



Transição na Carreira Desportiva: Guião de Entrevista para Atletas (TCD-GEA)

Career Transition in Sports: Interview guide for athletes (CTS-IGA)

Autoria | Authorship

A. Rui Gomes & Márcio Domingues
2015

rgomes@psi.uminho.pt

www.ardh.pt

Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano
Grupo de investigação
Adaptation, Performance and Human Development
Research Group

www.ardh.pt

Universidade Minho
Escola de Psicologia
Campus de Gualtar
4710-057 Braga

Data desta versão: 25/06/2024

Esta versão elimina versões anteriores.

Para ter acesso à versão mais atualizada, consulte a página de internet
www.ardh.pt

Responsabilidade do grupo Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano:

- | | |
|----|--|
| X | Desenvolveu originalmente este instrumento |
| -- | Traduziu este instrumento de uma versão original de outros autores |

Date of this version: 25/06/2024

This version eliminates previous ones.

To access the most recent version, visit the website www.ardh.pt

Responsibility of the Adaptation, Performance and Human Development group:

- | | |
|----|--|
| X | Originally developed this instrument |
| -- | Translated this instrument from an original version of other authors |
-

Índice

Versão em PORTUGUÊS 	3
Utilização do instrumento 	4
Referências 	5
Descrição 	6
Transição na Carreira Desportiva: Guião de Entrevista para Atletas (TCD-GEA)	12
Informação demográfica (*) 	15
Secção 1: Situação de transição 	18
Secção 2: Recursos externos disponíveis 	19
Secção 3: Mudanças enfrentadas	20
Secção 4: Avaliação cognitiva.....	20
Secção 5: Respostas 	20
Secção 6: Resultado final 	24

| **Versão em PORTUGUÊS** |
| Portuguese version |

ARDH

| Utilização do instrumento |

Os instrumentos disponibilizados pelo grupo de investigação Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano são genericamente de dois tipos: desenvolvidos pelo grupo de investigação ou adaptados pelo grupo de investigação.

No caso de instrumentos adaptados pelo grupo de investigação, foi obtida a autorização dos autores dos instrumentos para se proceder à sua adaptação para a língua portuguesa. No entanto, não existe exclusividade no uso do instrumento pelo grupo de investigação, sendo livre a sua utilização por outras pessoas interessadas, desde que se respeite a autoria pela respetiva adaptação, no caso de ser utilizada uma versão traduzida pelo grupo de investigação.

Regras de utilização

- Os instrumentos destinam-se exclusivamente para efeitos de investigação e de “investigação-ação”. No caso da “investigação-ação”, a utilização destes instrumentos está circunscrita a profissionais com formação específica para o efeito. Neste sentido, não nos responsabilizamos pelo uso incorreto ou indevido dos materiais fornecidos.
- É estritamente proibida a utilização dos instrumentos para efeitos comerciais, venda ou publicitação de outros produtos associados.

Autorização de utilização

- Não é necessário obter a autorização do grupo de investigação para usar os instrumentos, desde que seja respeitada a sua utilização para os efeitos descritos.
- Se os instrumentos forem uma adaptação de instrumentos originais de outros autores, deve ser obtida a devida autorização dos autores originais do instrumento caso a utilização ocorra numa língua distinta da tradução portuguesa.

| Referências |

- Gomes, A. R., & Domingues, M. (2015). *Transição na Carreira Desportiva: Guião de Entrevista para Atletas (TCD-GEA)* [Career Transition in Sports: Interview guide for athletes]. Relatório técnico não publicado [Unpublished technical report]. Braga: Escola de Psicologia, Universidade do Minho. Disponível em [Available at] <https://hdl.handle.net/1822/86576>
- (*) Gomes, A.R., & Domingues, M. (2016). Transição dos Atletas na Carreira Desportiva: Da Teoria à Avaliação. *Motricidade*, 12(1), 159-173. doi: <http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.4174>. Disponível em [Available at] <http://hdl.handle.net/1822/42128>
- Flick, U. (1998). *An introduction to qualitative research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- (*) Esta referência pode ser utilizada para citar este instrumento em trabalhos científicos ou técnicos.

| Descrição |

O instrumento Transição na Carreira Desportiva: Guião de Entrevista para Atletas proposto por Gomes e Domingues (2015, 2016), procura analisar as situações de mudança na carreira desportiva dos atletas, tendo por base o Modelo Interativo de Adaptação Humana à Transição Desportiva. Esta proposta conceptual defende que a transição desportiva representa uma situação de tensão para o atleta, que pode ser entendida no âmbito mais geral da adaptação ao *stress*.

Neste sentido, a adaptação à transição desportiva é entendida como um processo dinâmico, estabelecido entre o atleta e as circunstâncias onde se encontra, implicando a análise da sequência temporal entre os seguintes fatores: (a) as circunstâncias específicas da transição; (b) os processos de avaliação cognitiva relativamente ao modo como a situação é vivenciada pelo atleta; (c) as respostas ocorridas durante a situação de transição e (d) o resultado final da situação de transição (ver Figura 1). Sem retirar importância a nenhum destes fatores, o modelo coloca especial ênfase no processo interativo que ocorre entre os processos de avaliação cognitiva e as respostas ocorridas na situação de transição. Ou seja, dependendo do modo como o atleta avalia e se confronta com as exigências colocadas pela transição desportiva, teremos no final um dado resultado adaptativo.

Tendo por base este modelo, foi formulado o guião de entrevista Transição na Carreira Desportiva, dividido em seis secções, englobando um total de 31 questões (ver Tabela 1). As questões formuladas procuram captar todas as dimensões propostas pelo Modelo Interativo de Adaptação Humana à Transição Desportiva, permitindo assim ao entrevistador analisar o modo como o atleta se adaptou a uma dada situação de mudança na sua carreira desportiva.

Convém realçar que, na parte relativa às circunstâncias da transição do Modelo Interativo de Adaptação Humana à Transição Desportiva, o guião de entrevista não contemplou questões específicas para avaliar os fatores antecedentes. Estes fatores incluem aspetos relacionados com as características pessoais do atleta em causa (ex: personalidade, orientação motivacional, valores de vida, etc.) e do contexto organizacional e desportivo

onde este se encontra (ex: cultura desportiva do clube, valores do clube, clima organizacional, etc.). Dada a multiplicidade de fatores que podem ser incluídos nestas duas áreas antecedentes, fará mais sentido utilizar medidas específicas para o efeito (ex: questionários, testes, inventários, etc.) caso o entrevistador esteja interessado em compreender melhor a relação destas duas áreas com a transição desportiva dos atletas.

Paralelamente, foi adicionada uma questão relativa ao nível de *stress* gerado pela situação de transição desportiva, procurando-se assim compreender melhor o nível de tensão gerado por esta situação no atleta. Este indicador do nível de *stress* não está especificamente incluído no Modelo Interativo de Adaptação Humana à Transição Desportiva, mas dado que a transição desportiva tende a representar uma situação de *stress* e pressão para o atleta, faz todo o sentido incluir um indicador de *stress* no guião de entrevista.

Tabela 1
Áreas de Avaliação e Numeração das Questões Formuladas

Questões	Nº da questão
Secção 1	
Situação de transição	
1. Momento da transição no ciclo de vida	1
2. Razões da transição	2
3. Duração da situação de transição	3
4. Modo de tomada de decisão	4
Secção 2	
Recursos externos disponíveis	
5. Condições materiais e financeiras	5
6. Condições familiares	6
7. Existência de apoio social	7
8. Importância do apoio social	8
9. Maiores fontes de apoio social	9
10. Menores fontes de apoio social	10
Secção 3, 4 e 5	
Mudanças enfrentadas	
Avaliação cognitiva	
Respostas	
11. Avaliação cognitiva: Perceção de importância (1º nível)	11
12. Avaliação cognitiva: Nível de <i>stress</i>	12
13. Avaliação cognitiva primária: Perceção resultante	13
14. Mudanças enfrentadas na transição	14
15. Avaliação cognitiva secundária: Recursos de confronto	15
16. Avaliação cognitiva secundária: Eficácia do confronto	16
17. Avaliação cognitiva: Perceção de dificuldade	17
18. Avaliação cognitiva secundária: Potencial de confronto	18
19. Avaliação cognitiva secundária: Perceção de controle	19
20. Respostas psicológicas	20
21. Respostas fisiológicas	21
22. Respostas comportamentais	22
23. Situação de transição: Resolução eficaz ou ineficaz	23
24. Avaliação cognitiva: Perceção de importância (2º nível)	24
25. Avaliação cognitiva terciária: Perceção resultante	25
26. Avaliação cognitiva quaternária: Recursos de confronto	26

27. Avaliação cognitiva quaternária: Eficácia do confronto	27
--	----

Secção 6
Resultado final

28. Adaptação à situação de transição: Resultado final	28
29. Objetivos atuais	29
30. Satisfação com objetivos atuais	30
31. Determinação pessoal na decisão de transição	31
Total = 31	

Formulação das Questões

Como já foi referido, a definição do guião de entrevista teve por base o Modelo Interativo de Adaptação Humana à Transição Desportiva, apresentado por Gomes e Domingues (2016). Neste sentido, existe um interesse em seguir a sequência das questões enunciadas no guião, de modo a explorar as diferentes dimensões propostas no modelo. No entanto, é sempre possível aprofundar os temas de discussão e alterar a ordem das questões, desde que tal contribua para um melhor entendimento das opiniões do atleta. De facto, mais do que seguir a ordenação das questões, importa compreender o processo de adaptação humana a situações de transição no desporto. Assim sendo, o guião proposto aproxima-se das entrevistas semiestruturadas (Flick, 1998), existindo uma sequência conceptual nas questões formuladas que servem para aprofundar o conhecimento sobre os fatores envolvidos nas situações de transição desportiva.

No que se refere à formulação das questões, procurou-se que estas não induzissem algum tipo de resposta desejável no atleta, evitando-se o uso de termos que sugerissem determinadas respostas (ex: “sentimentos negativos”, “ansiedade”, que podem supor experiências negativas associadas à situação de transição) bem como optou-se pela formulação mais simples possível das questões, evitando-se o jargão técnico desnecessário. Por outro lado, o guião inclui uma sequência distinta de questões, umas de carácter aberto (ex: “Que razões o/a levaram a decidir [não] passar do ‘desporto não profissional’ para o ‘desporto profissional’?”), outras de resposta direta (ex: “Tomou sozinho a decisão de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] ou falou com outras pessoas?”) e outras de quantificação da

experiência psicológica associada à transição desportiva (ex: “De 0 a 4, qual o nível de *stress* que lhe gerou esta situação de passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?”). Além disso, ao longo do guião de entrevista foram colocadas questões específicas de verificação onde o/a entrevistado/a é convidado/a a fornecer situações concretas que ilustrem convenientemente as opiniões transmitidas (ex: “E como se sentiu do ponto de vista físico? Pode dar-me exemplos?”).

Cuidados na Utilização da Entrevista

Alguns aspetos devem ser considerados pelo entrevistador ao utilizar este instrumento.

Em primeiro lugar, não foi estabelecida uma idade mínima para os atletas a entrevistar, mas o guião engloba questões com alguma complexidade reflexiva que aconselha o seu uso apenas com atletas adolescentes e adultos. No entanto, de modo a facilitar a compreensão das questões pelos atletas, procurou-se uma formulação simples das perguntas propostas no guião de entrevista. Seja como for, sempre que necessário o entrevistador poderá acrescentar exemplos de situações que identificam a modalidade do atleta entrevistado. Por outro lado, é importante que o entrevistador tenha um conhecimento mínimo da realidade desportiva do atleta que pretende entrevistar, de modo a efetuar os ajustamentos necessários nas questões propostas no guião.

Em segundo lugar, convém que o entrevistador defina muito bem que transição desportiva se propõe avaliar junto do atleta, uma vez que é usual ocorrerem várias situações de mudança significativas ao longo da carreira desportiva dos atletas (ex: transição entre escalões competitivos, transição do desporto de formação desportiva para a alta competição ou para o desporto amador, finalização da carreira desportiva, entre outras). A existência de dúvidas sobre a transição desportiva em causa pode prejudicar seriamente a recolha de dados neste guião de entrevista.

Em terceiro, e último lugar, é conveniente que o entrevistador garanta as condições ideais para a recolha de dados, seja em termos dos materiais necessários para a realização da entrevista (ex: equipamentos de gravação),

seja em termos de assegurar um ambiente propício para efetuar a entrevista (ex: local reservado, disponibilidade de tempo por parte do entrevistador para responder a todas as questões, etc.).

Nota Final

O guião de entrevista que se descreve a seguir foi formulado para avaliar a transição desportiva entre a fase não profissional (onde o atleta praticava o seu desporto a um nível não profissional e não sénior) para a fase do desporto profissional (sendo possível alterar esta designação em função do atleta em causa, uma vez que nem todas as modalidades possibilitam aos atletas tornarem-se profissionais) ou para a fase da não continuação da carreira como atleta profissional. Ou seja, o guião procura avaliar o momento em que o atleta se confrontou com a possibilidade de transitar do desporto não profissional (típico de formação desportiva) para o desporto sénior (seja ele profissional ou não) ou em que optou por abandonar a prática da modalidade, não continuando a sua carreira como atleta sénior (deixando o desporto federado).

| Guião de Entrevista para Atletas (TCD-GEA)|

Aspetos Prévios à Utilização da Entrevista

Antes de iniciar a entrevista com o atleta, o entrevistador deve ter os seguintes cuidados:

- (a) Especificar o âmbito da aplicação da entrevista, nomeadamente se esta se refere a um trabalho de graduação, de investigação, ou outro.
- (b) Apresentar os objetivos da entrevista (ex: *“analisar o modo como vivenciou a fase em que se colocou a hipótese de continuar a sua carreira desportiva como atleta profissional”*).
- (c) Explicar a natureza confidencial e anónima da recolha, tratamento e divulgação dos dados.
- (d) Recolher o consentimento informado do atleta. No caso do atleta ser menor de idade, recolher também o consentimento informado do adulto responsável.
- (e) Salientar a possibilidade do atleta colocar dúvidas sempre que não entender bem as questões efetuadas. Tornar claro que não existem respostas “certas” ou “erradas”.
- (f) Solicitar a autorização para efetuar a gravação da entrevista, sempre que necessário.

- Data da realização da entrevista de avaliação: ____ / ____ / ____
- Local _____
- Tempo de **duração** da entrevista _____
(Início ____ h ____ min. / Final ____ h ____ min.)

Informação para o Atleta: Situação 1

Atleta que transitou do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”:

Iniciar a entrevista propriamente dita, informando o atleta acerca dos seguintes aspetos:

Como lhe tinha dito, o objetivo desta entrevista é analisar o modo como vivenciou a fase em que se colocou a hipótese de continuar a sua carreira desportiva como atleta profissional [definir com o atleta a melhor designação para o seu caso, pois nem todas as modalidades permitem aos atletas tornarem-se profissionais].

*À fase anterior àquela onde teve possibilidade de se tornar atleta profissional podemos chamar “**desporto não profissional**” (ou outra designação que queira atribuir) e à fase posterior ou seguinte a esta decisão podemos chamar “**desporto profissional**” (ou outra designação que queira atribuir).*

Aquilo que pretendo analisar consigo é o modo como vivenciou esta etapa da sua vida.

Informação para o Atleta: Situação 2

Atleta que não transitou do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”

Iniciar a entrevista propriamente dita, informando o atleta acerca dos seguintes aspetos:

Como lhe tinha dito, o objetivo desta entrevista é analisar o modo como vivenciou a fase em que se colocou a hipótese de continuar a sua carreira desportiva como atleta profissional [definir com o atleta a melhor designação para o seu caso, pois nem todas as modalidades permitem aos atletas tornarem-se profissionais].

*À fase anterior àquela onde teve possibilidade de se tornar atleta profissional podemos chamar “**desporto não profissional**” (ou outra*

designação que queira atribuir) e à fase posterior ou seguinte em que tomou a decisão de não continuar como atleta profissional podemos chamar situação atual (ou outra designação que queira atribuir).

Aquilo que pretendo analisar consigo é o modo como vivenciou esta etapa da sua vida.

Nota: ao longo da formulação das questões no guião de entrevista será adotada a designação “desporto profissional” para aplicar aos atletas que fizeram a transição para o “desporto profissional” e será adotada a designação “situação atual” para aplicar aos atletas que não fizeram essa mesma transição. Neste sentido, o entrevistador deve assumir a versão adequada das questões em função da situação do entrevistado em causa. Serão igualmente colocados parêntesis retos “[...]” quando for necessário adequar a questão em causa a esta adaptação na terminologia a utilizar.

| Informação demográfica (*) |

1. **Sexo:** Masculino _____ Feminino _____ Prefiro não dizer _____

2. **Idade:** _____ anos

3. **Modalidade** desportiva? _____

4. Há quanto **tempo** começou a praticar esta modalidade (mesmo sem ser atleta federado)? Se teve alguma paragem superior a seis meses, por favor desconte esse período _____ anos

5. **Escalão** competitivo atual:
 - Infantis _____
 - Iniciados _____
 - Juvenis _____
 - Júniores _____
 - Seniores _____
 - Outro. Qual? _____

6. Nível mais elevado em que participou como atleta **antes** de se tornar profissional neste desporto:
 - Local (e.g., distrital, competições regionais) _____
 - Nacional (e.g., competições nacionais) _____
 - Internacional (e.g., competições internacionais) _____

7. Nível mais elevado em que participa **atualmente** como atleta neste desporto:
 - Local (e.g., distrital, competições regionais) _____
 - Nacional (e.g., competições nacionais) _____
 - Internacional (e.g., competições internacionais) _____

8. Número de anos de prática em competições oficiais na atual modalidade **antes** de se tornar profissional: _____ ano(s)

9. Número de anos de prática em competições oficiais na atual modalidade **depois** de se tornar profissional: _____ ano(s)

10. Principais títulos obtidos ao longo da carreira desportiva **antes** de se tornar atleta profissional:

- Campeão distrital _____ títulos
- Campeão nacional _____ títulos
- Campeão europeu _____ títulos
- Campeão do mundo _____ títulos
- Medalha em jogos olímpicos _____ Presença em jogos olímpicos _____
- Outro(s). Qual / Quais? _____

11. Principais títulos obtidos ao longo da carreira desportiva **após** tornar-se atleta profissional:

- Campeão distrital _____ títulos
- Campeão nacional _____ títulos
- Campeão europeu _____ títulos
- Campeão do mundo _____ títulos
- Medalha em jogos olímpicos _____ Presença em jogos olímpicos _____
- Outro(s). Qual / Quais? _____

12. Número de **internacionalizações** por escalão competitivo:

- Iniciados _____
- Juvenis _____
- Júniores _____
- Seniores _____
- Outro. Qual? _____

13. Quantas **horas por semana** dedica ao seu desporto (incluindo treino e competição)? _____ horas

14. **Acumula** mais alguma atividade profissional, laboral ou académica, neste momento? Se sim, qual? _____

(*) Colocar as questões que se adaptam ao atleta em causa e efetuar reajustamentos sempre que necessário.

=====

Para devolver os **resultados deste estudo** preencha, por favor, o endereço de correio eletrónico do atleta.

e-mail _____

| Secção 1: Situação de Transição |

Vamos começar por conversar um pouco sobre a **fase** em que se colocou a hipótese de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual].

Questões

1. Há quanto tempo ocorreu a situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?
2. Que razões o/a levaram a decidir [não] passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”?
3. Quanto tempo durou a fase de passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Ou seja, quanto tempo passou desde que começou a pensar na situação de passar de atleta de “desporto não profissional” para atleta de “desporto profissional” [situação atual] até que realmente passou para a situação de “desporto profissional” [situação atual]?
4. Tomou sozinho a decisão de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] ou falou com outras pessoas?

| Secção 2: Recursos Externos Disponíveis |

Questões

5. Até que ponto sentiu que tinha condições materiais e financeiras para fazer a sua passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”?
6. Até que ponto sentiu que tinha condições familiares para fazer a sua passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”?
7. Até que ponto sentiu o apoio das pessoas importantes para si na decisão que tomou de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Pode dar-me exemplos para cada uma delas?
8. Até que ponto foi importante esse apoio por parte destas pessoas na decisão que tomou de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Pode dar-me exemplos?
9. De todas estas pessoas, quais foram as que apoiaram mais na decisão que tomou de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?
10. Alguma destas pessoas gostaria que tivesse tomado uma decisão diferente da que veio realmente a tomar? Isso causou-lhe algum mal-estar e/ou desconforto?

| Secção 3: Mudanças Enfrentadas

Secção 4: Avaliação Cognitiva

Secção 5: Respostas |

Nesta parte da entrevista, gostaria de lhe colocar algumas questões relacionadas com os **desafios que enfrentou** ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] bem como algumas questões relacionadas com o modo como **lidou** e se **sentiu** com os desafios que enfrentou ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual].

Questões

11. Até que ponto a situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] era importante para si? Ou seja, para si, esta situação foi vivenciada como algo relevante e importante ou como algo irrelevante e sem importância? Usando esta escala, que valor atribui à situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]: 0 (nenhuma importância), 1 (baixa importância), 2 (moderada importância), 3 (bastante importância) e 4 (elevada importância)?
12. De 0 a 4, qual o nível de *stress* que lhe gerou esta situação de passagem do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Neste caso, o valor 0 corresponde a nenhum *stress*, o valor 1 corresponde a pouco *stress*, o valor 2 corresponde a moderado *stress*, o valor 3 corresponde a bastante *stress* e o valor 4 corresponde a elevado *stress*.
13. Até que ponto sentiu que esta situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] foi algo de negativo/ameaçador ou de positivo/desafiador para si? Ou seja, quando se confrontou com esta situação, até que ponto sentiu que poderia ser uma situação negativa ou positiva para si naquele momento? Repare que me interessa que pense como se sentiu na altura em que se colocou a situação de mudança e não agora, atualmente.

Agora vamos conversar sobre a situação de ter passado do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual].

14. Quais foram as maiores alterações que sentiu ao ter passado do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Quais foram as maiores exigências que enfrentou?

O entrevistador deve procurar analisar com o/a atleta as possíveis mudanças ocorridas nos seguintes domínios:

- Desportivo (ex: tipo de treinos realizados, tipo de competições realizadas, relação com o treinador, colegas de equipa e com os adversários).

Nota: A área desportiva apenas deve ser analisada com os entrevistados que fizeram a transição para o “desporto profissional”.

- Psicológico e mental (ex: necessidade de maior concentração, motivação, controle de *stress*, etc.).
- Relações emocionais (ex: relações de namoro/casamento, etc.).
- Relações familiares (ex: pais, marido/esposa ou outros familiares diretos).
- Vida profissional/académica (ex: trabalho, estudos, etc.).
- Social (ex: relações de amizade, conhecimento de novas pessoas).
- Outras mudanças.

Vamos agora analisar com maior detalhe cada uma das alterações que me descreveu.

15. Para cada uma delas, gostaria que me indicasse o que pensou face a essa mudança? O que procurou fazer para lidar com essa mudança?

16. Aquilo que procurou fazer para lidar com essa mudança funcionou, foi eficaz? Se sim, de que modo foi eficaz?

Nota: após a descrição das eventuais mudanças ocorridas na vida do/a atleta na situação de transição (questão 5), o entrevistador deve colocar a questão 6 no sentido de detalhar as estratégias de confronto utilizadas para lidar com as mudanças ocorridas em cada uma das áreas sinalizadas na questão 5. De seguida, deve analisar a eficácia das estratégias de confronto usadas para

lidar com cada uma destas mudanças. Para efetuar esta análise convenientemente, aconselha-se o entrevistador a selecionar nas respostas à questão 5 uma dada área de mudança (ex: desportiva), avançar de seguida para a análise das estratégias de confronto (questão 6) e, por fim, analisar a eficácia da estratégia de confronto (questão 7). Após obter estas respostas, deverá passar para a próxima área de mudança relatada pelo(a) atleta (progredindo novamente da questão 5 até à questão 7), até não existirem mais áreas de mudança enunciadas pelo(a) atleta.

17. De todas estas mudanças que estivemos a falar, quais foram as que lhe colocaram maiores dificuldades ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?
18. Até que ponto sentiu que conseguiria resolver as exigências que lhe foram colocadas ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Pode dar-me exemplos, por favor?
19. Até que ponto sentiu que a decisão de passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] dependia de si ou de outros fatores? Pode dar-me exemplos, por favor?
20. Gostaria que me descrevesse algumas das suas reações durante a situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Procure lembrar como se sentiu durante este período. Como se sentiu do ponto de vista psicológico e emocional? Pode dar-me exemplos?
21. E como se sentiu do ponto de vista físico? Sentiu algumas reações do ponto de vista corporal? Pode dar-me exemplos?
22. E em termos do seu comportamento e das suas rotinas no dia-a-dia, sentiu que a situação de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual] alterou o seu modo de funcionamento habitual? Pode dar-me exemplos?
23. Agora gostaria de falar sobre a fase que se seguiu após ter tomado a decisão de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional”

[situação atual]. Ou seja, vamos falar sobre o que aconteceu após ter tomado esta decisão na sua carreira desportiva. No final, até que ponto sentiu que a situação estava resolvida ou ainda se mantinha por resolver? Ou seja, sentiu que era um “assunto arrumado” ou sentiu que ainda havia aspetos por resolver?

Nota: As questões descritas abaixo apenas devem ser colocadas se o/a atleta percecionar a nova situação após a transição desportiva como não tendo sido convenientemente resolvida (considerar a resposta à questão 13).

24. E atribuiu importância ao facto da situação se manter por resolver? Por favor, indique-me o nível de importância que atribuiu ao facto da situação se manter por resolver, usando novamente esta escala: 0 (nenhuma importância), 1 (baixa importância), 2 (moderada importância), 3 (bastante importância) e 4 (elevada importância)?

25. O facto desta situação se manter por resolver foi considerado por si como algo de negativo/ameaçador ou de positivo/desafiador para si?

26. O que pensou ou fez para lidar com a situação?

27. Até que ponto aquilo que fez para lidar com o modo como se sentiu foi eficaz e o/a ajudou?

| Secção 6: Resultado final |

Gostaria de terminar esta entrevista conversando um pouco acerca da sua **situação atual**.

Questões

28. No final de toda esta situação, que avaliação fez? Que consequências teve para si? Pode dar-me exemplos?
29. Sente que os seus objetivos e expectativas foram cumpridos ao passar da situação de “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]? Pode dar-me exemplos, por favor?
30. Até que ponto está satisfeito(a) com a decisão que tomou? Usando esta escala, qual o seu nível de satisfação: valor 0 corresponde a sentir-se nada satisfeito(a) com a decisão que tomou; valor 1 corresponde a sentir-se um pouco satisfeito(a) com a decisão que tomou, valor 2 corresponde a sentir-se moderadamente satisfeito(a) com a decisão que tomou, valor 3 corresponde a sentir-se bastante satisfeito(a) com a decisão que tomou e valor 4 corresponde a sentir-se totalmente satisfeito(a) com a decisão que tomou.
31. Voltaria atrás na sua decisão ou mantinha a decisão que tomou de passar do “desporto não profissional” para o “desporto profissional” [situação atual]?