
Estresse laboral e síndrome de *Burnout*: percepção dos treinadores do Novo Basquete Brasil (NBB)

*Cleiton Pereira Reis,
Daniel Alvarez Pires,
Fernando de Azevedo Alves Pereira,
Juan Carlos Pérez Morales*

Resumo

O estudo tem como objetivo identificar os fatores que podem causar o estresse laboral e a síndrome de *burnout*, bem como suas manifestações e seus efeitos, em treinadores de basquetebol de alto rendimento. Doze treinadores da principal liga profissional de basquetebol masculino do Brasil participaram de entrevista semiestruturada. Os dados foram analisados a partir da elaboração de miniunidades (MUs). Os resultados apresentaram 288 MUs associadas às seguintes categorias: i) fatores associados ao estresse (divididos em: fatores organizacionais, fatores de desempenho e fatores da rotina do treinador) (208 MUs); e ii) fatores geradores de *burnout* (80 MUs). Em relação à síndrome de *burnout*, foram observados sintomas das dimensões exaustão física e emocional e desvalorização esportiva, enquanto que a dimensão reduzido senso de realização esportiva não foi manifestada. A adoção de estratégias de recuperação física, mental e social, associadas às estratégias de *coping* são medidas importantes para a redução e controle do estresse e, conseqüentemente, do *burnout*.

Palavras-chave: Basquetebol, Burnout, Estresse, Treinador.

Workplace stress and *Burnout* syndrome: perception of coaches of Novo Basquete Brasil (NBB)

Cleiton Pereira Reis, Daniel Alvarez Pires, Fernando de Azevedo Alves Pereira, Juan Carlos Pérez Morales

Abstract

The study aims to identify the factors that can cause workplace stress and *burnout* syndrome, as well as their manifestations and their effects, in high-performance basketball coaches. Twelve coaches from the main professional male basketball league in Brazil participated in a semi-structured interview. The data were analyzed from the development of meaning units (MUs). The results showed 288 MUs associated with the following categories: i) factors associated with stress (divided into: organizational factors, performance factors and factors of the coach's routine) (208 MUs) and ii) factors that generate burnout (80 MUs). Regarding the burnout syndrome, symptoms of the dimensions physical and emotional exhaustion and sports devaluation were observed, while the dimension reduced sense of sports achievement was not manifested. The adoption of physical, mental and social recovery strategies, associated with *coping* strategies are important measures to reduce and control stress and, consequently, *burnout*.

Keywords: Basketball, Burnout, Stress, Coach.

Estrés laboral y síndrome de Burnout: percepción de los entrenadores del Novo Basquete Brasil (NBB)

Cleiton Pereira Reis, Daniel Alvarez Pires, Fernando de Azevedo Alves Pereira, Juan Carlos Pérez Morales

Resumen

El estudio tiene como objetivo identificar los factores que pueden causar estrés laboral y síndrome de burnout, así como sus manifestaciones y sus efectos, en los entrenadores de baloncesto de alto rendimiento. Doce entrenadores de la principal liga profesional de baloncesto masculino en Brasil participaron en una entrevista semiestructurada. Los datos se analizaron a partir de la construcción de mini unidades (MUs). Los resultados mostraron 288 MUs asociadas con las siguientes categorías: i) factores asociados con el estrés (divididos en: factores organizacionales, factores de desempeño y factores de la rutina del entrenador) (208 MU); y ii) factores que generan burnout (80 MU). Con respecto al síndrome de burnout, se observaron síntomas de las dimensiones agotamiento físico y emocional y devaluación deportiva, mientras que la dimensión sentido reducido de logro deportivo no se manifestó. La adopción de estrategias de recuperación física, mental y social, asociadas con estrategias de coping son medidas importantes para reducir y controlar el estrés y, en consecuencia, el burnout.

Palabras-clave: Baloncesto, Burnout, Estrés, Entrenador.

Introdução

No contexto esportivo, espera-se que o treinador possua recursos adequados no ambiente de trabalho, para que ele se desenvolva e também consiga estimular o desenvolvimento de seus atletas (Nash & Sproule, 2009; Reis, Ferreira, Bicalho, Moraes, & Costa, 2016). Entretanto, a rotina de trabalho do treinador é permeada de demandas estressantes. No caso dos esportes coletivos em geral, e do basquetebol em particular, tarefas como a montagem de equipes, planejamento e execução de treinamentos, resolução de conflitos de relacionamentos entre os membros da equipe, necessidade de tomadas de decisões rápidas durante a partida, pressão e expectativas por resultados são alguns exemplos de fontes de estresse com as quais os treinadores precisam lidar (Olusoga, Butt, Maynard, & Hays, 2010). Além dos fatores de estresse relacionados ao desempenho esportivo, o treinador também enfrenta os fatores de estresse organizacional, tais como as frequentes viagens, o excesso de competições, a relação com dirigentes, imprensa e torcida, a busca por patrocínios e a cobrança por melhores condições de trabalho (Fletcher & Scott, 2010; Schaffran; Altfeld & Kellmann, 2016).

Quando esse contexto estressante é vivenciado cronicamente, somado às possíveis dificuldades de adoção de estratégias de enfrentamento do estresse (conhecidas como *coping*), o treinador pode ficar suscetível à síndrome de *burnout* (Olusoga, Bentzen, & Kenttä, 2019; Schaffran et al., 2016). No ambiente esportivo, a síndrome de *burnout* é caracterizada por uma reação ao estresse crônico (Lundkvist, Gustafsson, Hjälml, & Hassmén, 2012). Trata-se de uma resposta psicofisiológica de esgotamento exibida como resultado de esforços frequentes, às vezes extremos e geralmente ineficazes que visam satisfazer as demandas excessivas de treinamento e competição (Weinberg & Gould, 2017). O modelo teórico mais abordado na comunidade científica apresenta o *burnout* fundamentado em três dimensões: exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva, e desvalorização esportiva (Gustafsson, Defreese, & Madigan, 2017).

Apesar do *burnout* ser mais investigado entre os atletas, estudos recentes registraram a percepção da síndrome entre os treinadores (Hassmén, Kenttä, Hjälml, Lundkvist, & Gustafsson, 2019; Olusoga et al., 2019). Treinadores acometidos pelo *burnout* podem apresentar como consequências nas vertentes física (cardiopatias), comportamental (sentimentos de depressão e isolamento social) e cognitiva (avaliação negativa da carreira esportiva, desejo de abandono do esporte) (Goodger, Gorely, Lavallee, & Harwood, 2007).

Devido à caracterização do *burnout* como uma reação ao estresse crônico, a abordagem qualitativa pode ser mais adequada para descrever o processo de desenvolvimento do estresse e *burnout* em profissionais do esporte (McNeill, Durand-Bush, & Lemyre, 2016). Entretanto, estudos qualitativos envolvendo treinadores brasileiros de alto nível ainda são incipientes. Santiago, Pires, Samulski, & Costa (2016) observaram evidências de todas as dimensões de *burnout* em treinadores da superliga masculina de voleibol. Os autores também verificaram que poucas medidas profiláticas de recuperação e enfrentamento do estresse foram relatadas pelos treinadores. Esses dados abrem uma lacuna na literatura a respeito dos possíveis impactos da síndrome de *burnout* na saúde mental e no

desempenho esportivo de treinadores, principalmente em equipes profissionais.

Assim como acontece no voleibol, outra modalidade coletiva que apresenta liga profissional de alto nível no Brasil é o basquetebol. O Novo Basquete Brasil (NBB) é considerado o principal campeonato de equipes profissionais do basquetebol masculino brasileiro. Durante a disputa desse campeonato, devido ao alto grau de competitividade inerente à competição, os treinadores estão sujeitos a diversas fontes de estresse que podem gerar sintomas de *burnout*. Esse contexto é reforçado pelo estudo de Karabatsos, Malousaris e Apostolidis (2006), que apontam alguns fatores determinantes para a percepção mais elevada de *burnout* pelos treinadores de modalidades coletivas: maior apelo financeiro das modalidades e maior número de atletas (com diferentes antecedentes culturais e educacionais) para lidar, resultando em maior número de relações conflituosas para administrar.

Portanto, considera-se necessário estudar a população de treinadores de basquetebol de equipes da elite nacional. De acordo com investigações prévias, tais profissionais estão mais susceptíveis aos sintomas de *burnout* por se submeterem constantemente ao ambiente de competições de alto nível e estarem expostos à cobrança excessiva, em comparação aos seus pares menos qualificados (Hjälrm, Kenttä, Hassmén, & Gustafsson, 2007; Lundkvist et al., 2012).

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo identificar os fatores que podem causar o estresse laboral e a síndrome de *burnout*, bem como suas manifestações e seus efeitos, em treinadores de basquetebol de alto rendimento.

Métodos

Amostra

Foram convidados a participar todos os treinadores das 14 equipes de basquetebol profissional que participaram da temporada 2018-2019 do Novo Basquete Brasil (NBB). Apenas dois treinadores não participaram do estudo, sendo que 12 deles aceitaram o convite (taxa de resposta de 85,71%). Os participantes são do sexo masculino, todos ex-atletas de basquetebol, com média de idade de 46,94±8,06 anos. Nove treinadores, no momento da coleta de dados, trabalhavam em equipes sediadas na região sudeste do Brasil, um na região sul do Brasil, um na região centro oeste e um na região nordeste. Estes profissionais fazem parte de um grupo de elite dos treinadores de basquetebol no Brasil por trabalharem nas principais equipes profissionais do esporte (LNB, 2020).

Instrumentos

O presente estudo apresenta uma abordagem qualitativa (Gratton & Jones, 2010; Patton, 2015). Nesse sentido, ao se privilegiar a fala dos indivíduos, atinge-se um nível de entendimento que se torna acessível por meio de discursos, sendo apropriado para investigação cujo objetivo é conhecer como um grupo de pessoas percebe um determinado contexto social (Fraser & Gondim, 2004). Estudos qualitativos, sobremaneira,

transformam os entrevistados de um estudo em protagonistas dos achados (Patrick & Corte, 2019; Goellner, Reppold Filho, Mazo, Stigger & Molina, 2010; Smith & Sparks, 2016). Este tipo de abordagem se caracteriza pela compreensão das realidades múltiplas que determinam o desenvolvimento dos indivíduos (Gratton & Jones, 2010) e pelo conhecimento holístico a respeito do contexto a ser estudado (Gray, 2012).

Como instrumento de investigação qualitativa, utilizou-se um roteiro de entrevista semiestruturada (Patrick & Corte, 2019; Patton, 2015; Taylor, Bogdan & DeVault, 2015) apresentando questões referentes ao estresse laboral ligados à pessoa, ao ambiente e à tarefa (Nitsch, 2009). Na última parte, as perguntas eram mais direcionadas aos sintomas específicos da síndrome de *burnout* (Santiago et al., 2016). O conteúdo do roteiro foi validado por doutores em Psicologia do Esporte com experiência na produção científica da variável *burnout* (Côté; Ericsson & Law, 2005). Outros estudos também utilizaram entrevistas para investigar sintomas de estresse ou *burnout* em treinadores (Olusoga et al., 2010; Olusoga & Kenttä, 2017; Santiago et al., 2016).

Cinco doutores, especialistas nas áreas de Psicologia do Esporte, sendo que dois deles com experiência na modalidade basquetebol, foram responsáveis pela criação do roteiro das entrevistas e trabalham como peritos no atual estudo. Baseou-se o conteúdo de tal roteiro de entrevista na literatura sobre estresse e *burnout* em treinadores esportivos (Raedeke, 1997; Hjälm et al, 2007; Santiago et al., 2016; Santos & Costa, 2018).

Procedimentos

Os treinadores foram abordados por telefone ou pessoalmente, sendo eles informados sobre os objetivos e procedimentos do estudo. Mediante o aceite em participar da pesquisa, foram agendadas as entrevistas, realizadas em sua maioria no saguão de hotéis ou no próprio clube. Quatro treinadores fizeram a entrevista via internet. As entrevistas aconteceram entre os meses de novembro de 2018 e maio de 2019.

As entrevistas foram transcritas literalmente e enviadas aos treinadores para a conferência da veracidade dos dados (Patton, 2015; Taylor et al., 2015). Os treinadores assinaram uma carta aprovando o uso dos conteúdos das entrevistas. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Pará (certificado 98384818.6.0000.0018).

Análise de Dados

Após a aprovação do conteúdo das entrevistas pelos treinadores, separou-se o conteúdo transcrito em pequenos, ou miniunidades, denominados também como unidades de significado (MUs). Elas são consideradas as menores partes compreensíveis de um texto que expressam uma ideia ou informação (Engel & Schutt, 2011; Tesch, 1990).

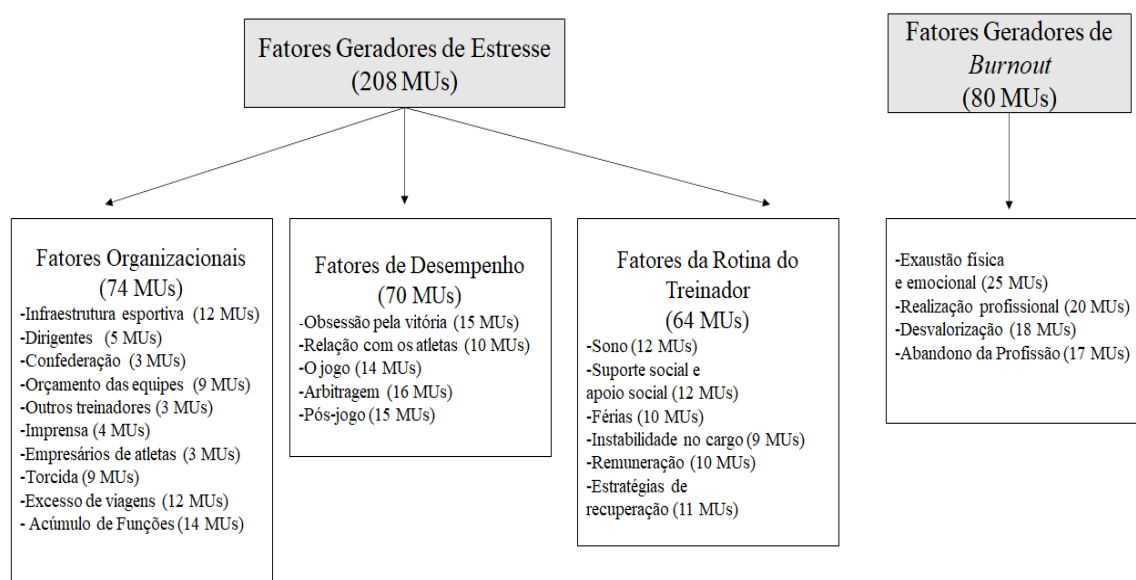
Identificou-se neste estudo 887 MUs, e selecionou-se, entretanto, apenas 288 MUs que apresentavam uma ideia clara e tinham uma relação direta com o objetivo do estudo. Depois desse processo, enviou-se as 288

MUs para os peritos (Côté, Trudel, Baria & Russel, 1993; Côté et al., 2005). Tais profissionais, em um primeiro momento, criaram categorias e subcategorias de acordo com o conteúdo das MUs, para uma concordância entre os peritos mínima de 80%, mesmo em caso de impasse. Depois disso os peritos categorizaram e subcategorizaram as MUs de acordo com as similaridades identificadas (Patton, 2015). Para que uma MU fosse classificada em uma determinada categoria ou subcategoria foi necessário, mesmo depois de algum tipo de impasse, que 4 dos 5 peritos concordassem com a classificação.

Resultados

As MUs foram classificadas de acordo com a similaridade de seus conteúdos (Côté et al., 1993; Côté et al., 2005; Patton, 2015). A Figura 1 apresenta o resultado e a classificação categórica destas análises.

Figura 1. Classificação das MUs



São apresentados a seguir os resultados referentes à percepção dos treinadores sobre o estresse laboral e a síndrome de *burnout* conforme a classificação das MUs. Para a identificação dos entrevistados, cada MU foi descrita com a letra T (treinador) e um número de 1 a 12

Estrutura Geral

Os treinadores, principalmente das equipes com menor orçamento, elencaram algumas situações na estrutura do basquetebol brasileiro que são fontes de estresse, como falta de local adequado para o treinamento, equipe multidisciplinar inadequada e falta de verba.

Não tem ginásio adequado, nem infraestrutura suficiente, então, você não tem quadra de treinamento que tem um espaço físico adequado com seis tabelas, ...e elevar o treinamento técnico, trabalho de fundamento, essas coisas a gente não tem, não

existe... coloca-se o teu atleta em risco em piso não adequado... (T4)

... a gente não viaja com doze atletas, não viaja, não se tem grana, a gente não viaja com preparador físico não tem grana... "ah treinador, mas o preparador físico, beleza, tudo, tu pode deixar" ...mas o preparador físico ajuda no alongamento que eles gostam...tem situações que a nós não viajamos com a equipe completa... um psicólogo do esporte também a gente não tem. (T6)

Sobre a organização do basquetebol brasileiro um dos treinadores comenta sobre a relação com os dirigentes do esporte, que nem sempre é amistosa, e também da necessidade de uma formação mais específica dos dirigentes.

Têm pessoas que fazem trapaça, dão presente para os dirigentes, para juizes, para gente da confederação das ligas ... quando descobri que era assim que se tratava o esporte, eu saí dessa, eu nunca me contaminei, eu sempre fui uma pessoa correta... meus pais sempre me educaram na base da honestidade. (T1)

Acho que por uma falta de visão dos dirigentes a médio prazo, a longo prazo, ninguém se preocupa muito com formação, com o desempenho de um trabalho a médio e longo prazo, criar uma identidade, eles querem o imediatismo total... um curso de gestão esportiva, quem sabe poderia ajudar. (T4)

Outro treinador comenta sobre o papel da CBB (Confederação Brasileira de Basketball), principal entidade organizadora da modalidade no Brasil.

Eu vejo o que acaba estressando né, é a desorganização hoje da CBB, ela a entidade máxima do nosso esporte... não acompanhou o crescimento da Liga... e hoje ela continua com algumas brigas que não vai levar o basquete a nada... (T3)

Sobre os orçamentos das equipes, os treinadores, principalmente de equipes mais modestas e de centros menores colocaram, como um problema, o dinheiro diminuto que eles têm à disposição para trabalhar.

... se treina a equipe esse ano com um orçamento muito pequeno em comparação às equipes com maior investimento, o orçamento esse ano é muito pequeno e tal, e aí esse ano faz o que dá... se a coisa se desenvolver, nós conseguirmos um parceiro para contratar os melhores jogadores, daí se tem todas as condições de se fazer um time campeão...(T1)

Como te falei, lá na época do patrocinador antigo, uma equipe que tem 5 milhões para jogar a NBB, sendo de São Paulo, ele vai fazer um timaço, 5 milhões para jogar no Nordeste, já não é um timaço, até porque muita grana para viajar, para traslado, para comida, para isso, para aquilo... Complicado isso, ficamos isolados geograficamente. (T6)

Um dos treinadores também comenta sobre a dificuldade de encontrar e manter patrocinadores.

Lógico que a falta de planejamento né? Por exemplo, patrocinadores, todo ano você entra nessa fase (intertemporada) esperando renovações de patrocínio, não é nem a sua renovação e falta de verba, e política econômica do governo do país entendeu?... às vezes você tem ótimos resultados e ainda não conseguiu fechar o orçamento, então, não se pode planejar. Eu estou com a minha equipe na quarta temporada, nenhuma temporada eu consegui aproveitar o trabalho da temporada anterior em função de não ter o patrocinador definido... (T11)

Três treinadores comentaram que a relação com os treinadores de outras equipes pode ser também um fator de estresse.

Em várias situações técnicos tentarem pegar o meu emprego por trás... durante um jogo um determinado treinador ficou apontando para o juiz "olha, o treinador tá entrando na quadra", essas coisas, então é, hoje parece que tá vindo uma safra um pouquinho melhor de profissionais, mas ainda precisamos de criar uma cultura totalmente diferente... (T1)

Às vezes acontece sim, às vezes acontece né? Acho que ali no momento do jogo, né? Entre as equipes e treinadores sempre ficam em um nível máximo de estresse, e às vezes acontece uma discussão ou outra, né. (T9)

Cinco treinadores reclamaram que os jornalistas que cobrem o NBB entendem pouco de basquetebol, e fornecem informações rasas aos expectadores, além de serem poucos profissionais e alguns casos.

Jornalistas tem alguns maldosos, né? ... e eu às vezes quero responder exatamente aquela pergunta que o cara fez, e as vezes eu faço errado. Não posso responder isso, eu tenho que dar uma justificativa... Eu vejo uns caras fazendo muito bem isso, então. Eu falo assim, é um aprendizado para mim porque o cara, o cara quer te cutucar, e você pode ensaiar e ele não falar nada, o cara não vai nem te questionar mais, mas se você enfrentar, pode te deixar em contradição. Então com alguns jornalistas você acaba te estressando. (T7)

Eu vejo que a imprensa é muito pouco especializada né. Então, a maneira que eles avaliam, a maneira que eles divulgam, chega muito superficial na minha opinião falando sobre basquete... é muito voltado ao resultado, muito voltado a apresentar o resultado, então o que o projeto significa, qual é realmente o objetivo do projeto, então assim eu dei muito pouco entrevistas... (T2)

Um dos treinadores comenta que os empresários dos atletas muitas vezes atrapalham a rotina de treinamento, já que são próximos ao atleta.

... temos empresário que quando acaba o jogo ele já vai pegar a estatística e dar para o jogador dele, isso acontece, nós temos empresários assim. Eu procuro não ter muito contato com eles, eu faço a lista e passo para o meu diretor...(T3)

Em geral, os treinadores citaram que já tiveram problemas pontuais com os torcedores. Em alguns ginásios, os torcedores ficam muito perto do banco de reservas e dos treinadores. As torcidas de equipes que representam instituições que possuem equipes de futebol geralmente são mais exaltadas.

Houve uma situação que eu pedi para um segurança colocar um torcedor da equipe adversária para fora, por que estava muito pessoal o grito, diretamente comigo, né... uma coisa é uma situação na torcida, na arquibancada, outra é uma situação que acontece no seu lado, pessoal, muito próximo de você. Isso pode causar também uma reação em relação a isso. (T5)

...a torcida, querendo ou não, é uma torcida nova no basquete né, então eles têm algumas exigências diferentes do que já estão acostumados,... quando tem um jogo contra uma equipe rival do futebol, um jogo duro, perdemos e a torcida ficou brava, o diretor ficou bravo e por falta de entendimento, aí tem que explicar que tal time tem três vezes, quatro vezes a mais o nosso orçamento. (T12)

Outro treinador, porém, enaltece o papel dos torcedores:

Sim sem dúvida alguma, a gente em todo lugar que foi jogar, tanto em casa quanto fora a gente sempre tem a nossa torcida ali... então sobre o clube, o torcedor é fanático né pela sua camisa então não importa se é vôlei, se é basquete, se é futebol, eles estão sempre apoiando. (T12)

Sobre o calendário de competições e as viagens, os treinadores ressaltam que tais fatores geralmente são fontes de estresse.

É ruim o calendário, é ruim porque primeiro a gente não consegue esse tempo definido de férias... Além de três, às vezes quatro competições na sequência. Às vezes a gente tá disputando o Campeonato Paulista, Liga Sul-Americana, NBB e Liga das Américas. Então são quatro campeonatos cara, que você não descansa. E agora criaram esse Super 8 (campeonato de basquetebol) ... Jogo no final do ano, no natal... (T7)

Há jogos que a gente sabe que a logística vai ser ruim ... uma viagem um pouco mais longa... você vai para Bauru, tem que se pegar um voo para São Paulo, e muitas vezes você tem mais umas 4 horas, 5 horas de estrada ainda... Então se você volta no outro dia de manhã, mesma rotina, ou até mesmo pegar um voo de madrugada ... nós tivemos também alguns momentos de muitos jogos em sequência e outros momentos nós ficamos 25 dias sem jogar...(T5)

Um treinador resalta que frequentemente a equipe é penalizada por ter um bom desempenho, pois acaba por disputar dois campeonatos ao mesmo tempo, com uma logística complicada para conciliar jogos do NBB com viagens internacionais

É complicado por que às vezes você passa muito tempo fora de casa, em viagem, muitos jogos e viagens longas ao fim do mês né, aqui também tem essa dificuldade, o país é grande mas não

tem para onde fugir, a gente agora vai participar da liga sul-americana e espero que a gente consiga chegar até a fase final ... então são viagens longas, a equipe tem que estar bem organizada, bem estruturada... (T12)

O treinador é o principal responsável pela equipe. Contudo, invariavelmente esse profissional exerce funções a parte, o que atrapalha o exercício laboral desses indivíduos, gerando possíveis consequências negativas para o rendimento das equipes.

A maioria dos times não têm uma estrutura de comissão técnica, para divisão dos trabalhos. A gente acaba absorvendo mais de uma função. Você acaba fazendo tudo, durante o dia a gente acaba desviando a atenção do time para se preocupar com outras coisas que poderiam ser feitas por um diretor etc... Às vezes precisava focar em algo da equipe, mas isso me atrapalha. (T2)

Um dia que um diretor me ligou uma hora da manhã para comentar sobre problemas da equipe... Então assim, muitas vezes eu coloco limites nisso, eu desligo o telefone a noite..., a gente faz muita coisa que não tem nada a ver, ou você faz ou não vai ser feito... em relação à estrutura, tive que providenciar no começo do trabalho: material de treino, o que o jogador precisa, o que o jogador não precisa, e na hora do treino o que precisa estar pronto... logística de treinamento antes de viagem... então acho que é o papel extra do treinador hoje é montar a estrutura, depois delegar e supervisionar. (T4)

Fatores de Desempenho

Os treinadores ressaltam uma pressão interna por vitórias, com a qual frequentemente possuem dificuldade para lidar. Além disso, relatam a pressão por conta dos dirigentes e de elementos externos.

... a gente acaba não conseguindo se desligar do trabalho ... isso acontece comigo, dificilmente eu me desligo, quando eu me desligo eu já me cobro que eu poderia estar fazendo alguma coisa em relação ao planejamento, como ganhar o próximo jogo...(T2)

A pressão é total em cima do treinador, não existe divisão da derrota né... por exemplo, nós, se não tiver uma sequência boa, aí complica... a equipe começou a treinar após todo mundo, começamos a treinar praticamente no meio de setembro né, a gente já teve a primeira rodada do NBB dia 13 de outubro. Nós perdemos as primeiras rodadas do campeonato, foram várias derrotas, sendo que dois jogos a gente tinha o jogo na mão para ganhar. Vem cobrança de todos, dirigente, torcida... (T5)

Já um dos treinadores relativiza o valor da vitória e da derrota:

Eu ressignifico toda a situação tanto a vitória como a derrota. Eu tento ressignificar né, eu tenho a derrota e a vitória, tenho o resultado, eu tenho um aprendizado ali. Tento trazer tudo para razão né, onde posso melhorar, o que aconteceu. Tento ignorar as pessoas mais passionais... (T4)

O treinador se relaciona diariamente com seus atletas, e tal relação pode trazer alguns desgastes ao longo do tempo, principalmente quando o atleta não apresenta uma postura profissional.

...porque hoje a maior desculpa do jogador é sempre o técnico que tá errado, não é ele que tá errado, é o técnico... então se ele jogar mal a culpa é do técnico não é dele. Hoje a geração é assim. É uma parte mental que você tem que saber lidar com o jogador... (T7)

Eu acho que o atleta acompanha a geração dele, cada geração a gente percebe que vai mudando... como eu já estou a vinte e dois ano como técnico e vinte e dois como jogador, eu percebo que por exemplo, atualmente a geração z ela é menos comprometida e boazinha, gente boa, legal. Não, não é uma geração focada nisso, os atletas vivem muita coisa ao mesmo tempo. Os jogadores mais antigos, independentes se são estrangeiros ou brasileiros, são mais responsáveis, são mais comprometidos, são mais parceiros do time. É um retrato não só do jogador de basquete, mas de uma geração. (T11)

O jogo por si só traz uma carga emocional muito grande para o treinador. O treinador fica muito perto da quadra durante os jogos, e pode exercer influência direta sobre o andamento da partida. Nesse sentido, o treinador lida com várias fontes de estresse, que muitas vezes, são inevitáveis.

Pois é, aí depende muito do comportamento deles durante o jogo ...Às vezes eu chego no vestiário e posso quebrar o vestiário, no sentido de fazer com que eles não relaxem. Se a gente tá ganhando de 10, 12 pontos eu posso chegar lá e os cara tão achando que tá tudo bem... então, acaba-se criando um relaxamento para eles, e é perigos isso... (T7)

Assim, para mim o momento de mais estresse é a falta de respeito, falta de profissionalismo, né... Da falta de pensamento no grupo, esse tipo de coisa que mais me estressa. Acho que mais me estressa também são os aspectos treinados todo dia, que acontece de uma maneira no treinamento e no jogo o atleta toma decisões totalmente diferentes, isso me estressa muito! (T9)

Todos os treinadores citaram que, em algum momento, a relação com a arbitragem pode ser um fator importante de estresse durante o jogo. A arbitragem pode modificar totalmente a situação de uma partida. Isso faz com que os treinadores e atletas se sintam pressionados com essa situação.

Por um erro claro da arbitragem perdi um jogo que estava nas nossas mãos. Erro em prol da equipe da casa... Isso afeta os atletas, com certeza os atletas se sentem inseguros... eles já entram na quadra preocupados com uma situação, mais preocupados com a arbitragem do que com o trabalho que tem que fazer... (T10)

Falta de critério, levando as coisas para o lado pessoal, situações pessoais que interferem entre o árbitro e o jogador, árbitro e treinador, mas principalmente a falta de critério. O

árbitro não é profissional, a arbitragem do Brasil não é profissional, a verdade é essa, são uns dos fatores muito discutidos dentro do basquete, mas ainda não foi achada uma solução. (T12)

Porém, um dos treinadores faz uma autocrítica pela classe sobre a relação com a arbitragem.

..., mas muitos dos treinadores ficam mais preocupados com a arbitragem do que com o time deles, digo, é uma forma de ele defender o jogador dele com o árbitro, um álibi ao jogador que tá fazendo bobagem... É como a gente diz: isso é uma 'muleta' para ficar dando desculpas. Agora tem alguns momentos que eles tomam as decisões (árbitros) que complica a gente. (T11)

Treinadores apresentam algumas estratégias para se recuperar depois do jogo. Contudo, onze dos doze treinadores entrevistados descrevem uma dificuldade de se desligar do esporte após o jogo.

Depende muito da situação, depende de onde estamos jogando, se você estiver falando de jogo em casa, possivelmente um jogo a noite, eu saio para jantar e assisto um jogo só... algumas horas depois da partida, então a primeira coisa é ir para casa tomar um banho, jantar, dar uma relaxada, para aí depois pensar no jogo, para pensar no jogo com a cabeça mais fria... mas é difícil desligar totalmente... (T10)

Aí isso acontece muito, acontece que depois dos jogos eu demoro para dormir... tem a adrenalina alta ainda, e isso atrapalha sim... eu acredito que atrapalhe, mais uma vez eu não vou saber quantificar, mas eu acredito que isso atrapalhe sim... Difícil desligar. (T12)

Fatores da Rotina do Treinador

A maior parte dos treinadores relatam que possuem problemas recorrentes com a qualidade do sono, principalmente nos momentos mais decisivos das competições e após os jogos.

É, a adrenalina fica muito alta, e eu não consigo dormir... durmo menos de quatro horas depois de um jogo. O jogo termina às vezes próximo à meia noite, eu não vou dormir antes de quatro horas da manhã. (T1)

Eu demoro para dormir, e outra, posso acordar algumas vezes pensando: 'o jogador vai ter que converter a bola de três'... tem técnico que não dorme, esse que é o problema, tem técnico que não dorme não... eu preciso, eu não sou gente se eu não tiver no mínimo oito horas de sono, acho que a vida deveria começar a partir das dez horas da manhã, mas quem sou eu...(T6)

Os treinadores expuseram que são raros, ou até mesmo nulos, os momentos de vida social, principalmente durante os períodos mais competitivos da temporada.

Ah, não tenho vida social. Eu não consigo, tem algumas pessoas que conseguem dividir a sua vida... eu só tenho vida profissional. Focado no basquete. Nos playoffs então, piora. Anos assim... a gente não consegue ter tempo para os amigos, para família...(T1)

A gente perde muito da vida social né, é esse o custo. O que eu mais sinto falta é da convivência familiar e dos amigos... então a gente acaba ficando fora de muita atividade, isso é importante para qualquer ser humano, e eles acabam entendendo. Mas os amigos acabam se afastando, e quando encontro com eles é em um período muito curto. (T2).

Os treinadores comentam que não conseguem descansar no período de férias nem mesmo desligar das funções. Além disso, eles consideram o período de férias curto.

Ah é difícil né, a minha esposa e meu filho falam: "você até mesmo nas férias, no seu descanso está trabalhando"... estou trabalhando na maioria das vezes né, é bem difícil, a família tem que estar muito ao seu lado, tem que entender muito esse momento, nessa vida que nós levamos... Nossa vida é bem estressante e a família estressa também, a família sofre muito com isso. Se você não tiver um apoio total da sua família você vai ter problemas futuros, é difícil, não é fácil não. (T3)

Pode-se considerar as férias como um período muito curto. O técnico já tem que estar montando o time... oficialmente você fala 'vou pegar minha família e vou para Marte, vou sumir' não tem isso... isso não existe porque tem a montagem da equipe. muitas vezes substituir atletas da temporada passada, mesmo sendo campeão. (T9)

Os treinadores ressaltam que o cargo nas equipes profissionais não é estável. No final da temporada, o risco do desemprego é elevado.

Existe instabilidade do cargo. Por mais que você possa desempenhar um bom trabalho, o resultado sempre fala mais alto, o que coloca em xeque todo um trabalho que foi feito, principalmente no meu caso que defendo uma camisa de futebol, né... o problema normalmente é que às vezes quando você entra na pós temporada você está sem emprego, sem contrato. Aí você vive um estresse mesmo. (T4)

Acho que a estabilidade praticamente não existe né, porque o cargo está relacionado a resultados, está relacionado a outros fatores... a continuidade de um projeto ou não né... então onde não existe mercado de trabalho, são poucos clubes que hoje estão estabilizados, então ficamos sempre preocupados...(T5)

Os treinadores, na sua maioria, reclamaram da remuneração recebida no final do mês. Muitos se sentem desvalorizados em relação a esse aspecto.

Comparando com o meio esportivo brasileiro, até que ganhamos bem... a gente até brinca que se eu fosse um médico e estivesse entre os cinco melhores do Brasil eu ganharia umas cinco vezes

mais. A remuneração não é condizente com o nosso trabalho, poderíamos receber bem mais... (T8)

...não é condizente, a gente tem uma faixa pequena de alguns treinadores que ganham bem, pouquíssimos... dos 14 times do NBB, um terço ganha bem, os outros dois terços ganham mais ou menos ... para a instabilidade que a nossa profissão tem, o salário é baixo. E quando você sai do profissional e vai para base ou para times adultos que não são profissionais, aí eu acho um absurdo, é muito baixo, baixíssimo. (T2)

No dia a dia, os treinadores citaram que realizam atividades físicas e procuram ficar com a família como estratégias de *coping* para lidar com o estresse.

Eu tento sempre fazer atividade física, para mim é primordial. Eu tento fazer sempre... em dias de jogos principalmente eu sempre tento fazer para ficar com a rotação um pouquinho mais baixa para ter um rendimento melhor... Estar com a minha família no pouco tempo de folga, tirar um pouquinho o pensamento do basquete, dar atenção a eles e vivenciar os problemas e alegrias, né... é basicamente isso que eu tento fazer. (T9)

Um treinador comentou que pratica *yoga* com técnica de relaxamento para enfrentar o dia a dia.

*Eu comecei a praticar o *yoga*, já tem mais de vinte anos. E aí o estresse diário melhorou muito, na questão da atenção, do relaxamento... E aí, fui entendendo que eu só tinha controle sobre mim mesmo, que eu não podia ter controle sobre a arbitragem, sobre o outro time, que eu só podia ter controle sobre as coisas nas quais eu tenho alcance. (T1)*

Fatores Geradores de *Burnout*

Os treinadores comentam também que sentem, principalmente no final da temporada, um desgaste físico e mental exacerbado. Percebe-se a presença de problemas de saúde que acometeram alguns desses profissionais ao longo do tempo.

Tem época do ano que eu estou desgastado, exausto né, hoje eu estava conversando com meu assistente sobre isso. Falei: 'cara a profissão que a gente escolheu é essa, e o tempo todo brigando, o tempo todo cobrança', final da temporada estou exausto. (T8)

No NBB eu cheguei de uma viagem do interior de São Paulo, me deu um mal estar durante a madrugada eu achei que estava enfartando e era... fui pro hospital, fiquei em observação, mas já estava relacionado ao estresse, de dormir pouco, quase não dormir e tal... Já tive pedra em um dos rins também em uma viagem com a seleção de base. (T5)

Mesmo com as fontes de estresse e sintomas de *burnout* anteriormente citados, todos os treinadores comentaram que apresentam alto prazer e nível de satisfação por ser treinador de basquetebol.

Eu sou um cara que atingi objetivos que eu tinha profissionais, sou muito realizado, não tenho frustrações ou traumas profissionais, pelo contrário, muito mais realizações. Porém hoje eu me vejo, sinceramente, um cara num nível de cansaço, estresse, exaustão acima do que eu poderia estar, hoje muitas vezes eu paro para pensar e falo até quando eu vou aguentar. (T2)

Primeiro é... uma paixão pelo o que faço, eu tenho prazer naquilo que faço, eu falo assim, eu sou muito bem realizado, muito bem comigo mesmo... eu tenho uma profissão que sou totalmente realizado, eu gosto, tenho prazer, então eu tenho uma realização profissional muito bacana. (T3)

Todavia um dos treinadores diz que para se sentir realizado, necessita ser campeão brasileiro do NBB, título que ainda não conseguiu como treinador.

Eu quero ser campeão brasileiro, algumas pessoas falam para mim que eu já fui vice-campeão brasileiro, já fui terceiro também. Já perdi na final quando fomos o melhor time da fase classificatória, mas não conseguimos mandar os jogos das finais em casa por conta do tamanho do ginásio. A equipe campeã era muito boa, era um time de alta qualidade... então meu sonho é ser campeão... (T8)

Os treinadores comentaram sobre a valorização profissional que o treinador de basquetebol de equipes profissionais recebe. Eles consideram que não são valorizados como deveriam.

Eu acho que o treinador é muito pouco valorizado, tem que ser muito mais valorizado. Como a gente já falou é muita carga de trabalho, é muita função extra em cima do treinador, é pouco valorizado tanto profissionalmente quanto financeiramente... falta muito ainda para a gente alcançar um nível que seria ideal. (T12)

Eu acho sinceramente que no Brasil, a gente fala aquela coisa que é cultural a falta de respeito pelo professor, né... O treinador não tem o respeito que ele merece, a valorização eu vejo desse jeito, não a valorização financeira só, mas o reconhecimento, isso aí falta. Eu acho que o treinador, o professor é uma função de muita responsabilidade, de muitas decisões a se tomar...(T9)

Os treinadores comentaram também que questões familiares, ou até mesmo uma autoavaliação sobre o desempenho, são fatores que poderiam influenciar em abandonar a profissão.

Eu acho que, talvez por questões familiares, milhas filhas, esposas comecem a sofrer muito por conta do basquete... por exemplo, a mudança de uma cidade para outra pode afetar na vida da família. Eu até abriria mão da minha profissão também por outros fatores, como falta de condições de trabalho, remuneração... o mercado começa a ficar apertado... (T7)

Eu pararia devido a um problema familiar, acho que qualquer um pararia... ou se eu não me sentisse feliz fazendo o que eu faço, se eu não tiver feliz com o meu trabalho. Se eu ver que eu não estou rendendo, que eu não tenho o comando da equipe ou alguma coisa do gênero, por conta dessas coisas pensaria em parar...(T8)

Discussão

O presente estudo tem como objetivo identificar os fatores que podem causar o estresse e a síndrome de *burnout*, bem como suas manifestações e seus efeitos, em treinadores de basquetebol de alto rendimento. Os resultados apresentaram MUs associadas às seguintes categorias: i) fatores associados ao estresse (com as seguintes subdivisões: fatores organizacionais, fatores de desempenho e fatores da rotina do treinador); e ii) fatores geradores de *burnout*. Em termos gerais, os resultados estão em consonância com os pressupostos teóricos que apontam os fatores organizacionais e os fatores associados ao desempenho esportivo como principais geradores de estresse (Fletcher & Scott, 2010; Schaffran et al., 2016).

A primeira subcategoria dos fatores geradores de estresse está relacionada ao estresse organizacional. As MUs extraídas dessa categoria estão em conformidade com estudo de revisão sistemática sobre estresse em treinadores (Santos & Costa, 2018). Fatores como o acúmulo de funções, o excesso de viagens, os relacionamentos por vezes conflituosos com a imprensa, a torcida, e os dirigentes são situações que geralmente extrapolam as condições pessoais do treinador para administrá-las. Logo, as medidas de prevenção e controle do estresse organizacional transcendem as ações individuais do treinador. Assim, seriam necessárias medidas por parte das instituições que regem o basquetebol, a fim de racionalizar o calendário esportivo e a quantidade de viagens, bem como regulamentar ações que regulem os pisos salariais e a garantia de pagamentos em dia (Kilo & Hassmén, 2016; Santos & Costa, 2018).

A segunda subcategoria dos fatores geradores de estresse está relacionada às demandas por desempenho, com destaque para a autocobrança elevada por um desempenho ótimo dos atletas, considerada uma característica central dos treinadores de elite (Bentezen, Lemyre, & Kenttä, 2014; Vealey, Martin, Coppola, Ward, & Chamberlin, 2020). Santiago et al. (2016) comentam que o resultado do jogo é um fator de estresse independentemente do resultado, pois a qualidade do rendimento dos atletas na partida é outro fator de peso na avaliação dos treinadores. Portanto, torna-se relevante a adoção de estratégias de *coping* (enfrentamento do estresse), tais como saber lidar com as adversidades durante as competições e atuar com mais ênfase nos comportamentos que podem ser autorregulados (Olusoga et al., 2010; Vealey et al., 2020).

A terceira subcategoria dos fatores geradores de estresse está relacionada ao cotidiano do treinador. A rotina desse profissional é geralmente representada por um desequilíbrio entre os sentimentos de estresse e a capacidade de recuperação (Santos & Costa, 2018). Isso está bem representado nas MUs, as quais estão em concordância com os achados de um estudo longitudinal recente que monitorou os processos de estresse e

recuperação de treinadores de elite de futebol ao longo de dez anos (Hassmén et al., 2019). Todos os oito treinadores de futebol entrevistados revelaram que lutavam para gerenciar o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal; alguns trabalharam muitas horas, outros tiveram dificuldade em gerenciar demandas resultantes de conflitos de papéis, e alguns lutaram contra pressões externas (Hassmén et al., 2019). Nesse cenário, a busca por estratégias de recuperação é relevante para minimizar os efeitos dos agentes estressores. Nossos achados apontaram a prática de exercício físico por parte dos treinadores, atividade regenerativa que pode auxiliar na regulação do sono. Ações como o aumento do autocontrole e a delegação de responsabilidades também podem ser decisivas para a mitigação dos efeitos do estresse (Hudson, Davison & Robinson, 2013).

Em relação ao *burnout*, os treinadores relataram situações associadas às três situações da síndrome: exaustão física e emocional; reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. No caso da exaustão física e emocional, os relatos apontam o acúmulo de funções dentro do clube, em conjunto com a rotina frequente de viagens, treinamentos e competições, como fatores determinantes para o surgimento de mal-estar físico e mental. No estudo de Olusoga e Kenttä (2017) o acúmulo de papéis foi relatado por dois treinadores de elite que apresentaram *burnout* e abandonaram a profissão. Trata-se de um fator situacional frequente na atuação dos treinadores, pois as demandas se sobrepõem (como, por exemplo, a necessidade de comandar a equipe e também supervisionar questões estruturais e de logística de jogos e treinamentos), gerando a falsa sensação de que os treinadores estão aptos a enfrentar o excesso de tarefas.

Diferentemente da dimensão exaustão física e emocional, os relatos dos treinadores não apresentaram trechos indicadores da dimensão reduzido senso de realização esportiva. Apesar de todas as fontes de estresse citadas, esses profissionais destacam que sentem uma satisfação por serem treinadores de basquetebol, principalmente em equipes de alto rendimento. Portanto, entende-se que tal situação poderia ser um dos fatores que contribuíram para que a dimensão reduzido senso de realização esportiva não se manifestasse. Os entrevistados relataram também sentimentos de prazer e realização de metas. Esses achados remetem à associação inversa entre motivação autodeterminada e *burnout* em treinadores (Bentzen, Lemyre & Kenttä, 2016). Logo, treinadores motivados intrinsecamente, com um senso elevado de habilidades na profissão e com a percepção de que as metas esportivas foram realizadas, tornam-se menos propensos à manifestação de *burnout* e, conseqüentemente, a impactos negativos na sua saúde e bem-estar (Vealey et al., 2020).

A terceira dimensão de *burnout*, desvalorização esportiva, possui relação com os relatos de falta de respeito, de valorização e de reconhecimento social, profissional e financeiro. Tais achados estão em linha com o estudo de Kilo e Hassmén (2016) que apontou a percepção de suporte organizacional como o principal preditor de *burnout* em treinadores. Apesar do sentimento de falta de reconhecimento por parte dos demais agentes do ambiente esportivo e social, os entrevistados não apresentaram as principais características da desvalorização esportiva: o aumento do distanciamento e

do desinteresse do treinador em relação à sua função (Goodger et al., 2007; Raedeke, 1997).

O abandono da carreira, uma consequência de impacto negativo da síndrome de *burnout*, não foi constatada entre os entrevistados durante a temporada da NBB em que o presente estudo foi realizado. Entretanto, alguns treinadores relataram que questões de ordem familiar poderiam eventualmente levá-los à desistência da carreira. A sobrecarga resultante das demandas do contexto esportivo aliadas à necessidade de tempo para estar com a família é bem fundamentada na literatura como uma situação de predisposição ao *burnout* e, em casos mais extremos, de tomada de decisão pela desistência da atividade laboral (Lundkvist et al., 2012).

O presente estudo avança na compreensão dos fatores geradores de estresse e *burnout* em treinadores de basquetebol de alto nível ao evidenciar, enquanto aplicação prática, que os treinadores precisam de cuidados e de suporte multidisciplinar para a regulação das emoções, bem como para a aquisição e manutenção de habilidades psicológicas (como por exemplo as estratégias de *coping*). Torna-se oportuno, portanto, que essa população possua o suporte de profissionais da psicologia do esporte, com o intuito de receber treinamentos sobre o emprego de estratégias de *coping* eficazes, facilitando assim o gerenciamento de uma ampla gama de estressores organizacionais e de desempenho (Levy, Nicholls, Marchant & Polman, 2009).

Por fim vale destacar, como limitação, que o estudo teve como desenho experimental um corte transversal, sendo que, novas pesquisas com coletas de dados em diferentes momentos da temporada poderá ajudar na compreensão dos fatores que podem causar o estresse laboral e a síndrome de *burnout* de treinadores de equipes profissionais de basquetebol no contexto brasileiro.

Considerações finais

Os treinadores de basquetebol do NBB relataram fatores geradores de estresse a partir de três perspectivas: fatores organizacionais, fatores relacionados ao desempenho e fatores relacionados à rotina da profissão. Eles também apresentaram sentimentos referentes a duas das três dimensões da síndrome de *burnout*: exaustão física e emocional e desvalorização esportiva. Apenas a dimensão reduzida senso de realização esportiva não foi manifestada. A adoção de estratégias de recuperação física, mental e social, associadas às estratégias de *coping*, são medidas importantes para a redução e controle do estresse e, conseqüentemente, do *burnout*. No caso específico do estresse organizacional, medidas de controle também requerem a atenção dos dirigentes de clubes e das federações/confederações esportivas, a fim de racionalizar a relação entre a estrutura oferecida e a demanda por desempenho, auxiliando na manutenção da saúde mental dos treinadores.

Referências

- Bentzen, M., Lemyre, P., & Kenttä, G. (2016). The process of burnout among professional sport coaches through the lens of self-determination theory: a qualitative approach. *Sports Coaching Review*, 3(2), 101–116. DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/21640629.2015.1035050>.
- Côté, J., Ericsson, K., & Law, M. (2005). Tracing the development of athletes using retrospective interview methods: A proposed interview and validation procedure for reported information. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 1-19.
- Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(1), 307-23.
- Côté, J., Trudel, P., Baria, A., & Russel, S. (1995). The coaching model: A grounded assessment of expert gymnastic coaches' knowledge. *Journal of Sport Exercise and Psychology*, 1(17), 1-17.
- Engel, R., & Schutt, R. (2011). Survey research. In: R. Grinnell & Y. Unrau (Eds.) *Social work research and evaluation foundations of evidence-base practice*. (pp. 326-364). Oxford: Oxford University Press.
- Fletcher, D., & Scott, M. (2010). Psychological stress in sports coaches: a review of concepts, research, and practice. *Journal of Sports Science*, 28, 127-37. DOI: 10.1080/02640410903406208.
- Goellner, S. V., Reppold Filho, A. R., Mazo, J. Z., Stigger, M. P., & Molina Neto, V. (2010). Pesquisa qualitativa na educação física brasileira: marco teórico e modos de usar. *Revista da Educação Física/UEM*, 21(3), 381-410. DOI: 10.4025/reveducfis.v21i3.8682.
- Gratton, C., & Jones, I. (2010). *Research methods for sports studies* (2nd ed.). London: Routledge.
- Gray, D. (2012). *Pesquisa no mundo real*. (2a ed.). Porto Alegre: Penso.
- Goodger, K., Gorely, T., Lavalley, D., & Harwood, C (2007). Burnout in sport: a systematic review. *The Sport Psychologist*, 21, 127-151.
- Gustafsson, H., DeFreese, J. D., & Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: review and recommendations. *Current Opinion in Psychology*, 16, 109–113. DOI: 10.1016/j.copsyc.2017.05.002.
- Hassmén, P., Kenttä, G., Hjälml, S., Lundkvist, L., & Gustafsson, H. (2019). Burnout symptoms and recovery processes in eight elite soccer coaches over 10 years. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(4), 431–443. DOI: 10.1177/1747954119851246.
- Hjälml, S., Kenttä, G., & Hassmén, P., & Gustafsson, H. (2007). Burnout among elite soccer coaches. *Journal of Sport Behavior*, 30, 415-427.
- Hudson, J., Davison, G., & Robinson, P. (2013). Psychophysiological and stress responses to competition in team sport coaches: an exploratory study. *Scandinavian Journal of Medicine Science Sports*, 23, 279–285. DOI: 10.1111/sms.12075.
- Karabatsos, G., Malousaris, G., & Apostolidis, N. (2006). Evaluation and comparison of burnout levels in basketball, volleyball and track and field coaches. *Studies in Physical Culture and Tourism*, 13, 79-83.

Kilo, R. A., & Hassmén, P. (2016). Burnout and turnover intentions in Australian coaches as related to organisational support and perceived control. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 0(0), 1-11. DOI: <https://doi.org/10.1177/1747954116636710>.

Levy, A., Nicholls, A., Marchant, D., & Polman, R. (2009). Organisational stressors, coping, and coping effectiveness: A longitudinal study with an elite coach. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(1), 31-45.

Lundkvist, E., Gustafsson, H., Hjälml, S., & Hassmén, P. (2012). An interpretative phenomenological analysis of burnout and recovery in elite soccer coaches. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4, 400-419.

McNeill, K., Durand-Bush, N.; & Lemyre, P. (2016). Understanding coach burnout and underlying emotions: a narrative approach. *Sports Coaching Review*, 6(2), 1-18. DOI: 10.1080/21640629.2016.1163008.

Nash, C.S., & Sproule, J. (2009). Career development of expert coaches. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 4(1), 121-38.

Olusoga, P., Butt, J., Maynard, I., & Hays, K. (2010) Stress and Coping: A study of world class coaches, *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(3), 274-293. DOI: 10.1080/10413201003760968.

Olusoga, P., Bentzen, M., & Kenttä, G. (2019). Coach burnout: a scoping review. *International Sport Coaching Journal*, 6(1), 42-62. DOI: <https://doi.org/10.1123/iscj.2017-0094>.

Olusoga, P., & Kenttä, G. (2017). Desperate to quit: a narrative analysis of burnout and recovery in high-performance sports coaching. *The Sport Psychologist*, 31(3), 237 -248. DOI: <https://doi.org/10.1123/tsp.2016-0010>.

Patrick, A., & Corte, U. (2019). What is qualitative in qualitative research. *Qualitative Sociology*, 42, 139-160. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11133-019-9413-7>.

Smith, B., & Sparks, A. G. (2016). Interviews qualitative in the sports and exercise sciences. In: B. Smith, B & A. G. Sparks. (Eds.) *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise* (pp. 103-123). Abingdon: Routledge.

Santos, F., & Costa, V. C. (2018). Stress among sports coaches: A systematic review. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(3), 268-292. Recuperado em 27 maio 2020, da Base de Dados Universidade de Murcia: <https://revistas.um.es/cpd/article/view/292631/251111>.

Raedeke, T. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 396- 417.

Reis, C. P., Ferreira, M. C., Bicalho, C. C., Moraes, L. C., & Costa, V. T. (2016). Treinadores da categoria de base do basquetebol brasileiro: trajetória profissional e condições laborais. *Revista da Educação Física*, 85(2), 66-75. DOI: <https://doi.org/10.37310/ref.v85i2.146>.

Santiago, M. L., Pires, D. A., Samulski, D. M., & Costa, V. T. (2016). Síndrome de burnout em treinadores brasileiros de voleibol de alto

rendimento. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(2), 281-288. Recuperado em 27 maio 2020, da Base de Dados Dialnet:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5650797>

Schaffran, P., Altfeld, S., & Kellmann, M. (2016). Burnout in Sport Coaches: A Review of Correlates, Measurement and Intervention. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*. 67, 121-125. DOI: 10.5960/dzsm.2016.232

Patton, M. (2015). *Qualitative research & evaluation methods: integrating theory and practice*. (4th ed.). Thousand Oaks: Sage.

Taylor, S., Bogdan, R., & DeVault, M. (2015). *Introduction to qualitative research methods: a guidebook and resource*. (4a ed.) Hoboken: Wiley.

Vealey, R. S., Martin, E., Coppola, A., Ward, R. M., & Chamberlin, J. (2020). The slippery slope: can motivation and perfectionism lead to burnout coaches? *International Sport Coaching Journal*, 7(1), 1-10. DOI: <https://doi.org/10.1123/iscj.2018-0043>.

Sobre o autor

Cleiton Pereira Reis

Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Belo Horizonte - MG, Brasil

Daniel Alvarez Pires

Universidade Federal do Pará - UFPA, Belém, Brasil

Fernando de Azevedo Alves Pereira

Universidade XXXXX, Cidade, Brasil

Juan Carlos Pérez Morales

Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG e Universidade de Brasília - UnB, Brasília, Brasil

Contato

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Cleiton Pereira Reis

E-MAIL

cleitonpreis@yahoo.com.br