

Desenvolvimento Positivo através do Desporto

Leonor Regueiras

Faculdade do Desporto

Universidade do Porto

2011

Porque me meti nisto?

- Muito tempo de Desporto
- Muito tempo de ensino/treino
- Avaliação de resultados “pessoais”
- Quem são os alunos/jovens hoje?
- Que problemas, que desafios enfrentam?
- O que querem? De que precisam?
- Qual é o meu papel? ... através do desporto?

Quem são...



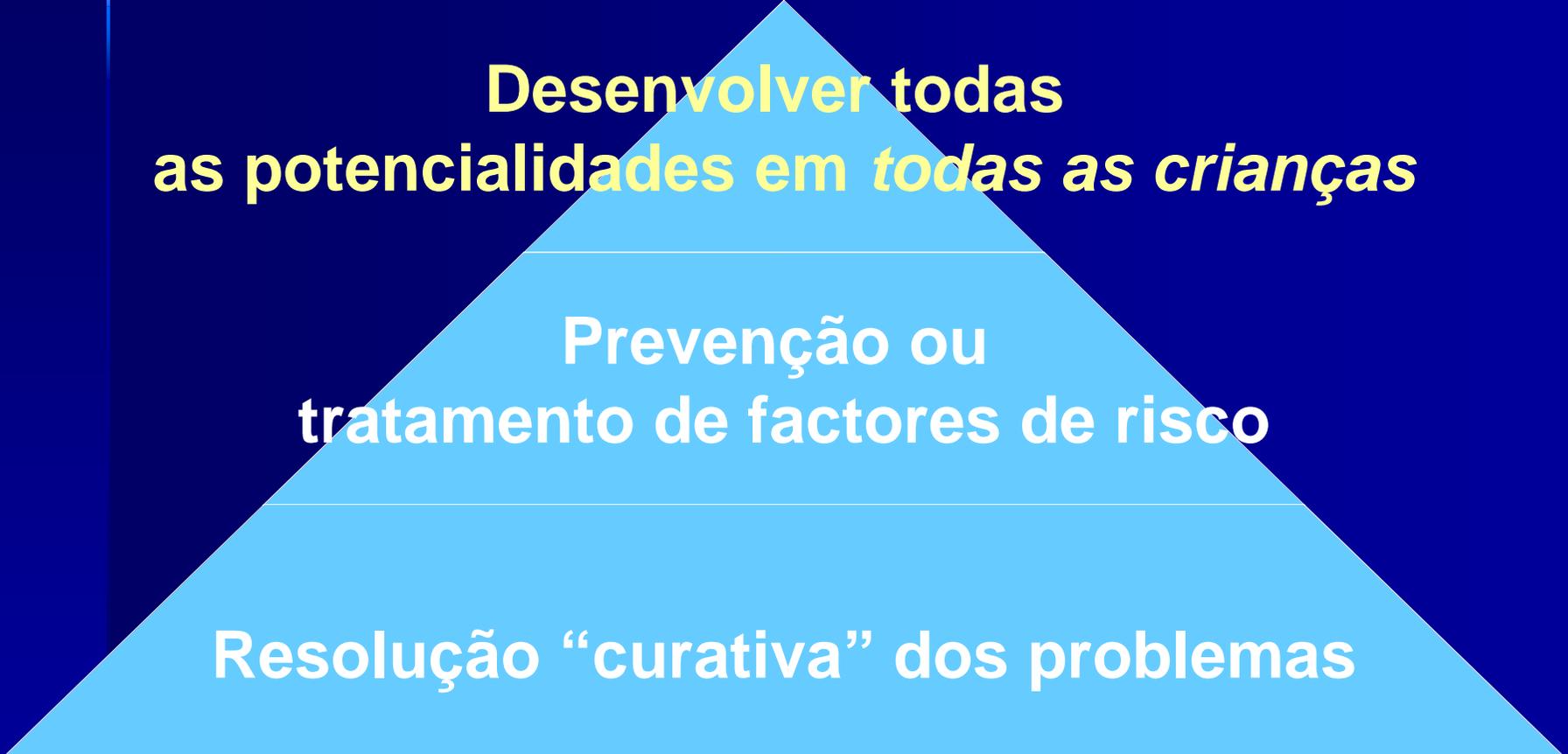


Visão do
jovem

Forma de
atuar



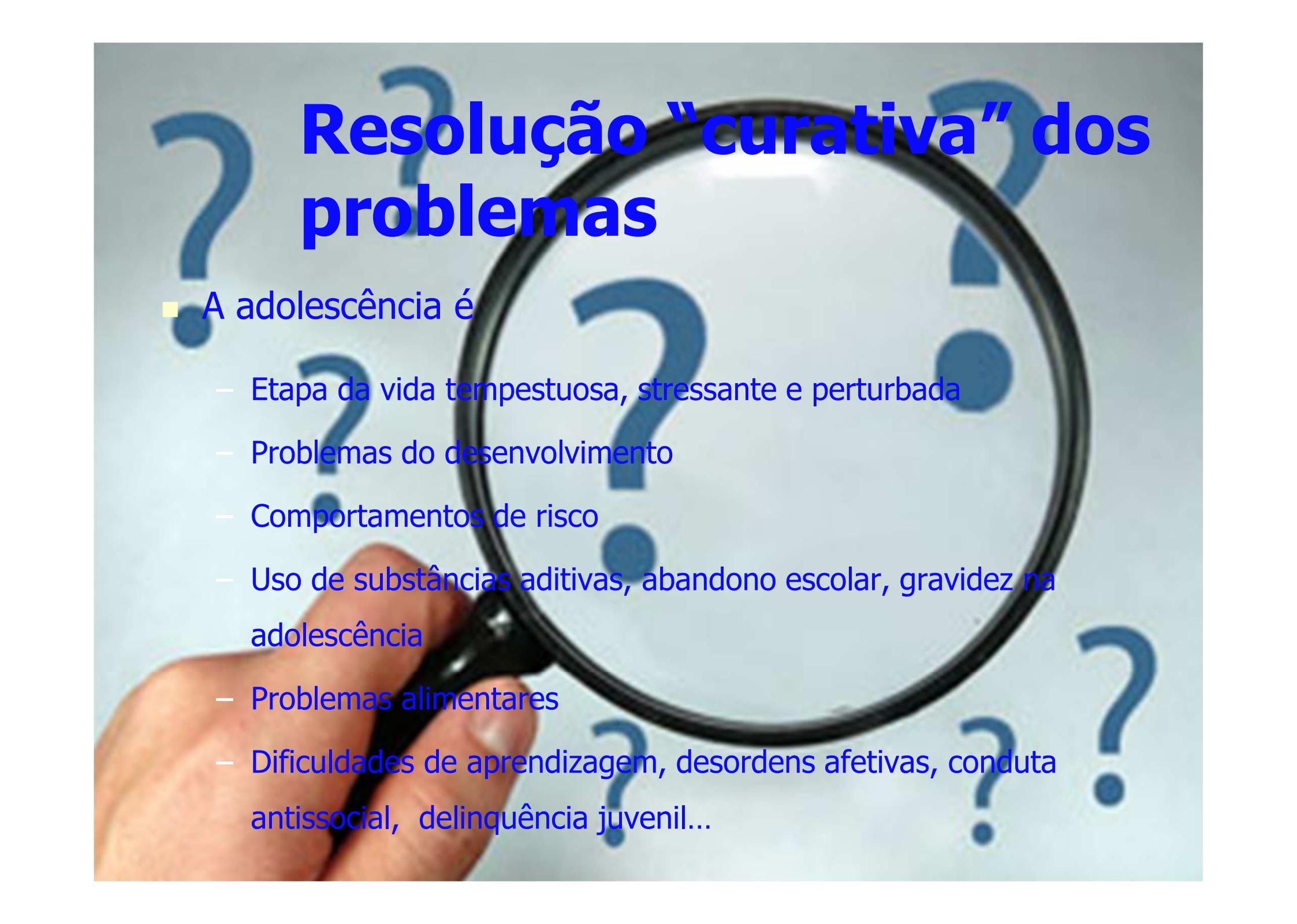
Um pouco de História: Programas de intervenção



**Desenvolver todas
as potencialidades em *todas as crianças***

**Prevenção ou
tratamento de factores de risco**

Resolução “curativa” dos problemas

A hand holding a magnifying glass over a background of question marks. The magnifying glass is positioned over the center of the slide, focusing on the text. The background is a light blue color with several large, semi-transparent question marks scattered across it.

Resolução “curativa” dos problemas

- A adolescência é
 - Etapa da vida tempestuosa, stressante e perturbada
 - Problemas do desenvolvimento
 - Comportamentos de risco
 - Uso de substâncias aditivas, abandono escolar, gravidez na adolescência
 - Problemas alimentares
 - Dificuldades de aprendizagem, desordens afetivas, conduta antissocial, delinquência juvenil...

A adolescência é...



Que é preciso punir ou tratar!

Resolução "curativa" dos problemas

- Perspetiva de défice...
- Programas....



"Prevenção" ou tratamento de fatores de risco



DIA MUNDIAL DA SIDA
1 DEZEMBRO



CAMPANHA DE COMBATE À VENDA DE BEBIDA ALCOÓLICA PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES



Consome a Vida
Depende Só de Ti

Campanha em espaços nocturnos:
• Bares
• Cafés
• Discotecas

27

28

DIA MUNDIAL DA LUTA CONTRA A DROGA
26 JUNHO



Campanha de Sensibilização

+ info: www.jsfafef.blogspot.com



DIGA NÃO À OBESIDADE



Prevenção da Violência no Namoro



NO SMOKING



DIZ NÃO



ÀS DEPENDÊNCIAS!



Desenvolvimento Positivo da juventude

Visão do jovem

The diagram consists of two light blue arrows pointing towards each other, meeting at a central point. The left arrow contains the text 'Visão do jovem' and the right arrow contains 'Forma de atuar'. Below the left arrow is a list of factors: '+ recursos', '- problemas'. Below the right arrow is a list of factors: '+ objetivos positivos', '+ ambiente de suporte, de empowering e de expectativas', '+ atividades que oferecem oportunidades de desenvolvimento'.

Forma de atuar

+ recursos
- problemas

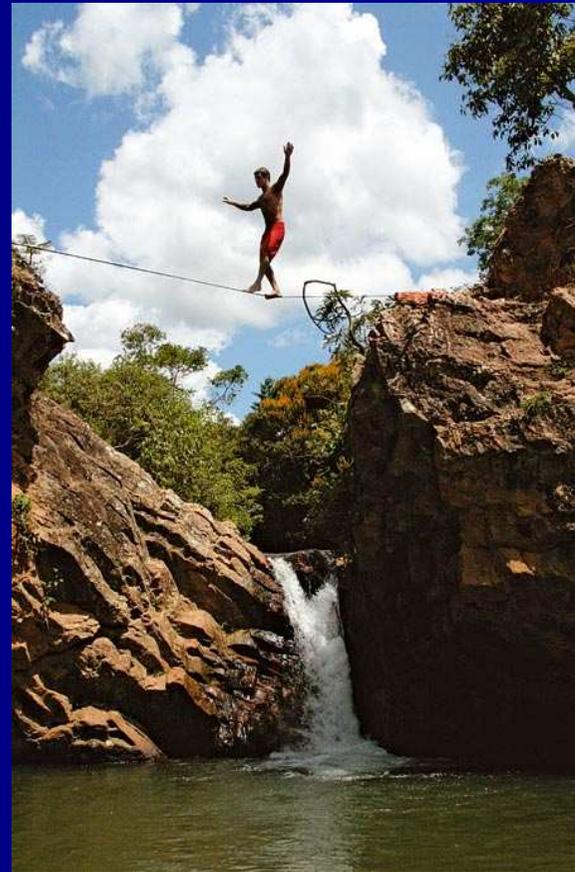
+ objetivos positivos
+ ambiente de suporte, de *empowering* e de expectativas
+ atividades que oferecem oportunidades de desenvolvimento

PYD (Positive Youth Development) **é...**

**Conjunto de estratégias para ajudar na
orientação da juventude na sua
transição bem sucedida para a idade
adulta.**

“transição bem sucedida”

De que depende?



Eliminando **Factores de Risco** ?



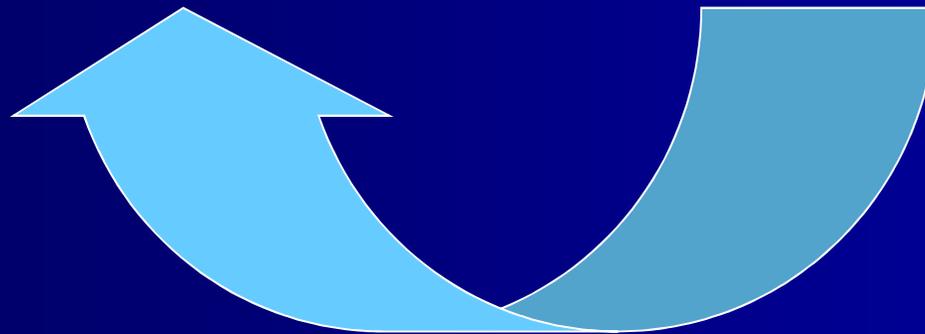
Desenvolvendo **Factores de Protecção** !

■ Factores de Risco

- Aumentam a probabilidade de ocorrência de determinado fenómeno (A. C. Fonseca, 2004).

■ Factores de protecção

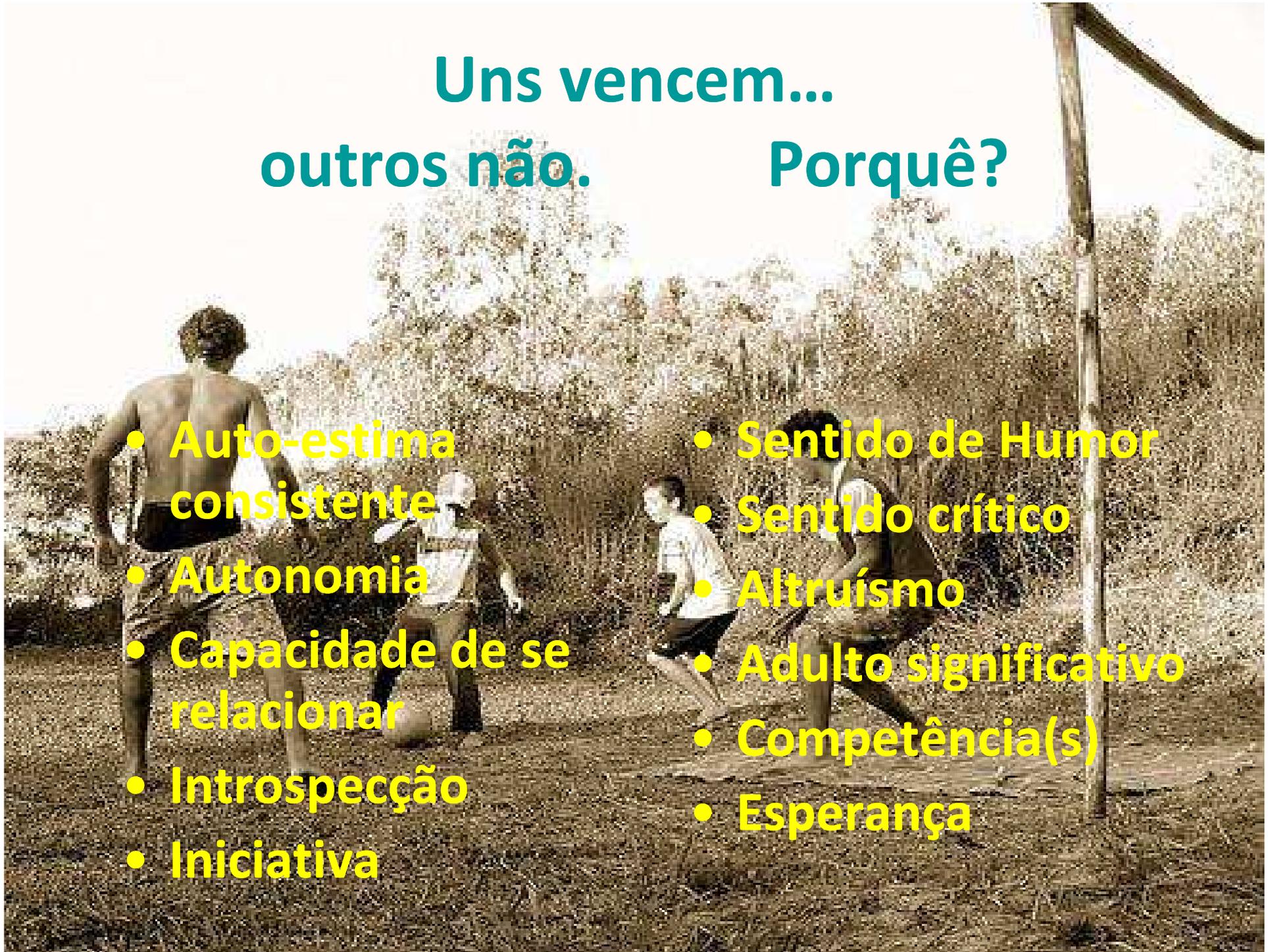
- Modificam, melhoram ou alteram a predisposição para uma evolução negativa (Cohler, 1995).



Uns vencem... outros não. Porquê?

- Auto-estima consistente
- Autonomia
- Capacidade de se relacionar
- Introspecção
- Iniciativa

- Sentido de Humor
- Sentido crítico
- Altruísmo
- Adulto significativo
- Competência(s)
- Esperança



Áreas fortes de intervenção

Relações pessoais
de afecto

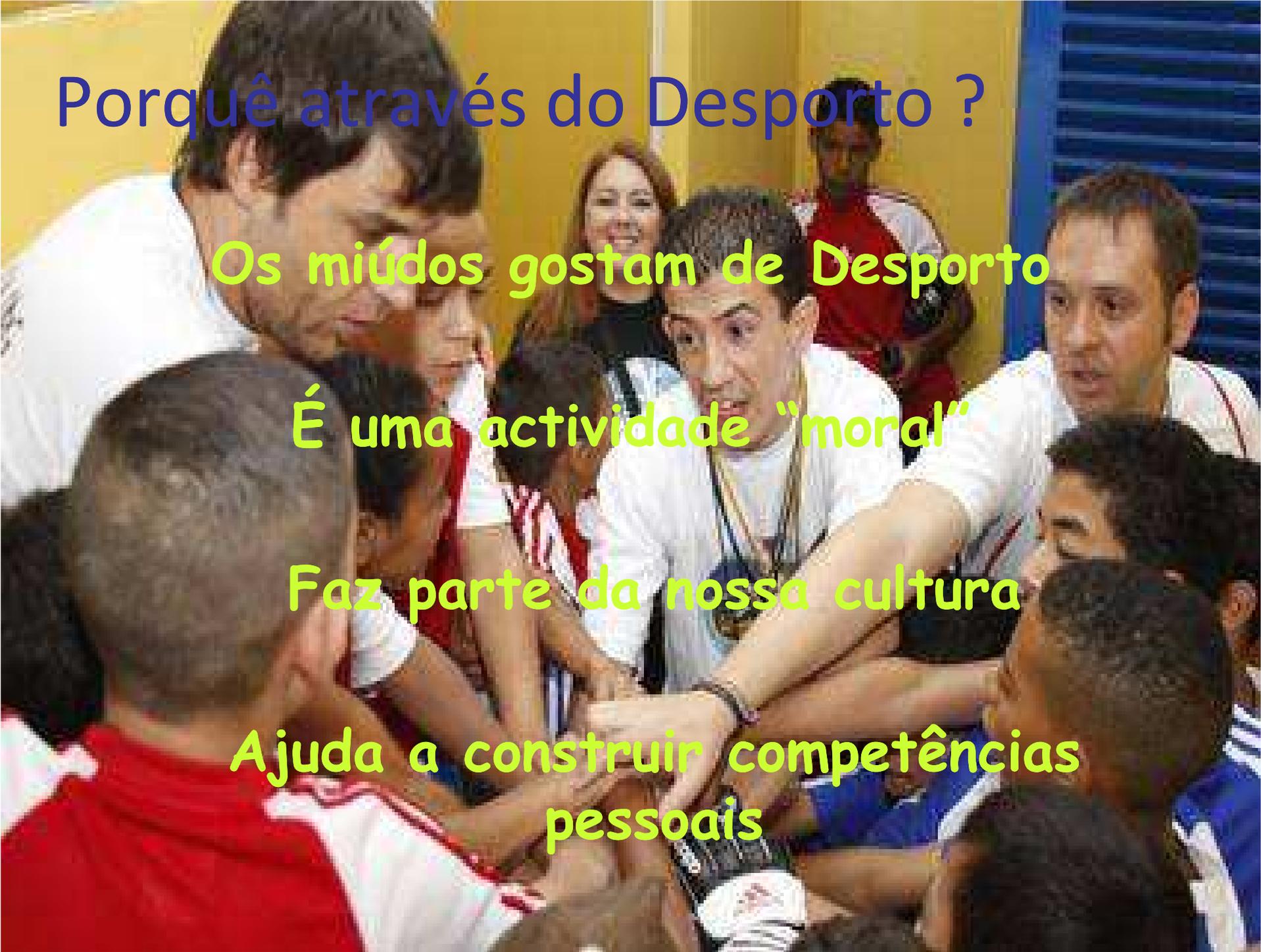
Expectativas
positivas

Oportunidade de
participar e de
contribuir

Como?

Promovendo o Desenvolvimento Positivo da Juventude...

... Através do Desporto!



Porquê através do Desporto ?

Os miúdos gostam de Desporto

É uma actividade "moral"

Faz parte da nossa cultura

Ajuda a construir competências
pessoais

Porquê através do DESPORTO ?

- Fidelidade.
- Componente lúdica.
- Ligação de culturas.
- Desafios e regras.
- Vitória pessoal e sucesso alheio.
- Exercício "concentrado de competências".
- Adultos de confiança (significativo).
- Não é uma disciplina "imposta".
- Sensação de utilidade, actividade e de ser capaz.

Aspectos a considerar num programa de Desenvolvimento Positivo

- Os objectivos do programa
- O “clima” das sessões
- As actividades

a) Os objectivos do programa

Desenvolver 5 Cs

- Competência
- Confiança
- Conexões
- Carácter
- Cuidado/Compaixão

Lerner (2004) e Roth & Brooks-Gum (2003)

b) Clima de um programa PYD

- Relações de apoio entre jovens e adulto
- Transmissão de poder = *Empowerment*
- Expectativas positivas
- Oportunidade de êxito (reconhecimento)
- ...



Clima de um programa PYD

- Actividades estáveis e de compromisso
- Respeito e segurança
- Desafio



Trabalhar com jovens ≠ trabalhar para jovens

c) As actividades

- Dar oportunidade de participação
- Buscando melhoria de competências
- Comprometendo os jovens com actividades desafiantes
- Ampliando horizontes
- Tendo em conta as suas necessidades
- **Exercitando valores**

Programas de Intervenção...

- Project Effort (Martinek)
- Project Lead (Cutforth)
- Coaching Club (Hellison)
- Programa Educativo para la Integración Social (Durán Gonzalez et all)
- Moral Development (Bredemeier)
- Project Connect (Brustad)
- Community-based Project (Wright)
- Programa Educação pelo Desporto (ASI)
- Deporte para la Paz (Ennis)
- ... (programas em que o desporto é um dos meios)



Taking Personal and Social Responsibility (TPSR)

**Desenvolvendo a Responsabilidade
Pessoal e Social** (Hellison 60s)

TPSR – Desenvolvimento da Responsabilidade Pessoal e Social

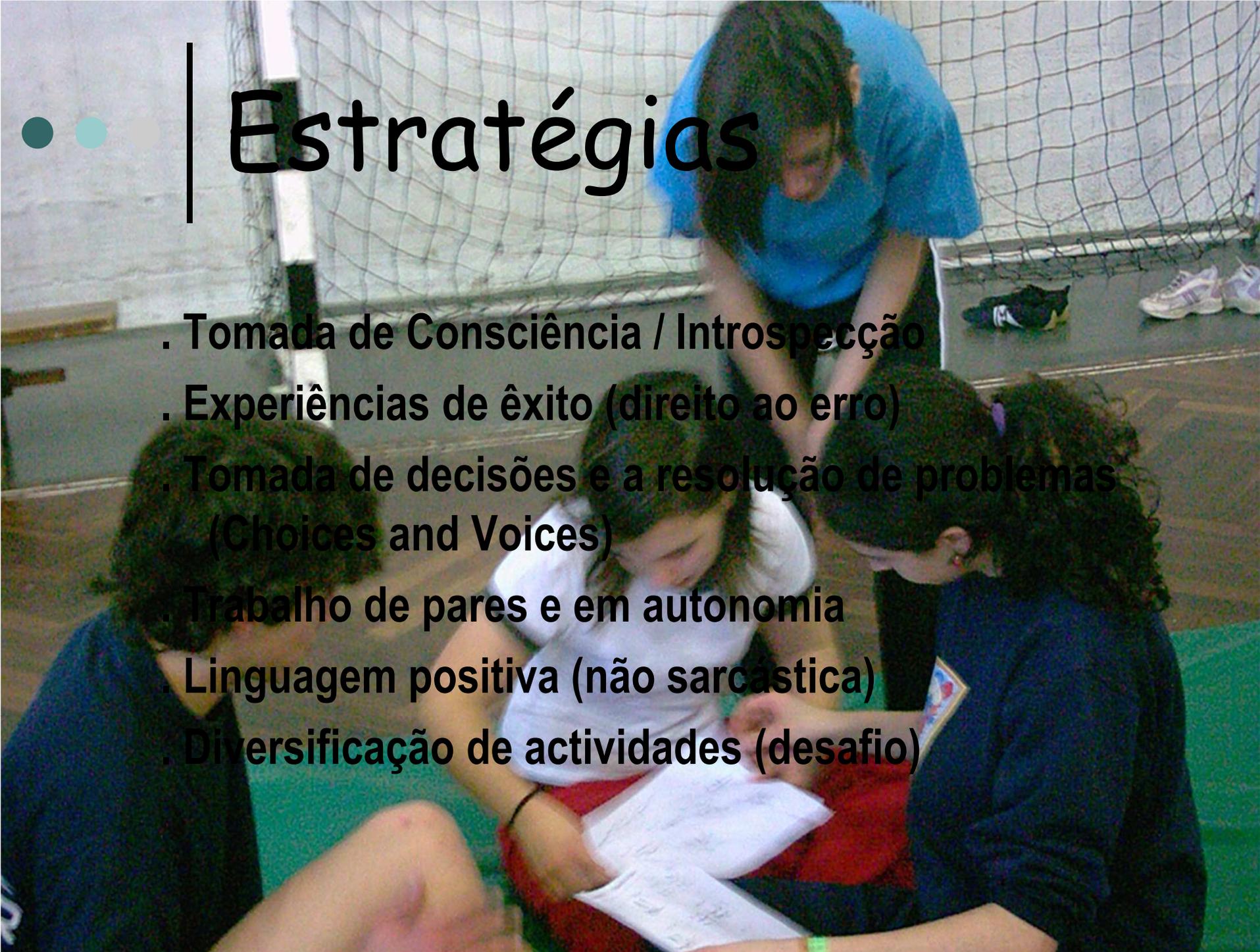




Níveis de Responsabilidade Pessoal e Social

1. Respeito / auto controlo
2. Participação/esforço
3. Autonomia / auto responsabilidade
4. Atenção aos outros
5. Aplicação fora da Educação Física e projecção no trabalho e no lazer

(Don Hellison, 1985; Massei, 2004)



• • • | Estratégias

- . Tomada de Consciência / Introspecção
- . Experiências de êxito (direito ao erro)
- . Tomada de decisões e a resolução de problemas (Choices and Voices)
- . Trabalho de pares e em autonomia
- . Linguagem positiva (não sarcástica)
- . Diversificação de actividades (desafio)

● ● ● | Estrutura das sessões

- **Conversa individual**
- **Conversa de consciencialização**
- **Actividade física**
- **Reuniões de grupo**
- **Tempo de reflexão**





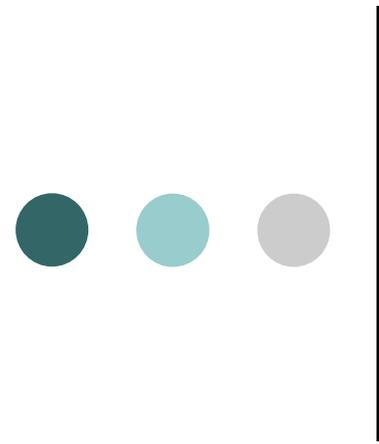
Um Exemplo





As sessões

- **Participação de carácter facultativo**
- **Dois treinos por semana**
- **Andebol, Badminton,
Futebol e Goalball**
- **Competição com outras escolas**



Resultados



Diferenças dos resultados individuais

GE

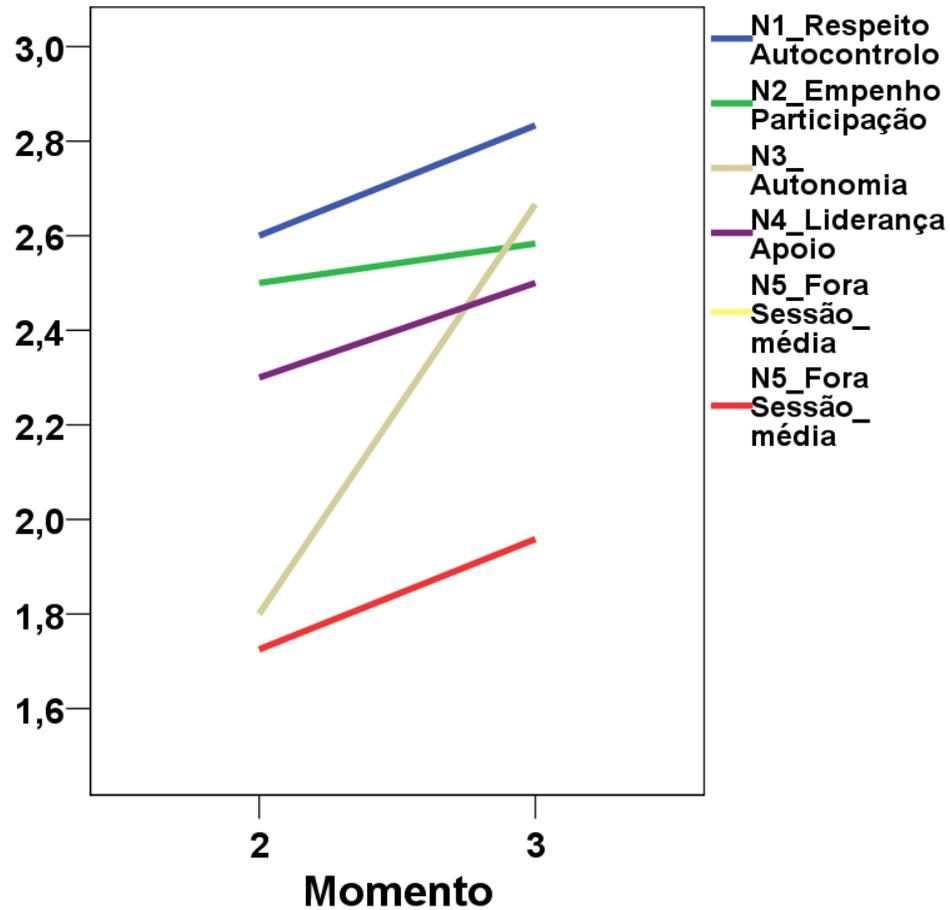
- **Problemas de Comportamento**
 - - 75%
- **Aborrecimento com a vida escolar**
 - - 67%
- **Relações Interpessoais**
 - + 58%
- **Responsabilidade Pessoal e Social**
 - + 75%

GC

- **Problemas de Comportamento**
 - - 64%
- **Aborrecimento com a vida escolar**
 - - 7%
- **Relações Interpessoais**
 - + 42%
- **Responsabilidade Pessoal e Social**
 - +57%



Níveis de Responsabilidade Pessoal e Social



Auto-avaliação do GE ao longo das sessões:

2º e 3º momentos



■ - “vir para a escola?... Até comecei a gostar quando pensava que tinha desporto escolar (sessões TPSR)”;



■ “quando andava mais “chateada”... quando vinha para o desporto escolar ficava mais animada” (...);

- 
- “...ganhei gosto em vir para a escola às segundas e às quartas (nos dias dos treinos)”.



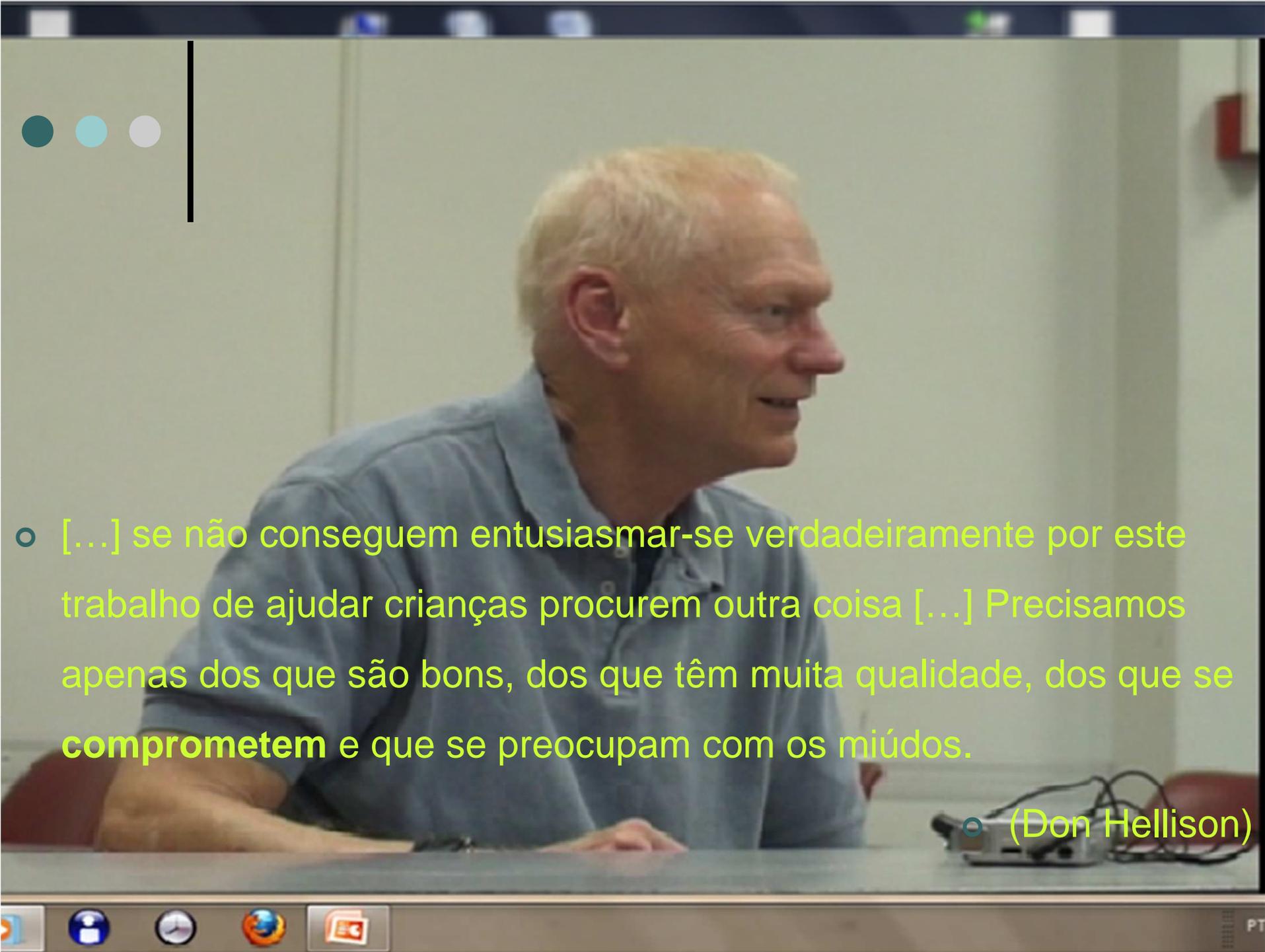
■ “ Fiz amigos. Alguns que já conhecia e conheci melhor...”





Estudos posteriores: Fatores de sucesso... perfil do educador

1. Valores atitudes e convicções do adulto
2. Compromisso na relação (tempo)
3. Visão que tem da criança/jovem:
 1. Expectativas elevadas, claras e justas
 2. Motivação (tipo e manutenção)
4. Relação personalizada com a c/j
5. Capacidade de adaptar o ensino à c/j
6. Prática reflexiva
7. Formação em exercício

- 
- [...] se não conseguem entusiasmar-se verdadeiramente por este trabalho de ajudar crianças procurem outra coisa [...] Precisamos apenas dos que são bons, dos que têm muita qualidade, dos que se **comprometem** e que se preocupam com os miúdos.

○ (Don Hellison)



leonor.regueiras@gmail.com

Departamento de Psicologia do Desporto

FADEUP 2011