A IMPORTÂNCIA DO VOLEIBOL NO DESENVOLVIMENTO DE ADOLESCENTES NA PERCEPÇÃO DOS PAIS

Aline de Camargo Barbosa¹
Carlos Gabriel Gallina Bonone²

RESUMO: O objetivo deste estudo foi o de verificar a importância do Voleibol no desenvolvimento de adolescentes na percepção dos pais. Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa, descritiva e transversal que teve como instrumento de coleta de informações, uma entrevista semiestruturada realizada com quatro pais ou responsáveis de atletas de Voleibol de uma equipe de Caxias do Sul - RS. Os resultados apontaram que a entrada no esporte foi influenciada pelo contexto da pandemia e motivada por familiares, revelando, inicialmente, sentimentos de insegurança, ansiedade e baixa autoestima. Fisicamente, embora tenham ocorrido benefícios como emagrecimento e ganho de força, também surgiram desafios como lesões por movimentos repetitivos e cansaço no decorrer da rotina, exigindo intervenções como musculação e quiropraxia. No âmbito pessoal e social, observou-se um impacto significativo na responsabilidade, disciplina e organização das atletas, além do fortalecimento dos vínculos afetivos dentro do grupo esportivo. O Voleibol, portanto, demonstrou-se um espaço de desenvolvimento integral, funcionando como suporte emocional, social e formativo, superando os limites da prática esportiva e contribuindo para a construção da identidade e autonomia das adolescentes.

Palavras-chave: Voleibol, desenvolvimento de adolescentes, percepção dos pais.

ABSTRACT: The objective of this study was to verify the importance of Volleyball in the development of adolescents from the parents' perspective. This study is characterized as a qualitative, descriptive, and cross-sectional research that used a semi-structured interview with four parents or guardians of volleyball athletes from a team in Caxias do Sul - RS as a data collection instrument. The results indicated that entry into the sport was influenced by the context of the pandemic and motivated by family members, initially revealing feelings of insecurity, anxiety, and low self-esteem. Physically, although there were benefits such as weight loss and increased strength, challenges also arose such as injuries from repetitive motions and fatigue due to daily routines, requiring interventions such as strength training and chiropractic care. In the personal and social sphere, a significant impact was observed on the responsibility, discipline, and organization of the athletes, as well as the strengthening of emotional bonds within the sports group. Volleyball, therefore, proved to be a space for holistic development, serving as emotional, social, and educational support, transcending the limits of sports practice and contributing to the construction of the identity and autonomy of adolescents.

Keywords: Volleyball, adolescent development, parents' perception.

1. INTRODUÇÃO

Com o passar dos anos, o esporte tem sido considerado importante para o desenvolvimento de crianças e adolescentes, tornando-os seres mais íntegros. A partir de suas regras e condições, os praticantes conseguem compreender formas de relacionarem-se, trocar experiências, competir e ajudar uns aos outros. Com isso, essa ampliação de conhecimento é benéfica no âmbito cognitivo, físico e social. Entretanto, o ambiente escolhido para o desenvolvimento dessas crianças influencia muito, garantindo oportunidades e vivências diferentes.

Quando se trata de futuro, os pais e responsáveis são os norteadores pelo convívio com os adolescentes. Na vida em sociedade, através dessa convivência e cultura incorporam-se novos saberes, valores e competências por meio dos processos de aprendizagem. Ao agregar estes conhecimentos, algumas alterações comportamentais na maneira de agir e de se desenvolver, influenciam no progresso de vida dos jovens em todas as áreas (Oliveira et.al. 2020). Sendo assim, percebe-se que os pais possuem grande influência na escolha dos locais de prática esportiva de seus filhos.

Uma das modalidades esportivas que está fortemente presente em nossa sociedade é o Voleibol e através dele torna-se possível atingir os seus praticantes em outras esferas, além do jogo em si, tais como comportamentos na família, na sociedade e mudanças estritamente pessoais. Através dos fundamentos do Voleibol, as atletas se preparam para viver diferentes experiências que de certa forma ajudam no desenvolvimento do dia a dia (Souza et al. 2010).

Com uma perspectiva sobre atletas de Voleibol, o presente estudo tem como objetivo geral analisar a importância do Voleibol no desenvolvimento de adolescentes, pela percepção dos pais ou responsáveis. Também se objetiva, de forma específica, verificar modificações comportamentais no âmbito social, familiar e com relação a atitudes pessoais dos praticantes, além de verificar possíveis modificações físicas nas atletas.

2. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A pesquisa caracteriza-se como um estudo qualitativo, descritivo e transversal. Para Rodrigues (2016) a pesquisa qualitativa tem por objetivo compreender a multiplicidade de significados e sentidos que marcam as subjetividades dos sujeitos na relação com o social. Considera que a dimensão e a complexidade desse objeto de estudo são tão grandes que não podem ser entendidas apenas pela visão racional e técnica, que costuma focar apenas nos fatos externos de forma fria e objetiva.

Para Triviños (2008), as pesquisas descritivas têm por objetivo descrever criteriosamente os fatos e fenômenos de determinada realidade, de forma a obter informações a respeito daquilo que já se definiu como problema a ser investigado.

Segundo Rouquayrol (1999) a pesquisa transversal é tida como um estudo em que o fator e o efeito são observados em um mesmo momento, local e tempo. A amostra do estudo foi composta por quatro mães, sendo realizado apenas com mães pelo fato do acompanhamento e envolvimento direto nos treinos das filhas, atletas de Voleibol feminino da categoria infanto-juvenil, de uma associação esportiva de Caxias do Sul. Como critérios de inclusão foram selecionados quatro pais ou responsáveis por atletas da categoria infanto-juvenil, baseado nos seguintes aspectos: (a) sua filha ter praticado a modalidade por pelo menos 24 meses (b) ter assinado o termo de consentimento livre e esclarecido (c) que a atleta tenha idade entre 14 e 16 anos no momento da entrevista. Os quatro pais participantes do estudo, após a verificação dos critérios de inclusão, foram selecionados pela própria pesquisadora, mediante conversas e indicações do coordenador da equipe, sendo, portanto, uma amostra por conveniência.

O instrumento utilizado para a coleta de informações foi a entrevista semiestruturada (Apêndice I). Por meio dela os pesquisadores buscam coletar dados objetivos e subjetivos. Considera-se a entrevista como uma modalidade de interação entre duas ou mais pessoas (Batista, 2017). Nesta pesquisa, foi considerada a entrevista semiestruturada como técnica de coleta de informações para poder aplicar e analisar de forma abrangente, dados coletados dos pais e responsáveis das atletas do projeto. Segundo Gil (2008), as entrevistas semiestruturadas são desenvolvidas de forma mais espontânea e com maior amplitude em trabalhos científicos.

Para o desenvolvimento do estudo, primeiramente foi realizado o contato com a instituição e os responsáveis das atletas, para explicar a proposta da pesquisa. Em seguida, realizou-se a entrega do Termo de Autorização Institucional e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, após os participantes serem selecionados. Em seguida, foram marcadas as entrevistas presenciais, sendo combinados os dias e horários com os participantes, dando preferência aos pais para que escolhessem os dias e horários de melhor adequação à sua rotina de vida.

As entrevistas foram realizadas de forma presencial, gravadas, transcritas na íntegra e devolvidas aos pais ou responsáveis dos participantes onde validaram as respostas e alteraram aquilo que entenderam ser necessário. Após a coleta de informações, a pesquisadora analisou e selecionou palavras-chave das perguntas realizadas, para identificar as unidades de significado, que acabaram por formar as categorias de análise deste estudo.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A proposta dessa pesquisa direcionou-se aos pais de atletas de Voleibol na categoria infantil de uma escolinha da cidade de Caxias do Sul. A partir das entrevistas e das observações, surgiram três categorias de análise, que serão apresentadas a seguir: a) O início no Voleibol e as características antes de iniciar na modalidade; b) Benefícios e dificuldades físicas a partir da entrada no Voleibol; c) Benefícios e dificuldades pessoais e sociais a partir da entrada no Voleibol.

3.1 O início no Voleibol e as características antes de iniciar na modalidade

Nessa primeira categoria será abordado o início do Voleibol das atletas na perspectiva das mães. Uma das primeiras características em comum foi a pandemia, onde segundo a mãe 02 *“A pandemia, ela mexeu muito com o desenvolvimento de quem estava parada. Principalmente na transição das crianças para a adolescência. As transições que elas pegaram meio que atrofiou o desenvolvimento delas.”*

Durante a pandemia do COVID-19, estudos nacionais e internacionais evidenciaram alterações substanciais na relação de adolescentes com seus micro e

meso contextos de desenvolvimento, em especial com a escola, família e pares (Cabral et al., 2023)

Segundo Pontes e Pessoa (2024), o período pandêmico, indubitavelmente, marcou a vida de muitas pessoas, impactando os processos proximais em todos os níveis temporais. Durante este período, pode-se refletir sobre o desengajamento de adolescentes em atividades que desenvolviam antes da pandemia. Desenvolvimento este, marcado por mudanças repentinas na rotina como menos atividade física, hábitos alimentares irregulares à saúde e rotina de sono desajustada (Souza et al., 2022).

A partir disso, o Voleibol chegou na vida das meninas após sugestão e incentivo das mães, irmãs e amigas. Segundo relato da mãe 01, *“Ela queria praticar algum esporte. E aí, eu sugeri o vôlei. E ela disse que adorava vôlei, mas ela não sabia jogar”*. Seguindo a mesma lógica, a mãe 03 comentou: *“Eu me incomodava com a V. não fazendo nenhum esporte, muito dentro de casa, no contraturno do colégio. Então, sugerimos pra ela jogar vôlei e ela aceitou”*. Já a mãe 02 trouxe a referência da irmã entrando no meio esportivo ao mesmo tempo: *“Ela foi incentivada por mim, mas como a Mana entrou, ela quis fazer também, ela simplesmente pegou como uma referência”*. Porém, diferente das demais, a mãe 04 relatou que a filha foi convocada na escola: *“E o técnico dava aula lá, era professor de educação física lá e convidou ela”*. A iniciação ao esporte naturalmente ocorre através da influência de pais e familiares, justificado pelo fato destes representarem o primeiro contexto social da vida de jovens, interferindo em possíveis ações e decisões de seus filhos(as), sendo o núcleo central da organização humana (Pratta; Santos, 2007). A motivação por sua vez pode gerar melhoria de desempenho, num círculo virtuoso absolutamente desejável. Barroso (2007), descreve que a motivação é responsável pela direção, intensidade e persistência dos indivíduos numa determinada modalidade esportiva e se manifesta como principal fonte de êxito esportivo, devendo ser mantida permanentemente.

No esporte existe uma tríade entre a atleta, o técnico e a família no desenvolvimento das experiências psicológicas, afetivas e sociais de modo individual da atleta, como o fato de se sentir ansiosa, como a mãe 01 retrata: *“Super ansiosa”*, assim como a mãe 02: *“Ela disfarça bem em vários momentos, mas às*

vezes eu percebo quando ela tá ansiosa” ou o medo do novo como a mãe 01: *“Ela tinha medo. Ela dizia que nunca ia conseguir jogar vôlei. Então, por muitos momentos, foi bem difícil conseguir manter a motivação com ela. Várias vezes ela disse “eu não quero mais. Mãe, eu gosto, mas eu não quero. Eu não consigo. Eu não vou conseguir.” Então, ela era muito insegura com ela mesma”*. Mas como todo início, a insegurança e a timidez se tornaram algo predominante, assim como a mãe 01 reafirmou: *“Ela ficou insegura no início, porque ela não sabia nada. Ela não sabia toque, não sabia fazer um saque”* e a mãe 04 relatou sobre sua filha: *“Muito insegura”*. Segundo Gabarra, Rubio e Angelo (2009), atletas podem ter problemas de autoestima por não saber lidar com emoções como a ansiedade. A confirmação deste fato se dá pelo relato da mãe 04: *“A N. tem muito problema com a autoestima dela. E tanto que deu crises de ansiedade”*. Com isso, o entendimento dos pais, o apoio e ajuda são de extrema necessidade, assim como a mãe 04 continuou: *“E a prioridade é o vôlei e o colégio. Em casa, como eu te digo, se dá, tudo bem. Se não dá, paciência. Eu entendo isso. Então, não cobro demais dela. É importante, também, esse apoio. De repente, acho que seria até mais difícil. É necessário. Se os pais ou a família não entendessem, eu acho que não seria possível”*. Por meio disto, acredita-se que auxiliar a atleta a lidar com as diversas situações que ocorrem no esporte pode ser útil para outros momentos da sua vida.

Entretanto, esse apoio não se deu apenas pelas mães das atletas, mas também por colegas e amigas, como a mãe 02 relatou: *“Ela se adaptou bem, assim, tanto quando ela estava no mini, depois quando ela foi para o mirim, depois ela subiu mais um[...]. Eu acho que todos ela foi construindo, sim, amizades com as meninas, um entrosamento com as meninas, com todas elas”*. E a mãe 01 relata: *“Daí, ela via as outras meninas e ela não conseguia jogar. E aí, eu tinha o incentivo também de dizer que era normal. Ela estava aprendendo, era para fazer parte do processo e o treinador também dava uma reforçada aqui. Daí, à medida que ela foi gostando, se aproximando disso, ela foi trazendo as amigas também para as competições. Convidou os colegas. Daí, já foi se unindo e viu que os colegas também não sabiam. Então, daí, ela viu que não era um problema dela, que era normal aquilo que era uma adaptação”*. De acordo com Voser (1999), a iniciação pode ser compreendida como a etapa inicial de um processo, caracterizada pelo primeiro contato com determinados conhecimentos ainda não dominados. Nesse

contexto, é comum que a criança, ao ingressar nas práticas esportivas, não compreenda integralmente os elementos e dinâmicas que compõem a modalidade, estando ainda em fase de descoberta e familiarização

Portanto, a iniciação das atletas no Voleibol, sob a perspectiva das mães, revela que o processo foi influenciado pelos impactos da COVID-19, que afetou o desenvolvimento emocional, social e físico das adolescentes. Nesse cenário, o esporte surgiu como alternativa de retomada de rotina, sendo incentivado principalmente pelas mães e irmãs. Os relatos apontam desafios iniciais como insegurança, ansiedade e baixa autoestima, superados gradualmente com apoio familiar, incentivo de treinadores e acolhimento das colegas. Assim, o Voleibol se mostrou não apenas uma prática esportiva, mas também um espaço de reconstrução emocional e social.

3.2 Benefícios e dificuldades físicas, a partir da entrada no Voleibol

Durante a adaptação de algo novo, as atletas se encontraram em momentos com dificuldades, mas também depois de alguns ajustes e adequações alcançaram alguns objetivos importantes. Dificuldades estas citadas pelas mães, como cansaço relatado pela mãe 01: *“Eu acredito que, em alguns momentos, eu acho que ela tem dificuldade com o cansaço. Parece que ela fica cansada rápido, sabe? Que ela tá jogando com o pique todo, e do nada ela cansa”*. A rotina de campeonatos se tornou algo predominante, pelo relato da mãe 04: *“[...] jogou um campeonato intenso, cansativo. Ela ficou tão frustrada. Que ela ficou meia chorona”*. Segundo Lima (2018), apesar da eficiência descrita nas atividades de vida diária, no trabalho e no esporte há a presença da fadiga. Esta apresenta-se muitas vezes como limitante do desempenho humano e causadora de lesões em diversos níveis do sistema musculoesquelético.

Com isso, no decorrer das entrevistas pode-se verificar que o aumento do comprometimento com o esporte acarretou em lesões, como por exemplo, dores relacionadas ao movimento repetitivo, conforme a mãe 01: *“[...] pelo desgaste do músculo. A gente fez ressonância, fez consulta com o ortopedista. Mas eu acho que tem bastante disso no esporte em si. Essa coisa de se lesionar. Pelo movimento repetitivo”*. As intensas exigências físicas decorrentes de treinamentos e

competições sobrecarregam o sistema musculoesquelético, demandando do corpo níveis elevados de força muscular, transferências de peso e amplitudes articulares que excedem os limites fisiológicos normais. Para lidar com mudanças bruscas de direção, interrupções repentinas e impactos de alta intensidade, torna-se essencial um preparo físico adequado para suportar tais demandas (Lima, 2018).

Em atletas, essas forças frequentemente resultam em lesões esportivas, que podem gerar consequências diversas, desde a interrupção temporária de treinos e competições até impactos psicológicos, como a insegurança no retorno às atividades. Tendo em vista a melhora das atletas e a busca por um aperfeiçoamento físico, elas procuraram fazer reforços musculares, tratamentos como a quiropraxia e a musculação como relatado pela mãe 01: *“Ela fez quiropraxia, musculação. E daí melhora enquanto está fazendo. Aí para de fazer e volta doer, pelo desgaste do músculo... ela pratica musculação em função de fortalecer a musculatura também, né? É importante. Para o esporte, é importantíssimo.”* Da mesma forma, a mãe 02 relatou sobre o quanto a filha sente quando não procura o tratamento: *“Mas, sofreu. Ah, sofreu e ainda sofre, né! Porque, dói aqui, dói ali. E ela faz quiropraxia. Perto do dia de ir, ela... “Mãe, quando é que é meu dia de quiro? Porque eu preciso muito ir lá, que dói aqui, dói ali”. Porque ela sempre tá com dor em alguma coisa, né? Já dói quem não faz esporte, imagina quem faz”*. Entretanto, a mãe 01 comentou que a quiropraxista passou um tratamento fora de quadra e teve relutância da atleta: *“a quiropraxista pediu pra ela ficar de 10 a 20 dias sem jogar vôlei, mas ela não quis, foi uma briga. Eu tive que falar com o treinador para não deixar ela treinar. A academia ajudou um pouco, sabe? Deu uma fortalecida, sim. Mas... Depende. Porque, às vezes, dói mais ainda.”* De acordo com Roschel, Tricoli e Ugrinowitsch (2011) o elevado desempenho físico e esportivo observado nos atletas resulta da interação de fatores fisiológicos, biomecânicos e psicológicos. Nesse contexto, programas de treinamento bem estruturados e fundamentados são essenciais para alcançar o rendimento máximo. Então, conforme citado pelas mães, o fortalecimento é de grande importância. Benetti, Schneider e Meyer (2005), apontam que a força muscular é um importante componente da aptidão física e é essencial para a execução de uma variedade de atividades diárias. Além disso, é uma valência física importante para o desempenho esportivo, também no Voleibol. Segundo a mãe 01, houve um emagrecimento nesse período: *“E uma das coisas que a gente mais*

sentiu, assim, que ficou visivelmente, foi quando ela começou a jogar, ela era meio gordinha, assim, né? E daí ela foi emagrecendo, crescendo e virou um mulherão. De um ano pro outro, assim, até o técnico falou “nossa, que diferente que ela tá, né?” Porque ela desenvolveu muito, assim, o físico dela, né?”. Por isso o fortalecimento muscular, juntamente com o alongamento antes e após o treinamento, é fundamental no Voleibol, pois além de aumentar a força muscular e a flexibilidade, tende a melhorar o sistema cardiopulmonar, a coordenação e a capacidade de resposta muscular. Propicia ainda uma diminuição de sobrecargas e, conseqüentemente, minimiza a ocorrência de lesões (Malta, 1995).

Portanto, o processo de adaptação das atletas ao Voleibol revelou desafios significativos, como cansaço excessivo e frustração devido à intensidade dos campeonatos, conforme relatado pelas mães. Desafios consistentes com estudos que indicam que a fadiga pode limitar o desempenho e causar dores ou lesões, o que leva as atletas procurarem ajudas externas para melhorar a estabilidade articular e a resistência muscular.

3.3 Benefícios e dificuldades pessoais e sociais a partir da entrada no Voleibol

Nesta última categoria, observaram-se tanto transformações pessoais e sociais vivenciadas pelas atletas quanto os desafios enfrentados ao longo de suas trajetórias. Conforme citado pela mãe 01, umas das principais dificuldades que sua filha teve foi com as frustrações envolvendo a troca de categorias e o não chamamento para jogos de campeonatos: *“[...] teve uma época também que ela não estava entendendo que categoria estava. Eu sei que quando ela tava fazendo transição do mini pro mirim às vezes o técnico descia ela de volta pro mini. E ela não estava entendendo porque ele descia de volta. E ela estava ficando frustrada e falava “Mãe, hoje ele botou jogar no mini”. E aí como existe a transição, daqui a pouco ele tava trazendo ela de volta porque o mini, porque ele estava precisando dela, não porque ela estava precisando voltar para o mini. E aí ela foi se acostumando com as vezes descer de categoria ou às vezes ele não chamar ela pra campeonato. Quando não chamava ela pra campeonato ela ficava tentando*

entender porque que não tinha chamada ela pra campeonato, eu dizia “calma, vai chegar a sua vez”. Segundo Lavoura, Zanetti e Machado (2008), às exigências psicológicas às quais as atletas são submetidas, podem incluir: frustrações, ansiedade, raiva, medo, insegurança, entre outras.

Entretanto, outros desafios foram encontrados, como a carga horária grande de treinos, não podendo ser viável trabalhar por causa da demanda e exigência, relatadas pela mãe 03: *“Ela vai no colégio, eu acho que ela nem teria como trabalhar. Ela quer trabalhar, mas eu digo, “V. não tem tempo”. Porque ela treina no clube das cinco e meia às nove e meia. Ela faz o treino físico, academia. Das cinco e meia às sete. E das sete e meia às nove e meia treina com bola. É. Então, não tem como trabalhar. Ela teria que trabalhar dali do meio-dia às cinco, mas... Não vejo uma maneira, sabe? Daí ela tem o colégio, tem provas, tem trabalhos. Não vejo, não seria viável, eu acho”*. Já as mães 01, 02 e 04 afirmam que as filhas trabalham por diferentes motivos, assim como a mãe 01 relata: *“Ela tá trabalhando dando banho nos bichinhos, paralelo ao vôlei, sabe? Então é os dois amores da vida dela, o vôlei e os bichinhos. Então, pra ela sim, ela se sente realizada com o que ela faz”*. A mãe 02 relatou *“Ela trabalhava conosco também, de tarde. A gente tem uma metalúrgica. E aí, no ano passado, surgiu uma vaga de menor aprendiz no Hospital Virvi Ramos. Daí ela foi pra lá. De tarde ela vai pra lá. Ela é menor aprendiz”*. A partir disto a mãe 02 constatou um desenvolvimento organizacional na filha *“...ela tem sim um desenvolvimento e um senso de responsabilidade e de organização que ela traz muito daqui. Porque eu não preciso chamar ela pra levantar pra vir pra escola de manhã. Ela trabalha de tarde. Ela, de noite, ela já organiza tudo que ela vai trazer porque daqui ela vai pro trabalho, e do trabalho ela vem pro treino.”*

O relato das mães inclui o reconhecimento da responsabilidade, esforço e dedicação para um possível aperfeiçoamento técnico como a mãe 03 demonstra: *“Ela sempre foi dedicada. Boas notas. Mas, claro que sim que o vôlei ajuda. Ajuda sempre. Porque é uma coisa que ela gosta. Ela quer muito. E ela se esforça. Por exemplo, a gente só viaja quando não tem vôlei. Se tem treino, a V. não falta. A gente não viaja. Então, ela é muito dedicada. Ela sempre gostou muito. Então, acho que se ela não estivesse no vôlei, ela seria diferente. Não vou saber”*. De mesma opinião, a mãe 04 relata: *“Sempre foi uma menina muito dedicada, muito esforçada.*

Mas, o vôlei na vida da Natália foi assim, ó. Ela não pensa em vício, ela não gosta de beber nem pensar. Cigarro nem pensar, porque vai atrapalhar o vôlei dela. O esporte que ela ama". Entre os valores citados, Sanches e Rubio (2011), perceberam que muitos deles podem ser desenvolvidos e trabalhados por meio da prática esportiva, como a responsabilidade, a sinceridade, o diálogo, a confiança, a autoestima, a criatividade, a paz, a amizade, o respeito, a justiça, o compartilhar e, finalmente, a cooperação e o compromisso.

A dedicação e aperfeiçoamento das meninas fez com que o Voleibol se tornasse uma prioridade. Segundo Campos, Vigário e Lurdoff (2011), a contribuição para o aperfeiçoamento de atividades a serem desenvolvidas nos treinamentos, leva a melhora do desempenho e com isso o aumento da motivação pela prática esportiva. Seguindo a mesma ideia, a pesquisa de Barroso (2007), realizada com atletas de basquete, futsal, handebol e Voleibol, reforça essa ideia ao indicar que o desenvolvimento do aperfeiçoamento técnico é um dos principais elementos que impulsionam a motivação das atletas. Confirmado assim com a continuação do relato a mãe 04: *"Às vezes, deixa de ir passear com a família, né? Não, primeiro o vôlei, a família ficou em segundo plano"*, fazendo com que o esporte se transforme em um ambiente familiar, utilizando muitas vezes a modalidade como "fuga" ou terapia, como o relato difícil da mãe 01: *"Foi uma fase bem difícil, né? Então, acho que por isso que eu disse que ela resgatou a família aqui, sabe? Ela assimilou a dificuldade com a estrutura que nos mandou aqui. As amigas, as gurias do vôlei pra ela é a família dela. Sim. Ela, basicamente, encontrou a família que ela estava perdendo."* Seu relato continua com: *"E outra, ela se sentiu, por algum momento, excluída. E aí, conversava com o treinador. E aí, se aproximou muito do vôlei. E hoje é uma referência como família para ela, o vôlei. E ela já tem um convívio... É familiar"*. O relato da mãe 04 traz que: *"O vôlei é uma fuga pra ela que ela se sente bem. Entendeu? Se eu disser pra ela não ir, ela fica depressiva."*

A partir dessa prioridade pelo Voleibol, as mães relataram que as atletas se tornaram mais centradas, responsáveis, disciplinadas e esforçadas, como cita a mãe 03: *"Eu acho que a V. está mais centrada. Mais responsável. O que ela tem pra fazer em relação ao colégio e ao vôlei, o que ela precisa fazer, ela faz. Eu acho que o vôlei, em si, tem que ter uma disciplina. E elas acabam trazendo isso para a vida"*.

Já a mãe 02 retrata: *“A gente sempre cobrou muito o senso de responsabilidade dela. Como o técnico sempre nos disse que eles cobravam a disciplina, a gente sempre deixou a responsabilidade dela das roupas dela, com os tênis dela, com a mochila dela, do dia que ela tinha treino, que ela tinha que trazer a roupa que ela tinha, que ela vinha pra escola, mas ela tinha que vir trazer a roupa de treino que ela não podia usar na escola, que ela tinha que trocar antes de vir pro jogo. Então, assim, ela tem sim um desenvolvimento e um senso de responsabilidade e de organização que ela traz muito daqui”*. Segundo Marques et al. (2000), o esporte assumiu na sociedade, certa responsabilidade frente à promoção de processos de desenvolvimento moral de crianças e jovens, além da promoção de um estilo de vida ativo prevalente na idade adulta. Neste sentido, existe certa expectativa, frente aos processos de formação esportiva, para que contribuam com o desenvolvimento de sujeitos que, se não se mostrarem aptos a atuar no alto rendimento, ainda assim gostem da prática e insiram a mesma em seu cotidiano. Já Rother e Rempe (2016), reforçam os benefícios trazidos para a saúde e para as relações sociais e acrescentam ainda a melhora da consciência crítica e preparação do cidadão para o futuro. Os autores acreditam na potencialidade do esporte como ferramenta de inclusão social, de coesão e favorecedor da convivência intergrupos, atuando na diminuição da violência e da desordem social.

Portanto, apesar dos inúmeros desafios enfrentados pelas atletas, como frustrações durante as transições de categoria, carga intensa de treinos e conciliação com estudos e trabalho, o envolvimento com o Voleibol contribui significativamente para seu desenvolvimento pessoal e social. Os relatos das mães evidenciam a transformação das meninas em pessoas mais centradas, disciplinadas, responsáveis e organizadas, além de destacar o papel do esporte como espaço de pertencimento, apoio emocional e estrutura familiar simbólica. O Voleibol, portanto, transcende o aspecto competitivo e técnico, assumindo um papel formativo essencial na construção da identidade e na preparação para a vida adulta.

4. CONCLUSÃO

A presente pesquisa teve como objetivo geral analisar a importância do Voleibol no desenvolvimento de adolescentes, a partir da percepção de pais ou

responsáveis. Por meio das entrevistas realizadas, constatou-se que a prática dessa modalidade esportiva exerce influência significativa na formação integral dos jovens, abrangendo não apenas aspectos físicos, mas também sociais, familiares e pessoais.

Em relação aos objetivos específicos, as respostas dos participantes revelaram mudanças comportamentais relevantes entre adolescentes praticantes do Voleibol, tais como às atitudes pessoais, indícios de elevação da autoestima, maior disciplina, perseverança e desenvolvimento do controle emocional. No âmbito social, observaram-se melhorias nas habilidades de convivência, cooperação, respeito às regras e integração em grupos. No contexto familiar, foram relatados avanços na comunicação, no comprometimento com as responsabilidades domésticas e no fortalecimento dos vínculos afetivos. Com relação ao âmbito físico, revelaram algumas dificuldades a partir do movimento repetitivo que levaram à busca por ajuda de profissionais da musculação e quiropraxistas para poder seguir o comprometimento com a modalidade.

Dessa forma, conclui-se que o Voleibol se configura como uma ferramenta eficaz no processo de desenvolvimento das adolescentes. A percepção dos pais e responsáveis entrevistados reforça a relevância da prática esportiva como meio de formação de valores. Tais achados indicam a importância da inserção de práticas regulares do esporte entre os jovens.

Algumas limitações encontradas foram a realização do estudo em apenas uma equipe de Voleibol, uma amostra somente com quatro mães e com o público somente de categoria feminina.

Por fim, algumas sugestões de continuidade são pertinentes, como: ampliar o número de amostra, buscar outras equipes, categorias e naipes diferentes, aplicar em outros clubes ou associação e também propor um estudo quantitativo no futuro.

5. REFERÊNCIAS

BARROSO, M. **Validação do Participation Motivation Questionnaire adaptado para determinar motivos de prática esportiva de adultos jovens brasileiros.** 2007. 130f. Dissertação (Mestrado em Ciência do Movimento Humano) - Centro de Ciências da Saúde e do Esporte, Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.

BATISTA, Eraldo Carlos. MATOS, Luís Alberto Lourenço. NASCIMENTO, Alessandra Bertasi. **A entrevista como técnica de investigação na pesquisa qualitativa**. Revista Interdisciplinar Científica Aplicada, Blumenau, v.11, n.3, p.23-38, TRI III 2017. ISSN 1980-7031

BENETTI, Gisele; SCHNEIDER, Patrícia; MEYER, Flávia. **Os benefícios do esporte e a importância da treinabilidade da força muscular de pré-púberes atletas de voleibol**. Revista Brasileira Cineantropom. Desempenho. Hum, Porto Alegre - Rs, v. 2, n. 7, p. 87-93, ago. 2005.

CABRAL, C. S., GUIMARÃES, J. S., TEIXEIRA, A., GENEROSO, N. K., FRANÇA JUNIOR, I., & BORGES, A. L. V. (2023). **“A gente quer abraçar o amigo”**: a pandemia de covid-19 entre adolescentes de baixa renda. *Revista de Saude Publica*, 57(1), 1-10. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2023057004778>. Acesso em: 15 de Maio. 2025.

CAMPOS, Livia Tavares Da Silva; VIGÁRIO Patrícia Dos Santos, LÜRDOF, Sílvia Maria Agatti. **Fatores motivacionais de jovens atletas de vôlei**. Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Florianópolis, v. 33, n. 2, p. 303-317, abr./jun 2011.

GABARRA, Letícia Macedo; RUBIO, Kátia; ANGELO, Luciana Ferreira. **Psicología Del Deporte Y Formación De Triunfadores**. Pepsic Periódicos de Psicología, México, v. 1, n. 18, p. 05-05, nov. 2009.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008. 246, 1997. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2017.08.008>. Acesso em: 20 de Maio, 2025.

LAVOURA, Tiago Nicola; ZANETTI, Marcelo Callegari; MACHADO, Afonso Antonio. **Os estados emocionais e a importância do treinamento psicológico no esporte**. Motriz Revista, Rio Claro, v. 14, n. 2, p. 115-123, jun. 2008.

LIMA, Bruno Iosephe Roberto Dos Santos. **Efeitos da fisioterapia preventiva em atletas: uma revisão bibliográfica** / Bruno Iosephe Roberto Dos Santos Lima. - João Pessoa, 2018. 30 f. : il.

MALTA M, Nascimento LF. **Prevenção no vôlei é um caminho para o alto nível**. Revista Vôlei Técnico 1995;21-26.

MARQUES AA. Desporto e futuro: o futuro do desporto. In: Garganta J, editor. **Horizontes e órbitas nos treinos dos jogos desportivos**. Porto: Universidade do Porto; 2000. p.7-20.

OLIVEIRA, Daniela Emilena Santiago Dias de; SUZUKI, Amanda Caroline; PAVINATO, Graziela Aparecida; SANTOS, João Vitor Luiz dos. **A importância da família para o desenvolvimento infantil e para o desenvolvimento da aprendizagem: um estudo teórico**. *Intr@Ciencia*, Guarujá, p. 4-5, jun. 2020.

PONTES, Luciana; PESSOA, Alex. **Repercussões da pandemia covid-19 no desenvolvimento de adolescentes de escolas públicas: contributos da teoria bioecológica.** R, São Carlos, Sp, v. 1, n. 1, p. 05-05, 29 jul. 2024. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/scielopreprints.9510>. Acesso em: 28 de Abril, 2025.

PRATTA, E. M. M. & SANTOS, M. A. **Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros.** Psicologia em Estudo, v. 12, n. 2, p. 247-256, maio/ago. 2007.

RIBEIRO, A. C., Ianzer, F. R. M., SIQUEIRA, F. D., NEVES, E. T., SOUZA, N. S., BARRETO, C.M., SENHEM, G.D., & Bugs, C. V. M. (2023). **Vulnerability in adolescents' daily life during the COVID-19 pandemic.** Rev Esc Enferm USP, 57(1). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2023-0100en>. Acesso em: 02 de Jun. 2025.

RODRIGUES, Cicera Sineide Dantas. **Tessituras da racionalidade pedagógica na docência universitária: narrativas de professores formadores.** Tese (Doutorado em Educação). 259f. Universidade Estadual do Ceará, 2016. Fortaleza, 2016.

ROJAS, M. C. (2010). **Desamparo y desmentida en la familia actual: intervenciones del analista.** Vínculo 7, (2), 2-7. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/vinculo/v7n2/n2a03.pdf>. Acesso em: 15 de Maio, 2025.

ROSCHEL, Hamilton; TRICOLI, Valmor; UGRINOWITSCH, Carlos. **Treinamento físico: considerações práticas e científicas.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, [S.L.], v. 25, n. , p. 53-65, dez. 2011. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s1807-55092011000500007>. Acesso em: 15 de Maio, 2025.

ROTHER, Me. Rodrigo Lara; REMPE, Dr. Claudete. **Voleibol, treinamento e qualidade devida de jovens atletas: reflexões teóricas.** Efdeportes.Com, Revista Digital. Buenos Aires, Lageado, n. 216, p. 01-06, maio 2016.

ROUQUAYROL, M.Z; FILHO, N.A. **Epidemiologia e saúde.** 5 ed. Rio de Janeiro: MEDSI, 1999.

SANCHES, Simone Meyer; RUBIO, Kátia. **A prática esportiva como ferramenta educacional: trabalhando valores e a resiliência.** Educação e Pesquisa, [S.L.], v. 37, n. 4, p. 825-841, dez. 2011. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s1517-97022011000400010>. Acesso em: 22 de Maio, 2025.

SARVAN, S., & MUSLU, L. (2022). **In the eyes of adolescents, is the pandemic an obstacle or a gain? A qualitative study based on the ecological theory.** Journal of Pediatric Nursing, 66(1), 15-22. Disponível em:

<https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.05.012>. Acesso em: 12 de Maio, 2025.

SOUZA, J. B. de, Brum, C. N. de, POTRICH, T., ZUGE, S. S., LAGO, A. L., & VITALLE, M. S. de S. (2022). **Repercussões da covid-19 para a saúde de adolescentes**. Revista De Enfermagem Do Centro-Oeste Mineiro, 12(1), e4456, 1-8. Disponível em <https://doi.org/10.19175/recom.v12i0.4456>. Acesso em: 05 de Maio, 2025.

SOUZA, Thiago Mattos Frota de; ASSUMPÇÃO, Claudio de Oliveira; ZABAGLIA, Ramon; GARCIA, Marcela. **A importância do voleibol enquanto lúdico e modalidade desportiva dentro da educação física escolar**. Anhanguera Educacional Ltda., [s. /], v. 4, n. 7, p. 115-124, maio 2010.

TRIVIÑOS, A. N. da S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 2008.

VOSER, Rogerio da Cunha. **Iniciação ao Futsal**. 2 ed, Canoas: ULBRA, 1999. p.24.

APÊNDICE I - PAUTA DE ENTREVISTA

- 1) Há quanto tempo sua filha pratica voleibol? E aqui nesta associação?
- 2) Por que ela resolveu jogar Voleibol?
- 3) Como foi o início dela no voleibol? Ela já sabia jogar?

16

4) E como foi esta adaptação ao time, as colegas e ao treinador? 5) Agora, vou lhe perguntar algumas coisas sobre ela antes e depois de jogar voleibol. Por exemplo: você percebeu alguma mudança comportamental dela no ambiente familiar? Por exemplo, na realização de tarefas de casa que são solicitadas para ela, no relacionamento com irmãos, na forma de responder aos pais....

6) E com relação à sociedade, agora estamos falando de escola e círculo de amizades: ela demonstrou mudança no desempenho escolar? Ela demonstra maior ou menor vontade de ir à escola, participação nos eventos da escola, notas.....Estuda mais em casa também?

7) E com relação a atitudes pessoais, como ela era e como ela é hoje em termos de timidez, voluntariedade, respeito aos outros e a si mesma, autoestima.....

8) E com relação a questões mais emocionais como ansiedade, medo, raiva,

frustrações, como ela lida com estes aspectos, a partir do Voleibol? 9) Há algo mais sobre ela que você gostaria de falar, que esteja relacionado ao Voleibol na vida dela?