

## Parental influence on sports performance: A narrative review

### Influência parental no rendimento desportivo: Uma revisão narrativa

Aníbal Duarte<sup>1</sup>, Luís Branquinho<sup>1,3,4</sup>, Pedro Forte<sup>1,2,3,4\*</sup>

<sup>1</sup> Department of Sport, Higher Institute of Educational Sciences of the Douro, Penafiel, Portugal

<sup>2</sup> Department of Sport Science, Polytechnic Institute of Bragança, Bragança, Portugal

<sup>3</sup> CI-ISCE / ISCE Douro, Penafiel, Portugal

<sup>4</sup> Research Centre in Sports Sciences, Health Sciences, and Human Development (CIDESD), Covilhã, Portugal

\*Corresponding author: Pedro Forte; pedromiguel.forte@iscedouro.pt

#### RESUMO

Os jovens são comumente expostos à influência parental no que concerne à prática desportiva e este assume-se como um assunto delicado dado o potencial efeito que isso pode representar na tomada de decisão dos indivíduos e por isso uma revisão narrativa foi efetuada sobre o tópico. Concluiu-se que os pais são usualmente promotores e facilitadores da prática desportiva para os seus filhos. A excelência do acompanhamento parental aparenta ser um fator determinante para o sucesso do atleta.

**Palavras-chave:** Desporto, Jovens, Motivação, Família

#### ABSTRACT

Young people are commonly exposed to parental influence regarding sports practice and this is assumed to be a delicate subject given the potential effect that this can have on individuals' decision-making, and therefore a narrative review was carried out on the topic. It was concluded that parents are usually promoters and facilitators of sports practice for their children. The excellence of parental follow-up appears to be a determining factor for the athlete's success.

**Keywords:** Sport, Young, Motivation, Family

## INTRODUÇÃO

A influência parental na prática desportiva dos jovens é um assunto delicado é importante a atenção de todos os envolvidos no mundo desportivo, dado que o desenvolvimento das capacidades desportivas dos atletas tem uma relação com os aspetos familiares que os rodeiam. Muitas vezes, são os próprios pais que influenciam os seus filhos e os introduzem em contextos desportivos organizados, constituindo esta uma das principais fontes de recrutamento de crianças e jovens para os clubes (Ferreira et al., 2012).

Perante a organização dos programas competitivos para as crianças e jovens, verifica-se um incremento do envolvimento parental que a investigação aponta como uma das influências mais importantes para o desenvolvimento psicológico e social da criança na atividade desportiva (Serpa et al., 2013).

Tendo em conta uma investigação realizada nos últimos 20 anos, acerca do desenvolvimento do talento desportivo, dá-se ênfase à importância do suporte parental durante o processo de desenvolvimento de capacidades no desporto (Cândido et al., 2012). Inclusive tem sido sugerido que, sem o suporte parental nas primeiras incursões do jovem talento na prática desportiva, este terá muitas dificuldades para alcançar o seu verdadeiro potencial (Teques et al., 2010).

A dicotomização entre estas duas perspetivas (pais e filhos) relaciona-se com as atividades por eles realizadas em conjunto, com o encorajamento parental e com comportamentos existentes no período de vida desportiva do seu filho (Silveira et al., 2015). Desta forma, a postura apresentada por parte dos pais ao se tornarem um modelo para o atleta vai contribuir para o desenvolvimento do mesmo, e estas ações vão ser percebidas como comportamento padrão (Serrano et al., 2015).

De um modo generalizado considera-se que os comportamentos dirigidos por parte dos progenitores poderão determinar, o tempo de participação dos filhos área desportiva, a forma como as crianças percecionam as suas

capacidades, o desempenho e o seu rendimento desportivo (Vasconcelos et al., 2014). Comportamentos de encorajamento dos pais para a vitória e incentivo para o desenvolvimento de competências desportivas, estabelecerá o significado de sucesso para a criança.

Por último, o comportamento dos pais antes, durante e depois dos treinos e das competições, determina o nível de ansiedade da criança ou jovens (Silva et al., 2015).

De acordo com Teques et al. (2015), no que concerne às respostas emocionais, as investigações atuais revelam que as crianças que têm níveis elevados de pressão e avaliações negativas, como, comportamentos recriminatórios ou expectativas muito altas, apresentam níveis elevados de ansiedade competitiva, e pouca confiança, refletindo-se num leque maior de desistências. Por outro lado, as crianças que sentem um grande suporte parental, ou seja, apoio e encorajamento, têm mais entusiasmo, autoestima e utilizam estratégias ativas de *coping* na prática da atividade desportiva, comparativamente às crianças que percecionam pressão parental (Silva et al., 2019).

Entre vários fatores que podem afetar o rendimento do jogador, destaca-se o comportamento dos pais como um dos motivos mais fortes apontados pela literatura (Teques et al., 2015).

## Teoria Cognitiva

As teorias cognitivas da motivação destacam o estudo das crenças, valores e emoções do indivíduo, por considerarem que essas são mediadoras do comportamento e têm uma grande influência no processo motivacional (Lourenço et al., 2010). Em relação ao conjunto de crenças relacionadas à aprendizagem e ao desempenho dos alunos, destaca-se o papel das atribuições de causalidade, que estão relacionadas às crenças pessoais sobre as causas responsáveis pelas experiências de sucesso ou fracasso (Martini et al., 2008).

A motivação é um fator preponderante na aprendizagem e no desempenho dos indivíduos (Lourenço et al., 2010). É necessária para que a aprendizagem ocorra e para que os comportamentos e habilidades aprendidos sejam colocados em ação. Podemos também afirmar que estudar a motivação, trata-se de motivos da ação humana, ou seja, do aspeto dinâmico da ação. Conclui-se então que a motivação é responsável pelo início, manutenção e fim de uma determinada ação (Barrera et al., 2010).

A Teoria da Atribuição Causal desenvolvida por Weiner coloca as cognições como foco principal do processo motivacional. O autor destaca a capacidade do ser humano em refletir sobre os acontecimentos passados, de modo a extrair conclusões para preparar e orientar o comportamento futuro (Fernandes et al., 2012). É importante referir também que as variadas maneiras que os indivíduos têm de interpretar os acontecimentos, independentemente de corresponderem ou não à realidade, têm consequências emocionais e comportamentais importantes (Barrera et al., 2010).

A teoria social cognitiva elaborada por Bandura aponta a importância da percepção de autoeficácia como um fator motivacional. Esta teoria concebe o ser humano como um agente capaz de ter um controlo dos seus pensamentos, ações e emoções, e sobre o seu ambiente (Barrera et al., 2010).

Dentro dos mecanismos dos quais a pessoa tem influência sobre as suas ações, o mais importante são as crenças de autoeficácia, são definidas como a confiança para executar e organizar ações na capacidade pessoal (Ferreira et al., 2015). Essas crenças são bastante importantes, influenciam as escolhas dos cursos de ação que são realizados, o esforço para os seus objetivos, por quanto tempo irão perseverar, devido a obstáculos e alguns fracassos, o seu espírito de sacrifício contra as adversidades, os padrões de pensamento de auto impedimento ou de auto suporte, o nível de stresse que vivenciam com demandas do ambiente e, por fim, o nível de realização que irão alcançar (Nunes et al., 2008).

Vários estudos relatam que a autoeficácia do professor/treinador tem influência na motivação dos alunos, na sua aprendizagem, na autoestima e nos comportamentos a nível social dos mesmos. A baixa percepção da eficácia dos docentes está ligada a experiências de stress e depressões dos profissionais (Bzuneck et al., 2003). Além disso, uma grande autoeficácia do docente está relacionada com o investimento profissional, com a capacidade de gestão das relações em ambiente de ensino, com a aceitação e sucesso de programas de educação, com o clima positivo e caloroso durante a aprendizagem e também com a eficácia das escolas/clubes na formação dos jovens (Barrera et al., 2010).

### **Influência parental no rendimento desportivo**

Os pais são responsáveis pela introdução dos seus filhos numa atividade física ou numa atividade desportiva. São os progenitores que os transportam e que lhes fornecem o apoio psicológico e económico necessário (Gomes et al., 2010). Tem-se demonstrado que as percepções dos jovens atletas quanto as atitudes e aos comportamentos relativamente aos pais, no domínio da atividade física, estão associadas à auto percepção da capacidade, afetividade positiva e negativa, à sua motivação e atração pela atividade física, bem como ao comportamento demonstrado (Amado et al., 2015). Os atletas têm todo o direito de combinar as carreiras desportivas e educacionais, de forma a garantirem o seu desenvolvimento holístico e melhorar a sua transição do desporto para o mercado de trabalho no final dos anos competitivos. Em certos países, os estudantes-atletas são reconhecidos e considerados elegíveis sob regras específicas para uma variedade de programas de carreira dupla (Tessitore et al., 2021). Recentemente, um estudo sobre a visão dos atletas de elite em relação à carreira dupla destaca que os pais desempenham um papel fundamental no apoio da carreira dos seus filhos. As ajudas e as atitudes dos pais em relação à carreira dupla são consideradas agentes sociais relevantes (Rodrigues et al., 2021). Os pais desempenham um papel crucial na assistência dos atletas durante e após a sua carreira desportiva como apoiantes, agentes sociais e, por vezes, até

patrocinadores. Muitas vezes são eles quem fornecem o apoio logístico e financeiro, nomeadamente quando clubes ou federações não oferecem recursos necessários para a preparação da competição (Soares et al., 2018). É importante referenciar também que os progenitores têm um papel fundamental na educação dos atletas e na ajuda na transição de carreira (como por exemplo, de atleta passar a trabalhador) (Tessitore et al., 2021).

Em contexto desportivo, os pais tanto podem ser a principal fonte de ajuda e sucesso pessoal e desportivo do filho, como podem estar associados a experiências de mal-estar e nervosismo nos filhos, influenciando o desenvolvimento dos mesmos no desporto (Vasconcelos et al., 2014).

Existem indicações da literatura que demonstram que o sucesso desportivo tem uma grande influência na motivação dos atletas e que essa motivação acaba por influenciar a valorização que os atletas atribuem aos resultados desportivos (Cid et al., 2002). É importante salientar que os pais representam um dos principais e fundamentais intervenientes nas experiências desportivas dos jovens atletas (Vasconcelos et al., 2014).

O envolvimento parental é considerado um elemento fulcral para a prática desportiva dos filhos e para o seu envolvimento e empenho no desporto. Os pais ajudam e orientam os seus filhos na escolha da modalidade que vão praticar, o que por vezes facilita o processo. O acompanhamento, quer para ver treinos, quer para ver jogos, ajuda a sustentar o envolvimento parental nas atividades desportivas (Gomes et al., 2010).

É fundamental que os pais adotem comportamentos comunicacionais positivos e que tentem eliminar os negativos, de forma que os seus descendentes não baixem o seu grau de motivação (Araújo et al., 2021).

## Conclusão

Este trabalho permitiu concluir que, no ceio familiar, vivenciam-se experiências e acontecimentos que propiciam o aparecimento

de comportamentos, que com o passar do tempo e com o aparecimento de determinadas situações são o espelho das experiências e acontecimentos proferidos pelos progenitores.

De modo geral, os pais são quem promove o início da prática desportiva e facilitam a continuação dos filhos através do envolvimento com a mesma, influenciando muitos aspetos na vida desportiva dos mesmos, exemplos disso é a motivação e o rendimento desportivo.

O fator motivação está ligado diretamente às aprendizagens e ao desempenho do atleta. Mediante a motivação do atleta o seu desempenho e a sua aprendizagem vai ser positiva ou negativa.

Adverte-se que manter um clima positivo e favorável no ceio familiar, proferir feedbacks de encorajamento e de força, vai ser bastante motivador para o atleta e, desta forma, o atleta vai atingir um nível preferível e consequentemente um melhor desempenho.

Inferiu-se que um bom acompanhamento parental e um envolvimento por parte dos pais, é importante para o empenho e para o sucesso do atleta.

Por fim, um acompanhamento positivo e um envolvimento por parte dos pais aliado com a motivação do atleta, desperta bons resultados desportivos.

## REFERÊNCIAS

- Amado, D., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., Pulido-González, J. J., & Sánchez-Miguel, P. A. (2015). Incidência de apoio parental e pressão sobre os processos motivacionais de seus filhos para a prática esportiva em relação ao gênero.
- Araújo, R. A. R. (2021). Comportamentos parentais e orientação motivacional no desporto (Doctoral dissertation).
- Barrera, S. D. (2010). Teorias cognitivas da motivação e sua relação com o desempenho escolar. *Póesis Pedagógica*, 8(2), 159-175.
- Bzuneck, J. A., & Guimarães, S. É. R. (2003). Crenças de eficácia de professores: validação da escala de Woolfolk e Hoy. *Psico-USF*, 8, 137- 143.
- Cândido, F. M. N. (2012). As Pegadas de um Jogador de Futebol. *Exploração do*

- conhecimento da prática: Estudo de caso sobre a vivência de um jogador de futebol.
- Cid, L. F. (2002). Alteração dos motivos para a prática desportiva das crianças e jovens. *Lecturas, Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 8(55).
- Fernandes, VR (2012). Prática reflexiva realizada no ensino superior: estratégias de aprendizagem propulsoras para a formação de alunos autorregulados (dissertação de mestrado, Universidade Federal de Pelotas).
- Ferreira, D. (2012). Envolvimento Parental no Futebol Juvenil. Ferreira, Mariana Sanchez Gomes, Daniela Schneider Bakos, and Luísa Fernanda Habigzang. "A influência das crenças de autoeficácia na manutenção do emagrecimento." *Aletheia* 46 (2015).
- Gomes, A. R. (2010). Influência parental no desporto: a percepção de pais e jovens atletas portugueses. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 27, 490-503.
- Lourenço, A. A., & De Paiva, M. O. A. (2010). A motivação escolar e o processo de aprendizagem. *Ciências & cognição*, 15(2).
- Martini, M. L. (2008). Promovendo a motivação do aluno: contribuições da teoria da atribuição de causalidade. *Psicologia Escolar e Educacional*, 12, 479-480.
- Nunes, M. F. O. (2008). Funcionamento e desenvolvimento das crenças de autoeficácia: Uma revisão. *Revista Brasileira de orientação profissional*, 9(1), 29-42.
- Rodrigues, P. S. (2021). Dupla carreira no Brasil: barreiras e fatores facilitadores dos estudantes-atletas no ensino superior do estado do Mato Grosso do Sul (Master's thesis, Universidade de Évora).
- Silva, C. M., Teques, P., & Borrego, C. C. (2015). Programa de intervenção para pais no desporto: Estudo piloto. *Revista da UI\_IPSantarém-Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém*, 105-123.
- Silva, F. S. C. (2019). Percepção de envolvimento parental e motivação de jovens atletas no esporte.
- Silvares, A. J. P. (2020). Estilos Parentais e Motivação no Desporto: Relação com os Resultados Académicos (Doctoral dissertation, Universidade de Coimbra).
- Silveira, P., Cunha, A., & Faustino, A. (2015). Envolvimento parental no futebol. e-balonmano. com: revista de ciências del deporte, 11(5), 141-142.
- Soares Nakashima, F., Nascimento Junior, J. R. A. D., Vissoci, J. R. N., & Vieira, L. F. (2018). Envolvimento parental no processo de desenvolvimento da carreira esportiva de atletas da seleção brasileira de ginástica rítmica: construção de um modelo explicativo. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 40, 184-196.
- Teques, P., & Serpa, S. (2013). Envolvimento parental no desporto: Bases conceptuais e metodológicas. *Revista de psicología del Deporte*, 22(2), 533-539.
- Teques, P., & Serpa, S. (2020). Talentos no futebol: O papel dos pais. *Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*. Braga: Universidade do Minho.
- Tessitore, A., Capranica, L., Pesce, C., De Bois, N., Gjaka, M., Warrington, G., MacDonncha, C., & Doupona, M. (2021). Pais sobre pais de atletas de dupla carreira: Uma revisão sistemática da literatura. *Psicologia do esporte e exercício*, 53 anos, 101833.
- Vasconcelos, S. F. C. (2014). Comportamentos parentais, orientação motivacional e objetivos desportivos: um estudo com jovens atletas (Doctoral dissertation).