estresse físico-mental.

1. OBJETIVO GERAL

Analisar os motivos de mudança ou abandono no voleibol feminino do Lavras Tênis Clube-MG.

1.1. Objetivos específicos

- Verificar motivos motivacionais para mudança ou abandono no voleibol feminino enquanto adolescentes.
- Identificar as frequências de respostas nos questionários aplicados (motivos de mudança ou abandono no voleibol).

2. JUSTIFICATIVA DO ESTUDO

O presente estudo busca esclarecer os motivos/fatores de mudança ou desistência do voleibol feminino.

3. REVISÃO DE LITERATURA

3.1. Treinamento Esportivo e a Competição

O esporte pode ser trabalhado de maneira lúdica, recreativa e competitiva. Pode ser categorizado em três ramos: educativo, participação e competição, este último necessitando de bastante treinamento, intenso e especializado, segundo Marques (2010).

As inúmeras experiências precoces vão refletir lá na frente em como irão lidar com o esporte. A maneira com que os pais se preocupam em relação à agressividade, como atuam enquanto o jovem fracassa ou triunfa em suas tentativas, bem como amigos e irmãos se relacionam, tudo isso influencia no atleta mais tarde. O ambiente esportivo tem um papel importante e pode influenciar na construção da personalidade de uma pessoa (MACHADO, PAES, ALQUIERE, OSIECKI, LIRANI, STEFANELLO, 2016).

A experiência em diversos esportes em vez da especialização esportiva no início das etapas pode ser benéfica em detrimento da experimentação que o jovem irá ter, experimentando diversas atividades motoras, o que é importante para o voleibol de alto rendimento, de acordo com Machado, Paes, Alquiere, Osieck, Lirani, Stefanello (2016).

Segundo Zambrin (2016), à medida que os atletas jovens vão avançando na prática de modalidades esportivas (e no caso a autora cita o handebol), os atletas vão ficando mais atentos ao estabelecimento de metas e tendem a se importar mais.

Os jovens apresentam uma percepção da competição como algo momentâneo, levando em conta seus interesses pessoais do presente e não como uma prática esportiva no futuro. A mesma autora destaca que pais, professores, técnicos e atletas se influenciam no entendimento da prática esportiva para esses jovens, direcionando-os na prática esportiva e seus benefícios, evitando aspectos prejudiciais nessa idade como o “ganhar a todo custo” (ZAMBRIN, 2016).

Além disso, a frustração de uma derrota ou a alegria de uma vitória deveriam levar os jovens a ricas experiências que influenciariam no processo de desenvolvimento do mesmo. A resiliência, seguir tentando mesmo quando as coisas parecem não dar certo, é um excelente caminho para o desenvolvimento e processo competitivo. Portanto, mesmo que o esporte de alto rendimento pareça “duro” às vezes, ele ajuda na construção de um indivíduo forte, quanto aos valores atrelados à disciplina, dedicação e determinação (ZAMBRIN, 2016).

3.2. A Competição

A competição não é um fator de cunho somente esportivo e, portanto, também se tem o cunho social, fator de grande influência nos atletas, principalmente juvenis. Desde o nascimento até a morte o ser humano compete em várias áreas, todos os dias de sua vida (DE ROSE JR. et al, 2002).

A competição esportiva tem o significado de luta e desafio, e dessa forma é o modo mais praticado com relação a ter que conquistar algo. É a forma máxima de expressão do esporte como algo social e cultural visto que está no cotidiano das pessoas (DE ROSE JR. et al, 2002).

Portanto, algumas expressões estão atreladas a competição, dentre elas estão: forma de disputa física e psicológica; superação de marcas; medição de forças; apuração do melhor resultado; seleção entre indivíduos e grupos; confronto luta e antagonismo entre dois ou mais; competidores; jogo; vencedores e perdedores; avaliação de rendimento; comparação de resultado e desempenho; atividades com regras definidas; busca da vitória; divertimento, prazer, alegria e euforia; pressão; frustração e decepção; sentimento de dever cumprido e vitória a qualquer custo (DE ROSE JR. et al, 2002).

Quando uma pessoa tem um objetivo de ser melhor que determinada pessoa do grupo, irá causar conflito, competição. Como indicado, o excesso de competitividade com a especialização precoce pode levar a desgastes e lesões cujas consequências vão para o resto da vida. Quando o ambiente é de competitividade excessiva, o atleta é levado a assumir riscos, cometer agressões e ultrapassar suas limitações físicas (TEIXEIRA, 2014).

Toda competição em qualquer nível apresenta quatro fatores: confronto, demonstração, comparação e avaliação. E esses fatores trazem bastante estresse ao indivíduo que ali está inserido. Com todo esse processo espera-se que os competidores sejam expostos a um verdadeiro bombardeio de observações, opiniões e julgamentos que possam criar expectativas, sendo

elas boas ou não com relação ao desempenho do atleta. Pressupõe-se que ele deva superar os mais altos níveis de exigência, sejam elas físicas, técnicas, sociais ou táticas. Isso requer trabalho árduo (DE ROSE JR. et al, 2002).

Os mesmos autores (DE ROSE JR. et al, 2002) reconhecem que níveis elevados de estresse, podem atrapalhar e muito o desempenho do atleta. No entanto, a competição não é necessariamente uma fonte de estresse ao atleta, tudo dependerá de como ele irá avaliar os desafios e percalços encontrados.

DE Rose Jr. et al (2002) citam alguns fatores de estresse em atletas, como: períodos de preparação; falta de jogos preparatórios; falta de estrutura de treinamento; falta de suporte financeiro; estar mal fisicamente ou contundido; necessidade de manter o padrão de desempenho; problemas de relacionamento com técnicos e companheiros; expectativa quanto ao desempenho; viagens longas e constantes. Portanto, podem-se observar quantos fatores tem-se para o atleta ter que se preocupar e sempre realizar o seu melhor.

6.2.1. Pais e treinadores no processo competitivo

Pais e treinadores podem assumir uma postura inadequada em relação aos competidores. Os pais desempenham um fator determinante na iniciação esportiva dos adolescentes e a natureza dessas influências será fundamental na prática da atividade física esportiva. A integração entre pais e técnicos ajudará o professor na seleção dos melhores métodos e recursos materiais e humanos que serão utilizados no treinamento (TEIXEIRA, 2014). Um estudo no Brasil (CP REIS, 2016) comprovou que os medalhistas olímpicos tiveram grande apoio dos pais na iniciação esportiva, tanto emocional quanto financeiro. A família pode ser responsabilizada pelo sucesso de muitos atletas, ajudando na aquisição de valores, amor e suporte durante toda a carreira esportiva. Mas também pode apresentar aspectos negativos, colocando grande pressão e exigências nos seus filhos, ocasionando uma atmosfera rígida e expectativa irreais. O que pode ser observado com grande frequência é uma grande pressão realizada por treinadores e pais sobre os atletas, cobrando excessivamente resultados que estão muito além de sua capacidade. Seja estipulando pontos durante a partida, ou cobrando atitudes de “homem”, entre outras coisas. Essas atitudes deixam os atletas ansiosos que vão contra o seu próprio benefício, só para agradar seus pais (TEIXEIRA, 2014).

Porém, “atualmente, percebe-se que há pais que incentivam seus filhos para a prática esportiva, com ênfase na competição”. E, principalmente, na vitória e divulgação do feito (MACHADO; PRESOTO, 2001, p.29)

Sobre os treinadores, são os principais responsáveis por orientar seus atletas, levando-os ao aprimoramento das técnicas; corrigindo e sendo um agente facilitador nas relações interpessoais dos atletas com os outros companheiros de equipe. O comportamento do técnico vai influenciar no

desempenho dos esportistas; o técnico que tende a criar expectativas vai afetar o desempenho tanto físico como psicologicamente do jovem (TEIXEIRA, 2014).

O treinador tem papel fundamental ao acesso a uma prática esportiva de qualidade e desenvolvimento dos jovens, ensinando valores e encorajando as suas participações. E assim, percebendo a figura do treinador como preponderante no ambiente esportivo e social dos atletas, como a administração do grupo e desempenho esportivo (BETTEGA et al, 2021).

A relação treinador e atleta, se estreita quando o atleta percebe uma possibilidade de desenvolvimento e isso lhe proporciona satisfação e prazer. A relação será intensificada pois o jovem irá achar um novo modelo e irá afirmar-se e identificar-se com esse modelo, o do treinador (BETTEGA et al, 2021).

No Brasil, a iniciação esportiva não é bem realizada e muitas das vezes a modalidade é escolhida pelos pais, em idade prematura. O *feedback* deles é altamente importante nessa fase, fazendo com que o jovem escolha a modalidade foco em detrimento da opinião dos pais. Eles moldam o desenvolvimento psicológico e emocional, afetam a competência/autoestima, motivação e o prazer no esporte. O jovem tem um misto de emoções correlacionado às atitudes dos pais durante jogos e treinamentos, com relação à expectativa colocada neles (BETTEGA et al, 2021).

Os pais podem ser aliados valiosos ou perturbadores constantes. Assim, é importante que haja bastante sintonia entre pais e treinador, e esse último deve sempre tomar a iniciativa de procurar os primeiros e debater com eles sobre seus objetivos, metas, a forma como os obterá, o que exigirá dos atletas e como os pais poderão ajudá-los nessa tarefa (BETTEGA et al, 2021).

Peres (1999) diz que existem alguns tipos de pais, como: *educativos*, em que os pais enxergam a prática esportiva somente de cunho educacional; os *esportistas*, os quais querem que os filhos sejam o seu espelho e por isso ditam a modalidade do filho; *caça-talentos*: ex-atletas em geral que tentam levar o filho ao profissionalismo; *não praticantes*: o filho pode praticar, mas o esporte é visto como mero passatempo; *anti-vícios*: o esporte é visto como um remédio social para bebidas e drogas.

3.3. Mudança e abandono do esporte

Projetando um alto rendimento competitivo, milhares de crianças estão envolvidas em projetos de iniciação esportiva. Sem apoio, muitos deles abandonam a prática esportiva por vários fatores, o que torna necessário realizar investigações sobre o tema (COSTA, 2007). E, apesar do crescimento dos programas de iniciação esportiva, o crescimento da tecnologia como forma de diversão, com o uso dos computadores, jogos, televisão e outros, tem estimulado o sedentarismo. Isto sem citar o desinteresse das instituições em

estimular tais atividades e a preocupação dos pais com a segurança dos filhos. (COSTA, 2007).

Entre os jovens, devido a uma instabilidade física, emocional e social, o abandono da prática esportiva é mais frequente. Marques (2010), citando um estudo estimativo de Pejlichkoff em 1996 nos EUA, mostrou uma média de 35% dos praticantes abandonando o esporte por ano, com uma diminuição de participação entre os 11 e 13 anos. O esporte de competição necessita de um tratamento pedagógico que permite educar os jovens através da prática da modalidade.

O abandono da modalidade é dividido em três grandes grupos, como proposto por Pejlichkoff (1996): o primeiro é o *abandono voluntário*, que por não estar feliz o jovem abandona a prática esportiva. O segundo grupo é chamado de *abandono resistente*, onde o praticante está muito insatisfeito com a prática, mas gosta do esporte que pratica. Isso o leva a postergar sua decisão de deixar seus treinamentos. E o terceiro grupo é chamado de *abandono relutante*, em que o praticante se vê obrigado a abandonar o esporte por razões fora de seu controle, como contusões e necessidades financeiras. As práticas desportivizadas, a fragmentação de conteúdo, a prática repetitiva e gestos técnicos e a especialização precoce são alguns problemas na iniciação esportiva relativa à pedagogia do esporte. A repetição obsessiva é o principal fator de evasão precoce. Para alguns autores (TEIXEIRA, 2014, OLIVEIRA e VIEIRA, 2010), a competição não é um fator de evasão, mas sim como ela é proposta, pois foca excessivamente na competência e em ganhar a qualquer custo, podendo levar ao estresse e outros fatores não desejados.

O abandono, independente do gênero, se dá entre os 12 e 17 anos, principalmente por fatores sociais, segundo Scalon (2011).

Para Costa (2010), a participação dos jovens no esporte tem seu ápice entre os 10 e 13 anos e então decaem consideravelmente até os 18 anos. Um dos fatores para essa mudança é ter outra coisa para fazer e mudança de interesse, e esses fatores surgiram como o principal motivo para interromper a prática. Outros fatores que surgiram foram: “não era tão bom quanto pensava”, “não foi muito divertido”, “queria praticar outro esporte”, “não gostava da pressão”, “aborrecimento”, “não gostava do treinador”, “o treinamento era muito pesado”. Mas vão variar bastante esses fatores, podendo entrar nessa lista: questão financeira, pressão dos pais e questões sociais (competitividade na equipe).

3.4. Fator psicológico no esporte

A psicologia do esporte é um fator considerado novo para o meio esportivo, mas já é de grande valia no esporte de alto rendimento. No início do século XX, surgiram as primeiras discussões da influência dos aspectos psicológicos no desempenho dos atletas. Nesta época, o controle das emoções era tido como um fator de sucesso, sendo que o atleta que conseguisse ter controle

emocional, provavelmente, seria bem-sucedido e atingiria seus objetivos (OLIVEIRA e VIEIRA, 2010).

Analisar e compreender o atleta minimamente falando em termos psicológicos é imprescindível nos dias de hoje, já que se busca a otimização da *performance* (OLIVEIRA e VIEIRA, 2010).

As emoções são um conjunto de processos que envolvem intencionalidade, sensação física, comportamento motor e o evento em si (TEIXEIRA, 2014). É possível identificar que as emoções são desencadeadas por um estímulo e envolvem uma resposta psíquica e física subjetiva a este estímulo, e por isso é considerado um processo complexo. As emoções podem ser classificadas em primárias e secundárias, sendo as primárias o medo, raiva, tristeza e alegria, que são partilhadas por todos. Já as secundárias são resultado dos processos de aprendizagem e socialização, como, por exemplo, ciúmes, inveja, vergonha (DAMÁSIO, 1996). Autores como Ekman (2003, apud MIGUEL, 2015) citam que existem outras emoções, tais como nojo e surpresa.

A literatura destaca diferentes momentos que influenciam nas emoções dos atletas como, por exemplo, durante a competição, além das emoções na fase pré e pós-competição (MACHADO et al., 2016; SAMULSKI, 2009). No contexto esportivo, as emoções possuem algumas funções muito importantes, tais como organizar, controlar as ações do atleta e de motivação. Expressar algumas emoções positivas pode auxiliar na motivação dos colegas de equipe, por exemplo. Por outro lado, não demonstrar seu estado emocional pode ajudar o atleta a proteger sua imagem (SAMULSKI, 2009).

A relação entre emoção e o rendimento não é algo tão simples, sendo necessário avaliar a intensidade da emoção, os motivos e os seus efeitos, como positivo ou negativo e como isso pode afetar o atleta em uma partida. (SAMULSKI, 2009).

Além das emoções que envolvem o ambiente competitivo, também existem as emoções na fase pré-competitiva. Geralmente antes da competição, o atleta fica sob um alto estresse psíquico, em decorrência da antecipação da competição. Nestes casos, o atleta antecipa a situação ainda não vivenciada (a competição) e pode ficar preocupado, inquieto, com medo, inseguro ou ainda ficar ansioso pela oportunidade. Por exemplo, se for um jogo decisivo pode pensar nos benefícios que terá se obtiver sucesso. O atleta pode ainda vivenciar emoções positivas ou negativas após a competição, independentemente de ter obtido um resultado positivo ou negativo. Suas reações emocionais vão depender, não só de seu desempenho, mas também de como ele o interpretou, ou seja, qual o significado que ele atribuiu ao resultado (SAMULSKI, 2009).

Neste sentido, a Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) pode ajudar o atleta a lidar melhor com essas emoções e por consequência pressões exercidas por familiares e treinadores. A TCC norteia-se em dois princípios centrais, o primeiro denota que a cognição influencia as emoções e o

comportamento e o segundo princípio explica que a forma como o indivíduo se comporta e age, afeta os pensamentos e as emoções (WRIGHT, BASCO e THASE, 2008).

3.5. Relação entre desempenho e emoção

Para Campo et al., no prelo; Lavoura et al. (2008); Lewis et al. (2016); Machado et al. (2016); Mowlaie et al. (2011); Ruiz e Hainin (2011); Séve et al. (2007), as principais emoções identificadas em atletas foram ansiedade, raiva, felicidade, serenidade, esperança, prazer, confiança, satisfação, alívio, decepção, preocupação, irritação desânimo, medo.

É importante ressaltar que é comum existir uma confusão entre emoção, sentimento e afeto. Para Damásio (2009) as emoções são um processo que envolve uma resposta física e psíquica e são caracterizadas por sua duração e intensidade, geralmente de curta duração e acompanhada de reações físicas. Os sentimentos envolvem a percepção que o sujeito tem diante de uma emoção, são internos e não podem ser percebidos pelos outros, exceto pelo próprio sujeito. Já o afeto é caracterizado como a junção entre emoção e sentimento. As pesquisas evidenciam que as emoções têm impacto no desempenho do atleta, devido ao fato de influenciarem o comportamento, e o comportamento do atleta está diretamente associado ao seu rendimento. Além disso, verificou-se que o desempenho também tem uma forte influência nas emoções. Trata-se de uma relação onde há uma bidirecionalidade entre desempenho e emoções, ou seja, um afeta o outro (SEVE et al., 2007; CAMPO et al., no prelo).

Muitos atletas relatam se sentir felizes quando estão ganhando e conseguem desenvolver seu melhor voleibol, mas o mesmo não acontece quando estão atrás do placar, e a falta de confiança leva a erros bobos, proporcionando obviamente um voleibol abaixo do que o praticado naturalmente (FABIANI, 2008).

No caso, o atleta deverá desenvolver estratégias de enfrentamento, melhora na resolução de problemas, ocasionando algumas situações que ele tenha que resolver e pensar para resolver (FABIANI, 2008).

Se o atleta se conhece, ele poderá lidar melhor com as tomadas de decisões. A autoconfiança tem um papel muito grande no desempenho do jogador, auxiliando no controle da raiva e por consequência aumento de desempenho (COSTA, 2007).

4. METODOLOGIA DA PESQUISA

4.1. Tipo de pesquisa

Quanto à natureza, essa pesquisa se caracteriza como básica, com abordagem quali-quantitativa, visto que a mensuração dos dados ocorreu por meio das técnicas estatísticas e através de consultas em outros trabalhos com o voleibol. Em relação aos procedimentos se caracterizou como pesquisa de campo.

É um tipo de pesquisa que pretende buscar a informação diretamente com a população pesquisada. Ela exige do pesquisador um encontro mais direto. Nesse caso, o pesquisador precisa ir ao espaço onde o fenômeno ocorre, ou ocorreu e reunir um conjunto de informações a serem documentadas (PIANA, 2009, p. 169).

4.2. Critérios éticos

Por critérios éticos, cada participante da pesquisa e seu responsável tiveram que assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), concordando com os termos da mesma.

4.3. Sujeitos da pesquisa

Na pesquisa estão inclusas as atletas entre 13 e 15 anos da equipe de voleibol feminino do Lavras Tênis Clube, da cidade de Lavras-MG.

4.4. Instrumento e Procedimento na coleta de dados

O instrumento usado foram dois questionários aplicados durante o treinamento do Voleibol Feminino. As atletas puderam levar o questionário para casa para que seus responsáveis autorizassem a participação das mesmas na pesquisa. Um questionário foi sobre os motivos que poderiam levá-las a mudar de modalidade esportiva e o outro questionário sobre os possíveis motivos de abandono do voleibol.

A pesquisa constituiu-se com uma parte do questionário (MIMCA) de Motivos Esportivos de Início, Manutenção, Mudança e Abandono da prática esportiva, em duas de suas 22 subescalas. A primeira delas relacionada aos motivos que levaram o(a) praticante à mudança da prática, e a outra sobre os motivos que o(a) levaram a desistir da prática. O questionário foi desenvolvido na Espanha por Rodriguez, Lucas e Alonso (1997), e validado no Brasil por Carmo et al (2008). O MIMCA é dividido em quatro subescalas, e são elas: motivos de início, manutenção, mudança e abandono da prática esportiva, neste caso o voleibol. Em cada uma das subescalas há um número de perguntas específico para a verificação dos motivos. Para a Subescala de Mudança foram 10 motivos (ANEXO A) e para a Subescala de Desistência foram 10 motivos também (ANEXO B).

A Escala Likert é uma escala de classificação usada para questionar uma pessoa sobre seu nível de concordância ou discordância com uma declaração. É ideal para medir as reações, atitudes e comportamentos de uma pessoa. Por meio da escala de Likert as participantes tiveram cinco possibilidades para

marcarem uma resposta para cada um dos motivos, sendo elas: *totalmente de acordo, muito de acordo, de acordo, pouco de acordo* e *total desacordo*. O MIMCA também é utilizado para estabelecer diferenças significativas entre variáveis distintas tais como: sexo, idade, tempo de prática e tipo de esporte, coletivos ou individuais (RODRIGUEZ; LUCAS; ALONSO, 1999). Assim, torna-se um instrumento muito importante para a análise dos perfis motivacionais em cada momento da vida esportiva relacionados ainda, a variáveis como as descritas acima.

4.5. Análise de dados

Após o encerramento da coleta, foram transportadas todas as respostas para a planilha Excel para facilitar a análise dos dados. Essa foi descrita por meio de estatísticas (média, desvio padrão) no programa Excel, composta pelos resultados das escalas do questionário que deram a possibilidade de realizar comparação e correlação entre os itens envolvidos.

Para avaliação da confiabilidade do questionário MIMCA foi empregue o Coeficiente de Alfa Cronbach através do aplicativo IBM SPSS Statistics. O Coeficiente Alfa foi caracterizado por Lee J. Cronbach em 1995, sendo um importante método estatístico aplicado para mensurar a confiabilidade e a qualidade de uma escala, isto é, avalia a relevância em que os itens de um instrumento estão correlacionados. A confiabilidade do Coeficiente Alfa de Cronbach normalmente varia entre 0 e 1, sendo 0,70 o valor mínimo aceitável, e valores abaixo desse limite apresentam baixa consistência. Por outro lado, o valor máximo esperado para o alfa é 0,90, uma vez que valores maiores podem significar presença de redundância ou duplicação, logo devem ser eliminados (STREINER, 2003). Freitas e Rodrigues (2005) sugerem a classificação da confiabilidade do Coeficiente Alfa de Cronbach de acordo com os seguintes limites: A. $\alpha \leq 0,30$ – Muito baixa, B. $0,30 < \alpha \leq 0,60$ – Baixa, C. $0,60 < \alpha \leq 0,75$ – Moderada, D. $0,75 < \alpha \leq 0,90$ – Alta, E. $\alpha > 0,90$ – Muito alta.

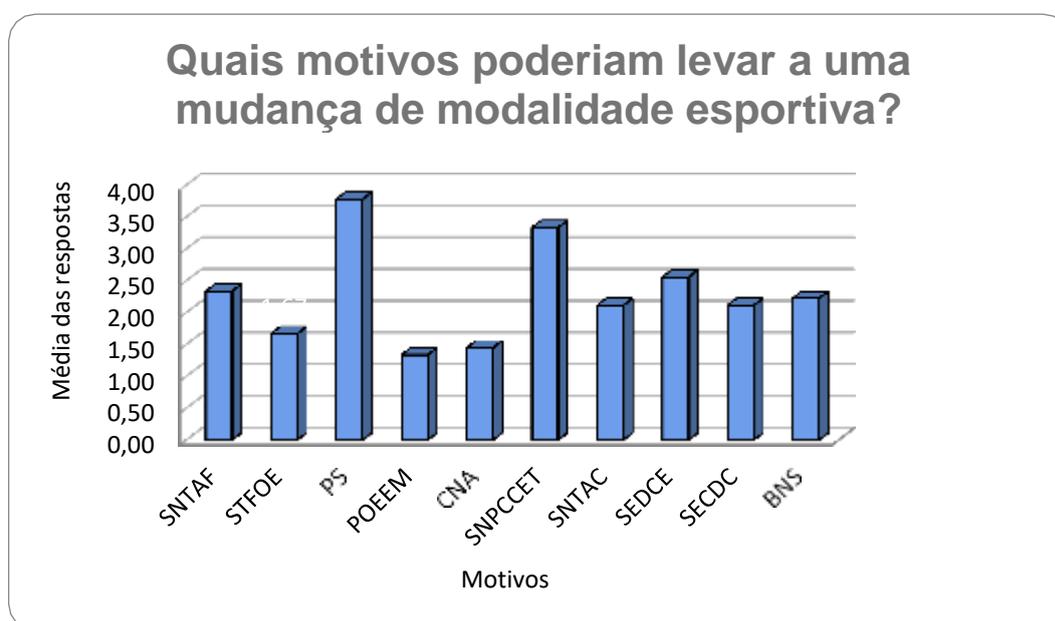
Os gráficos foram construídos por meio do maior número de respostas dadas, de acordo com a seguinte ordem: *total desacordo, pouco acordo, de acordo, muito de acordo, totalmente de acordo*. Quanto maior a porcentagem do gráfico, mais respostas “Totalmente de acordo” indicando que aquele motivo poderia influenciar o atleta a mudar ou desistir do voleibol. Já as menores porcentagens indicam que aquele motivo recebeu poucas respostas “Totalmente de acordo”, sendo assim aqueles que menos influenciariam as atletas a mudarem ou desistirem do voleibol.

5. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Ao analisar a confiabilidade do questionário MIMCA através, da variável: *Quais motivos poderiam levar para uma mudança de modalidade esportiva*, do Alfa de Cronbach, o resultado foi de 0,711%. Para a desistência da prática do voleibol o teste de confiabilidade deu: 0,603%. Os valores encontrados, na tabela de confiabilidade de Freitas e Rodrigues (2005), estão classificados como *moderado*.

O Gráfico 1 apresenta as médias das respostas dadas pelas atletas do sexo feminino, permitindo observar a direção das respostas para os motivos que poderiam levar as atletas a migrarem da prática esportiva do voleibol. Já o Gráfico 3 apresenta as médias das respostas dadas pelas atletas do sexo feminino, permitindo observar a direção das respostas para os motivos que poderiam levar as atletas a desistirem da prática esportiva do voleibol. Então, quanto maior a porcentagem do gráfico indica que aquele motivo possa influenciar numa possível escolha de mudança ou desistência da modalidade, pois obteve um número grande de respostas “Totalmente de acordo”.

Gráfico 1: Média das respostas das atletas dos fatores de mudança na modalidade voleibol

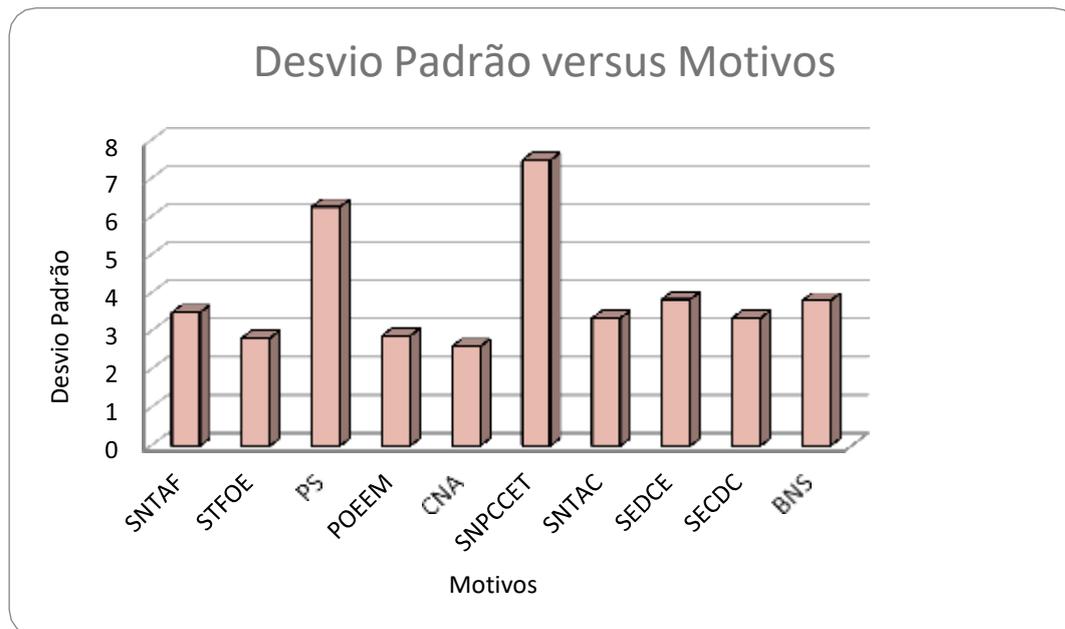


Legenda: SNTAF- Se não tivesse apoio federativo; STFOE- Se tivesse familiares em outro esporte; PS – Problemas de Saúde; POEEM – Porque outro esporte estaria na moda; CNA – Conseguir novos amigos; SNPC CET – Se não pudesse conciliar com os estudos/trabalhos; SNTAC – Se não tivesse apoio do clube; SEDCE – Se estivesse desmotivado com o esporte; SECDC – Se estivesse cansado de competir; BNS – Buscar novas sensações

Ao analisar o Gráfico 1, percebe-se que o principal fator apontado como possível mudança de modalidade pelas atletas é: “Problemas de saúde” (PS) com um percentual de 3,78%; seguido por “Se não pudesse conciliar com meus estudos/trabalho” (SNPC CET) – 3,38%.

Os resultados estão de acordo com a literatura estudada como proposto por Pejlichkoff (1996): a divisão do abandono de uma modalidade é dividida em três grupos e o terceiro grupo é chamado de *abandono relutante*, em que o praticante se vê obrigado a abandonar o esporte por razões fora de seu controle, como contusões e necessidades financeiras, como apontadas pelos resultados da pesquisa realizada.

Gráfico 2: Desvio padrão das respostas das atletas dos fatores de mudança na modalidade voleibol



Legenda: SNTAF- Se não tivesse apoio federativo; STFOE- Se tivesse familiares em outro esporte; PS – Problemas de Saúde; POEEM – Porque outro esporte estaria na moda; CNA – Conseguir novos amigos; SNPCET – Se não pudesse conciliar com os estudos/trabalhos; SNTAC – Se não tivesse apoio do clube; SEDCE – Se estivesse desmotivado com o esporte; SECDC – Se estivesse cansado de competir; BNS – Buscar novas sensações

Gráfico 3: Média das respostas das atletas do sexo feminino para quais motivos com relação ao abandono da prática de voleibol

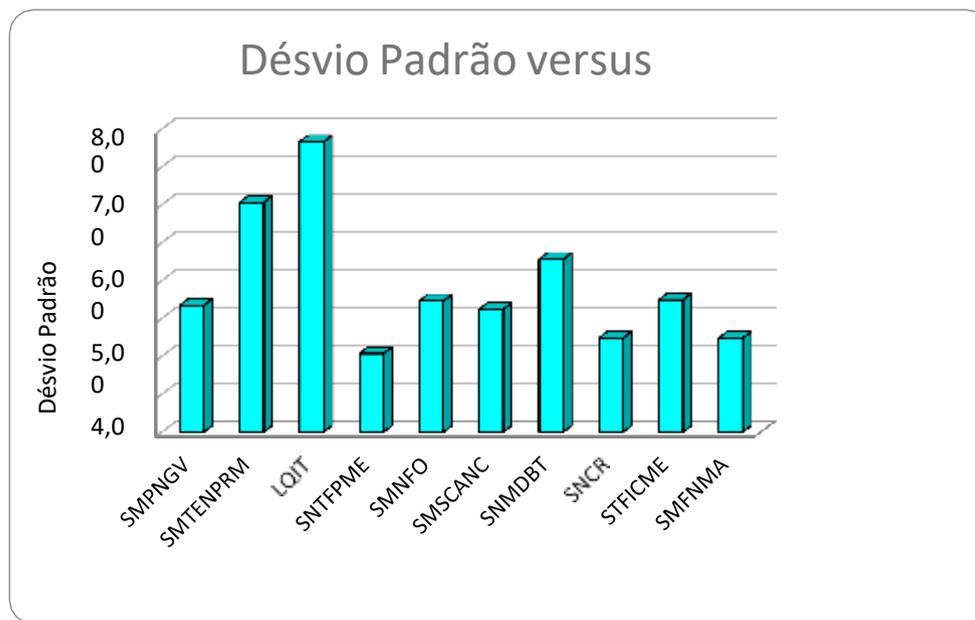


SMPNGV- Se meus pais não gostassem do vôlei; SMTENPRM – Se meu trabalho/estudo não me permitisse render o máximo; LQIT – Lesões que me impedissem de treinar; SNTFPME – Se não tivesse físico para o meu esporte; SMNFO – Se meu namorado fosse um obstáculo; SMSCANC – Se meus sonhos como atleta não se cumprissem; SNMDBT –

Se não me desse bem com o treinador; SNCR – Se não conseguisse os resultados; STFICME- Se treinar fosse incompatível com meu estudo; SMFNMA – Se minha família não me apoiasse.

Ao analisarmos o Gráfico 3, percebemos que o principal fator apontado como possível desistência da modalidade pelas atletas é: “Lesões que me impedissem de treinar” (LQIT) com um percentual de 3,78%; seguido por “Se treinar fosse incompatível com meu estudo” (STFICME) – 3,22%.

Gráfico 4: Desvio padrão das respostas das atletas do sexo feminino para quais motivos para abandonar a prática de voleibol



SMPNGV- Se meus pais não gostassem do vôlei; SMTENPRM – Se meu trabalho/estudo não me permitisse render o máximo; LQIT – Lesões que me impedissem de treinar; SNTFPME – Se não tivesse físico para o meu esporte; SMNFO – Se meu namorado fosse um obstáculo; SMSCANC – Se meus sonhos como atleta não se cumprissem; SNMDBT – Se não me desse bem com o treinador; SNCR – Se não conseguisse os resultados; STFICME- Se treinar fosse incompatível com meu estudo; SMFNMA – Se minha família não me apoiasse.

Baseado na bibliografia, a hipótese do presente estudo traz que as principais teorias para mudança e abandono do voleibol, são as pressões exercidas pelos pais e treinadores; problemas de saúde e estresse físico mental. Como vimos no referencial teórico mencionado no texto, a autora Zambrin (2016), destaca que pais, professores, técnicos e atletas se influenciam no entendimento da prática esportiva para esses jovens, direcionando-os na prática esportiva e seus benefícios, evitando aspectos prejudiciais nessa idade como o “ganhar a todo custo”.

As expectativas do estudo foram correspondidas em parte, no qual um fator diferencial que a hipótese não cita anteriormente foi com relação ao estudo/trabalho das atletas e lesões que foram fatores bem assinalados pelas atletas do estudo. Porém na bibliografia pesquisada, 80% dos técnicos disseram que o treinamento não atrapalha os estudos, que foi contra a

pesquisa realizada, onde assinalou que foram encontrados indícios significativos de que o desempenho escolar seja prejudicado pela rotina dos treinos e competições. Considera-se que um trabalho interdisciplinar entre treinadores, professores e atletas possa favorecer o planejamento de ações que promovam mudanças positivas para o desempenho escolar e para programas de treinamento esportivo (LEITE, CARLOS et al, 2008).

Os resultados encontrados foram de acordo com o objetivo traçado, de se realizar a pesquisa para encontrar possíveis motivos de abandono ou mudança na modalidade voleibol e a frequência das respostas das atletas. Identificou-se que os fatores mais importantes para a desistência precoce da prática do voleibol estão relacionados com situações próprias e pessoais da atleta, como no caso do prejuízo nos estudos, por ser ainda garota e não conseguir conciliar o estudo com a atividade esportiva. E não ser tão boa como gostaria, o que traz uma realidade da prática do voleibol de ser uma atividade que requer bastante desempenho técnico e uma grande habilidade com a bola. (LEITE, CARLOS et al, 2008).

Sobre o instrumento utilizado, o questionário A: quais motivos poderiam levar à mudança para uma modalidade esportiva distinta traz que, *se não pudesse conciliar estudos/trabalho* (SNPC CET) e *ter algum problema de saúde* (PS) se sobressaíram sobre os outros motivos aparentes. Os problemas de saúde (PS) vieram na frente com 3,78% e em seguida com 3,33% vieram *se não pudesse conciliar com os estudos/trabalhos* (SNPC CET). Fica evidente a preocupação das atletas com seu futuro em relação a uma vida acadêmica, a cobrança dos pais em relação a se tal atividade deve ser prioritária, fazendo-se concluir que o voleibol nessa faixa etária é uma atividade secundária em suas vidas. O fator referente a problemas de saúde é compreendido com relação à dificuldade para superá-lo.

Os fatores menos apontados no questionário foram: *Porque outro esporte estaria na moda* (POEEM) e *conseguir novos amigos* (CNA). Com relação a outro esporte estar na moda, fica evidente a preferência das atletas em se praticar o voleibol. Foi visto durante os treinos o quanto cada uma gostaria de estar ali. Quanto ao ciclo de amizade das atletas, parece estar bem definido nessa idade, principalmente com relação às relações estabelecidas na escola.

No questionário B: *Quais motivos poderiam levar a abandonar a prática*, os motivos mais evidentes foram *Lesões que me impedissem de treinar* (LQIT) e *se treinar fosse incompatível com meu estudo* (STFICME). *Se meu trabalho/estudo não me permitisse render o máximo* (SMTENPRM) ficou em terceiro lugar bem próximo do segundo fator escolhido, levando à conclusão que as lesões são o momento mais complicado na vida de um atleta, fisicamente e psicologicamente, o qual as atletas têm consciência de tal fator. Com relação ao desempenho, creio que quando se trata de alto rendimento as atletas podem se desmotivar com relação à prática dependendo de sua *performance* em quadra. Quando as coisas não acontecem, fica mais difícil continuar e acreditar num trabalho, mesmo que esteja sendo bem realizado.

Os fatores menos apontados no questionário B, foram: *Se meu namorado fosse um obstáculo* (SMNFO) e *Se meus pais não gostassem do vôlei* (SMPNGV). Creio que as duas opções foram menos escolhidas pela maioria das atletas por não vivenciarem nenhuma das duas possibilidades. A maioria delas não tem namorado e seus pais gostam da modalidade voleibol por todo histórico enraizado de ser um esporte “feminino”, ao contrário do futebol por exemplo. Esses fatores poderiam ser dificultantes para a prática caso alguma delas tivesse essa “realidade” em sua vida.

6. CONCLUSÃO

O estudo teve como objetivo analisar os fatores motivacionais de mudança e desistência na prática do voleibol.

Portanto, o presente estudo demonstrou que os principais motivos de mudança ou desistência está relacionado a cunho restritamente pessoal das atletas, como lesões (problemas de saúde) e ou conciliar estudo/trabalho com o voleibol, já que quase todas tem os estudos como principal objetivo de vida e o vôlei aparece como uma atividade de lazer para elas, mesmo levando a sério. Ou, seja, caso as meninas precisem optar por seguir seus estudos ou continuar praticando a modalidade, as atletas irão seguir seus estudos.

Ressalta-se que os resultados obtidos neste estudo podem ajudar treinadores e professores a compreender os motivos que podem levar um atleta/aluno- a mudar ou desistir do voleibol, uma vez que um bom ambiente (tratamento e recuperação de lesões e conseguir conciliar com os estudos) é fator crucial para um bom desempenho. Uma limitação do presente estudo foi não ter trabalhado com uma amostra do sexo masculino para poder comparar se os motivos seriam os mesmos ou se poderiam alternar. Sugere-se também uma pesquisa com uma amostragem maior, e com aplicação das quatro subescalas do questionário MIMCA, tendo assim outras variáveis para serem analisadas.

Acredita-se que tal conhecimento poderá auxiliar os monitores, professores e treinadores no trabalho de iniciação e rendimento no treinamento esportivo. Sendo assim a presente pesquisa é muito relevante para a área com relação às informações dos possíveis fatores que possam levar a uma mudança ou desistência na modalidade voleibol.

No desenvolvimento deste estudo conseguiu-se compreender um pouco mais do que seria a motivação para sair da prática esportiva profissional, aprofundando em estudos desenvolvidos também por outros autores com esse tema, fazendo refletir o quão são importantes às condições (físicas e psicológicas) que o atleta tem para praticar o seu voleibol.

REFERÊNCIAS

A Prática, Mato Grosso do Sul, v. 24, p. 1-20, 17 dez. 2021. Universidade Federal de Goiás. <http://dx.doi.org/10.5216/rpp.v24.64737>. Disponível em: gabidomiciano,+64737-Texto+do+artigo-334105-1-18-20220105.pdf. Acesso em: 12 fev. 2023.

CARMO, J. V. M. et al. **Validação preliminar de questionário de início, manutenção, mudança e abandono (MIMCA) no esporte para a língua portuguesa.** Rev. da Faculdade de Educação Física da UNICAMP. 2008; (ed. esp, 6): 533-44.

COSTA, M. M. (2007). **Esporte de alto rendimento: produção social da modernidade - o caso do vôlei de praia.** Sociedade e Estado, 22(1), 35-69.

DAMÁSIO, A. R. (2009). **Em busca de Espinosa: prazer e dor na ciência dos sentimentos.** São Paulo: Companhia das Letras

FABIANI, M. T. (2008). **Psicologia do Esporte: a ansiedade e o estresse pré-competitivo.** Anais eletrônicos do VIII Congresso Nacional de Educação, Curitiba, PR, Brasil. Lavoura, T. N., Zanetti, M.C., & Machado, A. A. (2008). Os estados emocionais e a importância do treinamento psicológico no esporte. Motriz, 14(2), 115-123.

FREITAS, A. L. P.; RODRIGUES, S. G. A. **Avaliação da confiabilidade de questionário: uma análise utilizando o coeficiente alfa de Cronbach** In: SIMPÓSIO DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO, 12, 2005, 07-09 nov, Bauru-SP. Anais... Bauru-SP: UNESP, 2005

JUNIOR, Dante de Rose; **A competição como fonte de estresse no esporte.** Rev. Bras. Ciên. E Mov. Brasília v.10 n.4 p.19-26 outubro 2002 Disponível em: <https://www.scielo.br/j/mov/a/M8Q4nDrkzNf7VTtXRx5scBv/?format=pdf&lang=pt> Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5739929/mod_resource/content/1/Participacao%20dos%20Pais%20na%20vida%20esportiva%20dos%20filhos.pdf. Acesso em: 12 fev. 2023.

JUNIOR, N. K. M. **História do voleibol, parte 1.** Efdportes, Buenos Aires, p. 01- 24, jun. 2012.

MACHADO, T. A., PAES, M. J., ALQUIERE, S. M, OSIECKI, A. C. V, LIRANI, L. S, & STEFANELLO, J. M. F. (2016). **Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 30(4), 1061-1067.

MIGUEL F. K. (2015). **Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional.** Psico-USF, 20(1), 153-162.

PIANA, M. C. **A Pesquisa de Campo**. São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2009. 233 p.

RIZZO, Deyvid Tenner de Souza; ZAIM-DE-MELO, Rogerio; SCAGLIA, Alcides José; TAQUES, Marcelo José; SOUSA, Ana Paula Moreira de. **O rendimento escolar e o esporte na vida de alunos/atletas**: school income and sport in the life of students/athletes desempeño escolar y deporte en la vida de estudiantes/ atletas. Pensar

SAMULSKI, D. Psicologia do esporte. Barueri - SP: Manole, 2002.
SANTOS, B. S. **FATORES DE ADESÃO E ABANDONO DA PRÁTICA DESPORTIVA EM ADOLESCENTES ESCOLARES**. 2019. 20 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física Licenciatura, Educação Física, Unileão – Centro Universitário Dr Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, 2019.

STREINER, D. L. **Being inconsistent about consistency: when coefficient alpha does and doesn't matter**. Journal of Personality Assessment, v. 80, n. 3, p. 217-222, 2003.

TEIXEIRA, M. C. **INÍCIO, MANUTENCIÓN, CAMBIO Y ABANDONO Y EL SINDROME DE BURNOUT EN EL VOLEIBOL COMPETITIVO BRASILEÑO**. 2014. 204 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação, Facultad de Educación Doctorado En Ciencias de La Motricidad Humana, Universidad Pedro de Valdivia, Chilan, 2014.

TREVELIN, Fernanda; ALVES, Cássia Ferrazza. **Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta**. Psicologia Revista, [S.L.], v. 27, p. 545-562, 29 abr. 2019. Pontifical Catholic University of Sao Paulo (PUC-SP). <http://dx.doi.org/10.23925/2594-3871.2018v27i3p545-562>. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/psicorevista/article/view/37736>. Acesso em: 31 jan. 2023.

ZAMBRIN, Lidyane Ferreira; PALUDO, Ana Carolina; SANTOS, Oriane de Souza Pinto Martins dos; OLIVEIRA, Sérgio Ricardo de Souza; SIMÕES, Antonio Carlos; SERASSUELO JUNIOR, Hélio. **Análise do comportamento competitivo de atletas jovens e adultos de handebol**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, [S.L.], v. 30, n. 2, p. 505-513, jun. 2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1807-55092016000200505>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbefe/a/JBGPwBDNvKgs57Gcg4Mgvtm/?lang=pt>. Acesso em: 12 fev. 2023.

ANEXO A: Questionário A - Quais motivos poderiam levar para uma mudança de modalidade esportiva?

Motivos	Totalmente de acordo	Muito de acordo	De acordo	Pouco de acordo	Total Desacordo
Se não tivesse apoio federativo					
Se tivesse familiares em outro esporte					
Problemas de Saúde					
Porque outro esporte estaria na moda					
Conseguir novos amigos					
Se não pudesse conciliar com os estudos/trabalhos					
Se não tivesse apoio do clube					
Se estivesse desmotivado com o esporte					
Se estivesse cansado de competir					
Buscar novas sensações					

ANEXO B- Questionário B - Quais motivos poderiam levar a abandonar a prática?

Motivos	Totalmente de acordo	Muito de acordo	De acordo	Pouco acordo	Total Desacordo
Se meus pais não gostassem do vôlei					
Se meu trabalho/estudo não me permitisse render o máximo					
Lesões que me impedissem de treinar					
Se não tivesse físico para meu esporte					
Se meu namorado fosse um obstáculo					
Se meus sonhos como atleta não se cumprissem					
Se não me desse bem com o treinador					
Se não conseguisse os resultados					
Se treinar fosse incompatível com meu estudo					
Se minha família não me apoiasse					