



És possible compaginar futbol professional i estudis superiors a partir dels 18 anys?

Neus Ramos-Agost^{1,2,3*} , Anna Jordana^{1,2}   i Miquel Torregrossa^{1,2}  

¹ Departament de Psicologia Bàsica, Evolutiva i de l'Educació, Universitat Autònoma de Barcelona (Espanya).

² Institut de Recerca de l'Esport, Universitat Autònoma de Barcelona (Espanya).

³ Villarreal Club de Fútbol, Vila-real (Espanya).

Citació

Ramos-Agost, N., Jordana, A. & Torregrossa, M. (2024). Is it possible to combine professional football and higher studies after the age of 18? *Apunts Educación Física y Deportes*, 156, 1-9. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2024/2\).156.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2024/2).156.01)

Resum

L'objectiu d'aquest estudi fenomenològic i de cas instrumental ha sigut explorar la compaginació de futbol d'alt rendiment i estudis superiors en l'etapa sènior. Per a aprofundir en aquest tema que s'integra dins de la investigació sobre la carrera dual, s'han fet unes entrevistes semiestructurades a 7 futbolistes-estudiants de gènere masculí d'entre 18 i 19 anys d'edat de les categories inferiors d'un club de primera divisió. Les dades s'han analitzat mitjançant anàlisi temàtica reflexiva (Braun i Clarke, 2022). Els resultats van mostrar que els futbolistes-estudiants poden fer una carrera dual superior: (a) si identifiquen els desafiaments que han d'afrontar i disposen de les competències i recursos necessaris; (b) si les persones del seu entorn fan un acompanyament adaptat al seu estil de vida; i (c) si el club promou una cultura que fomenta la carrera dual superior i la seua salut mental. Així mateix, l'estudi posa de manifest alguns aspectes no previstos en la mostra estudiada que convindria incorporar a l'hora d'implementar la carrera dual superior, com ara atendre els casos des d'una perspectiva més individualitzada i flexible adaptant cada cas a les circumstàncies concretes.

Paraules clau: carrera dual, esport d'elit, estudis superiors, futbol, salut mental, sènior.

Editat per:

© Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Institut Nacional d'Educació
Física de Catalunya (INEFC)

ISSN: 2014-0983

*Correspondència:

Neus Ramos-Agost
neus.ramosa@autonoma.cat

Secció:

Activitat física i salut

Idioma de l'original:

Català

Rebut:

18 de juliol de 2023

Acceptat:

7 de novembre de 2023

Publicat:

1 d'abril de 2024

Coberta:

Ciclista de muntanya gaudint
de la natura i l'aire lliure.
© Adobe Stock. Delcio F/
peopleimages.com

Introducció

La carrera dual (CD) és el fet de compaginar l'esport amb els estudis o el treball (Stambulova i Wylleman, 2014). Els beneficis de seguir-la inclouen, entre d'altres, un desenvolupament més positiu de la identitat i una millor estabilitat emocional, i fomenta tant l'estimulació intel·lectual com la manera de socialitzar (Stambulova i Wylleman, 2019). Tal com van començar a mostrar els estudis de Pallares et al. (2011) i Torregrossa et al. (2015), la complementarietat de l'esport i els estudis pot funcionar com a treball de prevenció perquè els esportistes puguin comptar amb alternatives mentre estan realitzant la seua carrera esportiva i quan l'acaben. Dins dels Models de Trajectòria Professional (MTP; Perez-Rivases et al., 2017; Torregrossa et al., 2021), podem observar les quatre trajectòries professionals que es proposen en relació amb la compaginació de l'esport amb els estudis/treball: (a) una trajectòria lineal, en què els esportistes se centren exclusivament en l'esport, (b) una trajectòria divergent, on l'esport i els estudis/treball es consideren separats i en conflicte, (c) una trajectòria convergent, on l'esport i els estudis/treball es complementen, i (d) una trajectòria paral·lela, on l'esport i els estudis/treball es veuen separats però no conflueixen. McGuine et al. (2021) indiquen que, a mesura que augmenta el nivell, tant esportiu com educatiu, compaginar l'esport i els estudis pot convertir-se en un desafiament cada vegada més complex.

En el cas del futbol, que és considerat l'esport més popular i mediatitzat del món (Samuel et al., 2017), alguns autors com Jordana et al. (2022) assenyalen que els futbolistes comencen a presentar dubtes de la trajectòria que han d'escollir durant la transició de júnior a sènior (TJS) en funció de les seues creences. En aquest sentit, quan comencen a ser conscients que és possible que es puguin convertir en futbolistes professionals, la seua satisfacció amb el rendiment acadèmic és significativament menor (Jornada et al., 2022; Torregrossa et al. 2021). A banda d'això, en relació amb la possibilitat de poder dedicar-se al futbol en un futur, les dades estadístiques mostren que menys del 10 % dels futbolistes progressen de l'etapa júnior a sènior i arriben a ser professionals (Dugdale et al., 2021). Per eixe motiu, aquestes dades suggereixen la necessitat de desenvolupar una CD (Torregrossa et al., 2020) que facilite el desenvolupament simultani d'una carrera acadèmica i esportiva. En aquesta línia, una vegada passada la TJS, etapa en què els futbolistes joves i talentosos han de fer front a una varietat de desafiaments, si no compten amb alternatives i mantenen la seua dedicació a altres àrees de la seua vida (p. ex, acadèmica i personal; Chamorro et al., 2016), com s'argumenta en la revisió sistemàtica elaborada per Kegelaers et al. (2022), estaran més prop de presentar problemes de salut mental (SM).

Des de la perspectiva de promoure la CD per a previndre problemes de SM, investigacions com les d'Stambulova et al. (2015) i Schinke et al. (2018) també han manifestat que desenvolupar una CD ajustada a les necessitats dels esportistes-estudiants és un recurs clau que els ajuda a assolir objectius esportius i educatius, a viure una vida satisfactòria i a mantindre la salut i el benestar. Tot i això, Åkesdotter et al. (2020) van observar que l'etapa en què més compromís ha d'haver-hi a l'hora de compatibilitzar l'esport i els estudis sol coincidir amb el període d'increment dels problemes de SM. Estudis com el de Brown et al. (2019) també han destacat que la regulació emocional dels esportistes-estudiants pot veure's perjudicada quan tracten d'afrontar els factors estressants que viuen no només en el context esportiu (p. ex, pressió pel rendiment, lesions, problemes de convocatòria), sinó també en la resta de contextos de la seua vida (p. ex., educatiu, psicològic, social, financer i legal; Wylleman et al., 2020). Per tant, tot i que hem exposat que el fet de complementar esport i estudis té beneficis, la compaginació i les exigències de les diverses esferes vitals d'un futbolista comporten una sèrie de demandes (Sullivan et al., 2020) que poden arribar a incrementar la possibilitat que presente problemes de SM i acabe abandonant l'esport o els estudis abans d'hora (NCAA Sport Science Institute, 2016).

Amb la finalitat que els futbolistes puguin realitzar una CD en condicions òptimes, alguns estudis com els de Defruyt et al. (2019) i Storm et al. (2021) destaquen que les organitzacions i les persones del seu entorn tenen un paper fonamental a l'hora d'ajudar-los a desenvolupar una compaginació favorable. De la mateixa manera, altres treballs insisteixen en la necessitat d'identificar els desafiaments específics i els factors de protecció que l'entorn podria proporcionar perquè els esportistes-estudiants pogueren desenvolupar una CD saludable (p. ex., Prieto-Ayuso, 2008; Kuettel i Larsen, 2020; Stambulova i Wylleman, 2019).

El Model d'Entorns Desenvolupadors de Carrera Dual (MEDCD) d'Henriksen et al. (2020) tracta d'emfatitzar aquest paper de l'entorn a través de la inclusió de l'esportista-estudiant en la seua totalitat. Seguint aquest model, en el marc d'una institució esportiva o acadèmica que promou el fet de compaginar l'esport amb els estudis, l'entorn s'estructura de la manera següent: l'esportista-estudiant ocupa una posició central envoltada de micro i macro nivells, en què hi ha una interacció de tres àmbits, l'esportiu, l'acadèmic i el privat, que estan sotmesos a les dimensions temporals de present, passat i futur (Mejías et al., 2021).

Alguns autors mostren que els entorns de les CD varien de manera considerable en funció de l'estructura i l'organització de les àrees geogràfiques o dels estats (p. ex., Morris et al., 2020). No obstant això, convé assenyalar que en el nivell micro dels futbolistes (p. ex., club, residència i programa acadèmic), cap estudi ha explorat, en el marc d'una població

específica i delimitada, els recursos i les estructures de suport de la CD (Storm et al., 2021). Tampoc s'ha analitzat de manera detinguda el paper de les persones que els ajuden a desenvolupar-la (Defruyt et al., 2019). A més, gran part dels estudis realitzats fins ara sobre la compaginació de l'esport i els estudis s'han centrat en nivells esportius o acadèmics inferiors (p. ex., Stambulova et al., 2020).

El present estudi fa un pas més enllà per a poder conèixer com el 10% de futbolistes que sí que arriben a ser professionals (Dugdale et al., 2021; Jordana et al., 2022) poden desenvolupar una carrera dual adaptativa en l'etapa sènior. Per tant, l'objectiu d'aquest article va ser explorar la compaginació de futbol d'alt rendiment i estudis superiors en l'etapa sènior. De manera concreta, aportem l'anàlisi de fer compatible l'alt rendiment amb estudis superiors de formació no obligatòria (p. ex., l'última etapa del batxillerat i la universitat) en una població masculina. Utilitzarem el terme "carrera dual superior" (CDS) per a indicar aquest tipus de compaginació.

Metodologia

Descripció del context, participants i criteris de selecció

L'estudi es va focalitzar en l'entorn del Villarreal C.F., un club de caràcter privat (CDPr; Mejías et al., 2021) que compta amb equips professionals masculins i femenins en les màximes categories del futbol espanyol. El club disposa d'un Departament de Psicologia, que s'encarrega del benestar emocional del jugador, d'un Departament d'Estudis, que s'ocupa dels horaris de les classes i dels reforços acadèmics que necessita el jugador, i d'un de Residència, que s'encarrega de planificar i organitzar les diferents tasques que tenen diàriament, junt amb els cossos tècnics. Tots tres fan reunions de manera contínua per mantindre l'ocupació i l'atenció integral de l'esportista-estudiant.

Els participants van ser set futbolistes-estudiants de gènere masculí del Villarreal C.F. pertanyents a l'amateur B i amateur C. Tots van ser entrevistats una vegada acabada la temporada

2020-2021. La Taula 1 resumeix les característiques dels participants preservant la seva confidencialitat.

Els criteris de selecció van ser: (a) trobar-se en l'interval d'edat de 18 a 20 anys; (b) haver passat la formació obligatòria i estar en possessió de batxillerat, curs formatiu superior o universitat (educació postobligatòria); i (c) haver estat en el club més de tres anys per poder valorar el suport que han rebut, i per conèixer la seua cultura i costums.

Disseny

L'estudi és fenomenològic i de cas únic instrumental (Smith i Sparkes, 2017). És a dir, s'ha centrat en l'anàlisi de les accions que ha realitzat una organització en els últims anys a través del significat que han donat els participants a l'hora de possibilitar el desenvolupament d'una CDS. L'estudi de Smith i Sparkes (2017) manifesta que en aquest tipus d'estudis qualitius el més rellevant no és la representativitat estadística, sinó l'oportunitat d'observar en detall com les persones seleccionades experimenten el món. En aquest sentit, l'estudi refereix que el nombre d'entrevistes dependrà de quant, i què, es necessita saber de les persones entrevistades. Per tant, Smith i Sparkes (2017) expliquen que la mida de la mostra ha de ser suficientment menuda per tindre el material necessari i suficientment gran com per a proporcionar una comprensió nova, rica i estructurada de l'experiència.

Aquest disseny és el mateix que es va utilitzar en l'estudi de cas de Hodge et al. (2014), que s'inclou dins del paradigma interpretatiu i que reconeix l'investigador com a instrument reflexiu. La interpretació de l'entrevistadora, primera signatària d'aquest l'article, és rellevant, ja que és psicòloga del club i, junt amb els coautors, ha debatut els temes treballats.

Per a seleccionar casos rics en informació es va utilitzar un sistema de mostreig a propòsit (Patton, 2002). Per a poder tindre una visió general del club, i així com també ho expliquen Smith i Sparkes (2017) per a aquest tipus d'estudi fenomenològic, es va considerar que fer set entrevistes era suficient per a arribar a la saturació d'informació. A més, per a garantir la confidencialitat dels participants, es van utilitzar pseudònims (Taula 1).

Taula 1

Característiques descriptives dels participants entrevistats que realitzen la CDS.

Participants	Nivell esportiu	Nivell acadèmic	Anys club	Edat
Ximo	1a RFEF	1r curs universitari		19
Joan	1a RFEF	Batxillerat i selectivitat aprovada	4	19
Jordi	1a RFEF	Batxillerat i selectivitat aprovada	3	19
Gerard	1a RFEF	Grau superior superat i matriculat d'un altre	4	18
Pau	1a RFEF	Falten 2 assignatures per a tindre batxillerat	8	18
Vicent	3a divisió	1r curs universitari		18
Jaume	3a divisió	Falten 2 assignatures per a tindre batxillerat i matriculat per a fer grau superior	5	19

Mesures

Entrevista semiestructurada

Es va dissenyar un guió d'entrevista semiestructurada que va tindre en consideració, per una banda, investigacions que s'inclouen dins del marc teòric de la CD (p. ex., Torregrossa et al., 2020) i, per una altra banda, un guió proporcionat pel grup GEPE (UAB) i utilitzat en l'estudi de Jordana et al. (2019). Els temes principals que s'hi van incloure van ser: (a) els desafiaments que presenten i l'assistència percebuda que necessiten els futbolistes-estudiants en l'àrea esportiva, l'àrea acadèmica i l'àrea personal; (b) l'exploració d'altres esferes del model holístic (p. ex., la gestió econòmica i legal); i (c) la cultura del club.

Procediment

Aquest estudi s'integra dins del projecte HeDuCa i ha sigut aprovat per la Comissió d'Ètica en l'Experimentació Animal i Humana (CEEAH) de la Universitat Autònoma de Barcelona (Barcelona, Espanya) amb número de referència CEEAH 4996 i que té per títol "Promoció de Carreres Duals Saludables en l'esport, HeDuCa". Inicialment, es va contactar amb la coordinació del Departament de Psicologia del Villarreal C.F. per a escollir els set participants. Per tal de mantindre la confidencialitat, evitar minimitzar la dependència jeràrquica i augmentar la validesa de les dades, només l'entrevistadora va saber quins jugadors hi participarien (Associació Mèdica Mundial, 2013).

Les set entrevistes es van fer en quatre dies distints. Van durar entre 40 i 50 minuts i es van portar a terme de manera individual. Es van fer i gravar per la plataforma Zoom.us i es van transcriure amb Verbatim. Al final de l'estudi, els resultats es van presentar al Departament de Psicologia del Villarreal C.F.

Anàlisi de dades

L'anàlisi de dades es va portar a terme seguint la proposta de l'anàlisi temàtica reflexiva (ATR) de Braun i Clarke (2022) des d'una aproximació inductiva-deductiva, que va des de les cites descriptives fins a l'elaboració dels temes. Aquesta aproximació permet introduir nous termes a partir de l'elaboració d'un resum de la informació obtinguda. Aquest procediment consta de sis fases: (a) lectura i familiarització; (b) creació de codis de forma sistemàtica; (c) identificació i agrupació dels temes; (d) revisió dels temes i codis extrems; (e) definició i nomenament dels temes; i (f) redacció de l'article escollint les cites que millor resumeixen els temes. L'anàlisi de les dades es va portar a terme mitjançant l'anàlisi de les entrevistes de manera individual i global. Partint de la transcripció de les entrevistes, amb l'objectiu d'analitzar les dades, es va fer servir el programa Excel i un document de Word per crear les diferents versions de les taules (Taula 2, 3 i 4). Per poder concretar aquestes taules, es van plantejar preguntes de manera crítica seguint els passos de l'ATR. Les preguntes estaven orientades a què es volia fer en aquesta investigació, com i per què.

A continuació, es van aplicar les 6 fases de l'estudi de Braun i Clarke (2022) explicades anteriorment. On es va invertir més temps va ser amb la familiarització de les dades, que implica conèixer-les profundament i complementar-les amb notes de l'anàlisi. Respecte a la codificació, es van tractar de capturar les repeticions dels significats d'una manera exhaustiva per tal de concretar bé els codis i que no se solaparen. Pel que fa a la identificació dels temes, es van crear diferents esquemes i taules per tal d'agrupar els codis inicials i generar els temes més rellevants per a l'estudi. En aquest punt, vam trobar que hi havia temes subordinats al tema principal que es focalitzaven en un aspecte particular d'aquest. Per tant, es van concretar també subtemes (vegeu Taules 2, 3 i 4). Per acabar, es van debatre els diferents temes amb els autors de l'article i es va concretar el nom definitiu de cadascun.

Resultats

La presentació dels resultats la fem tenint en compte el Model d'Entorns Desenvolupadors de Carrera Dual (MEDCD; Henriksen et al., 2020): (a) la taula 2 correspon al nivell individual i inclou el tema desafiaments i els subtemes gestió de les transicions no normatives i del locus de control, flexibilitat i adaptabilitat, disponibilitat de mitjans, organització i planificació i adaptació de les demandes en situacions estressants; (b) la taula 3 correspon al nivell micro i inclou el tema acompanyament dels col·lectius i els subtemes gestió de la competitivitat, validació emocional i suport a la CDS, gestió de les transicions i confiança, organització i planificació, comprensió i adaptació a la CDS, suport social i disponibilitat emocional; i (c) la taula 4 correspon al nivell macro i inclou el tema cultura de l'entorn esportiu i els subtemes autoconeixement, autoregulació, compassió, identitat i compromís.

Desafiaments

La taula 2 és un resum de com s'ha obtingut el tema desafiaments a partir de: (a) els codis, que descriuen els desafiaments que han d'afrontar els futbolistes-estudiants en la seua CDS; i (b) els subtemes, que corresponen a les accions i competències que necessiten l'ajuda del club per a poder afrontar-los.

Quant a les lesions, van explicar que els ajuda que el club els proporcione recursos i ferramentes per a gestionar eixe tipus de transició no normativa (i. e., esdeveniments de baixa predictibilitat i sense ocórrer dins un pla establert). En aquest sentit, caldria que potenciaren l'aprenentatge en la gestió dels contratemps en l'esport per a saber redirigir el focus cap a altres àrees. Respecte als horaris, transport i instal·lacions, els ajuda que els adapten aquests recursos i poder sentir eixa flexibilitat per part de l'entorn. Tot i

això, caldria que tingueren més en compte les diferències individuals i que ajustaren més els recursos als diferents perfils de persones. Per acabar, consideren necessari el fet de poder comptar amb una organització i planificació amb objectius realistes durant la seua rutina diària (p. ex., entrenament, preparació física i estudi), així com també rebre atenció i adaptació quan tenen les proves d'avaluació (p. ex., competicions esportives i exàmens).

Acompanyament dels col·lectius

La taula 3 mostra com s'ha arribat a la definició del tema acompanyament dels col·lectius a partir de: (a) els codis, que descriuen els aspectes que han de tindre en compte els col·lectius que els acompanyen en la seua CDS; i (b) els subtemes, que corresponen a les competències que han de tindre aquests col·lectius per acompanyar els futbolistes-estudiants i facilitar la compaginació.

L'assessorament per a saber resoldre conflictes recau sobretot en el cos tècnic i els psicòlegs. La validació emocional, el suport, la comprensió i l'adaptació a la CDS la necessiten per part dels col·lectius més importants del seu entorn: equip, cos tècnic, psicòlegs, tutors de residència, professorat, família, parelles i amics. Els participants d'aquest estudi consideren que l'atenció d'aquests col·lectius els ajuda molt si tenen en compte les diferències individuals de cadascú. Així mateix, els especialistes en psicologia són els que solen acompanyar-los en la gestió de les transicions i són els que els proporcionen confiança i ferramentes per afrontar els desafiaments tenint cura de la salut mental. Les competències relacionades amb la gestió de l'organització i la planificació, sobretot, pertanyen als tutors i professorat de residència i als psicòlegs, que s'encarreguen d'ajudar a comunicar a la resta de professionals i familiars les tasques i necessitats que presenten els futbolistes-estudiants. Per finalitzar, consideren fonamental el paper que tenen les famílies i les parelles.

Taula 2

Percepció que tenen els futbolistes-estudiants dels desafiaments que es presenten i els recursos que necessiten durant la seua CDS.

Cites descriptives dels esportistes-estudiants	Codis	Subtemes
"Quan et lesions és molt complicat tindre ànim"; "Els psicòlegs t'ensenyen a tindre altres objectius"; "Tindre dedicació als estudis t'ajuda a veure que hi ha altres coses a part del futbol".	Lesions	Gestió de les transicions no normatives i del locus de control
"Si no ho tenim tot planificat i organitzant per endavant, tenim la preocupació de la falta de temps i ens causa estrès"; "He aconseguit traure-ho tot gràcies a les condicions que tenim".	Horaris	Flexibilitat i adaptabilitat
"Tindre tots eixos recursos ens afavoreix la compaginació de tot"; "Per als que no estem en residència ens vindria bé tindre aules on poder avançar faena quan tenim hores lliures".	Transport i instal·lacions	Disponibilitat de mitjans
"L'organització, la planificació i la comprensió de tots és la clau"; "L'horari que ens proporcionen i les tècniques que ens donen els psicòlegs ens ajuden a poder seguir amb els objectius".	Rutina diària	Organització i planificació
"No saber compaginar-ho tot ens pot causar estrès i voler deixar-ho, sobretot, els estudis"; "Que no ens penalitzen els canvis d'horaris és el que més ens ajuda a poder fer la CD".	Proves d'avaluació	Adaptació de les demandes en situacions estressants

Taula 3

Percepció que tenen els futbolistes-estudiants de l'acompanyament que han de rebre de les persones del seu entorn per poder afrontar la CDS.

Cites descriptives dels esportistes-estudiants	Codis	Subtemes
"Com més alta la categoria, més complicada la gestió de la competitivitat i necessitem ajuda"; "Aprendre a veure els companys com a persones que ens poden ajudar".	Conflictes	Gestió de la competitivitat
"Necessitem persones empàtiques"; "Que entenguen que cada persona és diferent i té unes necessitats"; "Que ens adapten els horaris i ens aporten energia".	Diversitat	Validació emocional i suport a la CDS
"Els psicòlegs són les persones que més confiança i suport et donen en qualsevol situació"; "Necessitem que ens ensenyen a no dependre només del futbol per poder estar bé".	Salut mental	Gestió de les transicions i confiança
"En la residència ho tens tot, és flipant totes les facilitats que et donen"; "Els tutors tenen també contacte amb els familiars, i això als pares els dona molta tranquil·litat".	Recursos i contacte	Organització i planificació
"Encara que estigues sense ganes i cansat, t'ajuden i ho acabes fent tot"; "T'ajuden a trobar-te millor i fan que canvis el xip".	Atenció	Comprensió i adaptació a la CDS
"Si tenim el seu suport, sentim menys pressió"; "Els problemes del nostre entorn afecten la nostra CDS"; "Ajuda molt la comunicació que tenen amb els psicòlegs del club".	Interacció i comunicació	Suport social i disponibilitat emocional

Taula 4

Percepció que tenen els futbolistes-estudiants de la cultura que ha de tindre un club per facilitar la CDS.

Cites descriptives dels futbolistes-estudiants	Codis	Subtemes
“Les xarrades que hem fet ens han servit per a ser conscients i previndre catàstrofes”; “Estos espais ens ajuden a relativitzar les nostres exigències”.	Estil de vida	Autoconeixement
“Necessitem ferramentes per gestionar els diners perquè, si no, perdem el cap”; “Podríem treballar un poc més la gestió de les emocions i pensaments per l'estil de vida que tenim”.	Gestió de les demandes	Autoregulació
“Valorem més el que tenim al veure com gent sense recursos i amb discapacitats és feliç per veure'ns”; “Empatitzem i aprenem de la vida gràcies a l'Endavant”; “Eixim de la nostra bombolla”.	Consciència de les diferents realitats	Compassió
“Al club ens diuen sempre que hem d'estudiar perquè mai es sap el que et pot passar”; “Ens diuen que abans de ser futbolistes, som persones i tenim més vida”.	Establiment de valors	Identitat i compromís

Cultura de l'entorn esportiu

La taula 4 és un resum de com s'ha obtingut el tema cultura de l'entorn esportiu a partir de: (a) els codis, que descriuen els aspectes que han de tindre en compte els clubs per a fomentar la CDS dels futbolistes-estudiants; i (b) els subtemes, que corresponen a les competències i als valors que s'han de treballar dins del club perquè puguen comptar amb els recursos necessaris i per a afavorir la seua SM.

Els futbolistes-estudiants, per una banda, reben assessorament per part del club a través d'una sèrie de xarrades (p. ex., ludopatia, xarxes socials, sexualitat, aspectes nutricionals, independència) i tallers (p. ex., economia, ús del mòbil, tècniques d'estudi, *mindfulness*) que els ajuden a adquirir competències relacionades amb l'autoconeixement i l'autoregulació. Per una altra banda, a partir de l'establiment d'una metodologia específica i de programes com l'*Endavant Igualtat* (programa de Responsabilitat Social Corporativa amb l'objectiu que els jugadors realitzen activitats de convivència i col·laboració amb altres col·lectius socials perquè puguen experimentar altres maneres de viure diferents de la seua realitat), el club promou una sèrie de valors relacionats principalment amb la compassió, la identitat, el compromís, la igualtat i la responsabilitat. Aquesta filosofia del club perceben que els ajuda a establir valors que fomenten la CDS. A més, l'*Endavant Igualtat* els ajuda a reflexionar respecte a les diferències individuals, les limitacions i les capacitats de l'ésser humà. No obstant això, per l'estil de vida que tenen, refereixen que necessitarien més recursos relacionats amb la gestió administrativa i emocional a nivell individual.

Discussió

Els participants d'aquest article es troben dins del 10 % de futbolistes que arriben a ser professionals en l'etapa sènior (Dugdale et al., 2021) i els resultats indiquen que el club i les persones del seu entorn els ajuden a portar a

terme una trajectòria convergent (Torregrossa et al., 2021), és a dir, els faciliten cursar els estudis superiors al mateix temps. Autors com Jordana et al. (2022) i Torregrossa et al. (2021) han estudiat que els esportistes que es troben en la TJS i que creuen que arribaran a ser professionals del futbol solen escollir una trajectòria lineal i, per tant, acaben abandonant els estudis. Tot i això, els resultats d'aquest estudi ens mostren que els futbolistes-estudiants poden desenvolupar la CDS sempre que compten amb un entorn on hi haja unes condicions adaptades a les seues necessitats.

Schinke et al. (2018) expliquen que desenvolupar la compaginació de l'esport amb els estudis adaptada a les necessitats dels esportistes-estudiants ajuda a assolir objectius no només en aquestes àrees (esportiva i acadèmica), sinó també en la resta de àrees de la seua vida (p. ex., psicològica i social). Tot i això, el seu benestar emocional pot veure's perjudicat quan tracten d'afrontar els desafiaments que presenten durant la seua CDS (Brown et al., 2019). Aquest fet també podria augmentar el risc d'abandó dels estudis i a llarg termini no afavoriria la seua SM. En la mateixa línia que Kuettel i Larsen (2020), els participants expliquen que per poder compatibilitzar l'esport d'alt nivell amb els estudis superiors és important que el club els ajude a identificar els desafiaments que es poden presentar. Sobretot, necessiten que els proporcionen recursos basats en una organització i planificació adaptades i flexibles. No obstant això, cal insistir en el fet que els futbolistes-estudiants perceben que tenen un estil de vida amb altes exigències i que caldria que el club els proporcionara més recursos per a poder desenvolupar una CDS més satisfactòria amb la consideració de preservar la seua SM. Per exemple, suggereixen la incorporació de més aules d'estudi, sales de descans i formació basada en la gestió dels focus atencionals. Com indica Torregrossa et al. (2021), els recursos adaptats que proporciona l'entorn poden actuar com a factor protector. Per tant, si

els futbolistes-estudiants compten amb serveis de suport i condicions adaptades (Storm et al., 2021; Brown et al., 2019) dins d'aquest nivell d'exigència (McGuine et al., 2021) i, sobretot, per l'edat en què es troben (Åkesdotter et al., 2020), estaran més lluny de presentar problemes de desregulació emocional (Kegelaers et al., 2022).

Tenint en compte el nivell micro de l'esportista-estudiant (Henriksen et al., 2020), els resultats també suggereixen que les persones de l'entorn dels futbolistes-estudiants tenen un paper crucial amb el desenvolupament de la CDS (Defruyt et al., 2019). Necessiten que aquestes persones tinguin unes competències específiques (p. ex., competències en validació emocional, comprensió i adaptació). Al mateix temps, tal com ho suggereixen Wylleman et al. (2017), els futbolistes-estudiants consideren que és important que, sobretot, els especialistes en psicologia els faciliten l'adquisició de competències per a poder realitzar una compaginació saludable (p. ex., organització i planificació). També creuen que la relació que tenen amb les famílies i les parelles és fonamental per a disposar d'eixes suport social que necessiten. Aquests resultats van en la mateixa línia que els de Hurley et al. (2020), on expliquen que les famílies i les parelles dels esportistes-estudiants tenen un paper clau no sols en afavorir la seua compaginació de l'esport amb els estudis sinó també en el seu benestar emocional. Com a punts a potenciar, els participants consideren que rebre més sessions individuals amb els especialistes de psicologia els ajudaria amb la gestió de la seua CDS. Aquests resultats, que van en la mateixa línia que altres investigacions en esportistes-estudiants (Hong i Coffe, 2017; Orozco et al., 2018), ens encaminen a pensar que si les persones de l'entorn dels futbolistes-estudiants posen en pràctica certes competències i les transfereixen, poden ajudar en gran part a salvaguardar la CDS dels futbolistes-estudiants i, sobretot, a afavorir la seua SM (Defruyt et al., 2019).

En relació amb el benestar emocional dels futbolistes-estudiants i el nivell macro de l'esportista-estudiant (Henriksen et al., 2020), els resultats també ens indiquen que les xarrades i els tallers que organitza el club els ajuden a adquirir competències i valors (p. ex., autoconeixement, autoregulació, compassió, compromís i identitat) que els faciliten fer front a l'estil de vida tan exigent que presenten (Jordana et al., 2022). Tot i això, els participants consideren que, sobretot, el fet de rebre sessions individuals basades en l'establiment d'objectius realistes i la regulació emocional els ajudaria a funcionar millor. En la mateixa línia que els resultats de Wylleman et al. (2020), podem interpretar que el context, la cultura i els principis ètics són substancials a l'hora de treballar amb projectes que pretenen fomentar un desenvolupament saludable d'una CD, i encara més si parlem d'una CDS. Així mateix, els resultats del nostre estudi suggereixen que el club promou

una sèrie d'accions que ajuden els futbolistes-estudiants a fer front a les exigències de la CDS que podrien articular-se en el que es coneix com a "Programa d'Assistència de Carrera"; concretament, de tipus holístic (PAC; Torregrossa et al., 2020; Jordana et al., 2019). Aquests resultats també es podrien tindre en compte per a propostes d'altres treballs orientats a la prevenció que es porten a terme amb esportistes per a aconseguir el seu rendiment òptim des d'una perspectiva holística (Gómez et al., 2019). A més, el fet de treballar i considerar aquests aspectes recollits en els resultats, ajudaria els esportistes a fer front a qualsevol tipus de transició que els poguera esdevindre durant la seua carrera (p. ex., una pandèmia; Zamora-Solé et al., 2022).

La nostra investigació pot ajudar a reflectir la idea d'un model de club que es dedica no només a formar futbolistes, sinó a persones des d'una visió més enllà de l'esfera esportiva. Aquest model podria ser generalitzable a altres clubs, ja que permet una visió dels recursos que poden necessitar els futbolistes-estudiants per a poder compaginar futbol professional amb estudis superiors. Malgrat això, convé destacar algunes limitacions. En primer lloc, la mostra que hem escollit és una població reduïda, ja que hi ha pocs futbolistes que arriben al nivell sènior compaginant futbol professional i estudis superiors. Per tant, futures investigacions podrien explorar els motius d'abandonament dels estudis d'aquells futbolistes als quals els agradaria accedir a una educació superior i no han pogut fer-ho. En segon lloc, per a preservar la confidencialitat dels participants, tot i que hi ha informació complementària que podria ser interessant compartir, hem optat per no fer-ho. Futures investigacions podrien comprovar que aquests resultats ajuden a cobrir les necessitats que presenten els futbolistes-estudiants per a realitzar una CDS. Així mateix, animem altres clubs a implementar aquesta CDS a partir de les accions que hem suggerit en el nostre estudi. Per acabar, considerem que es necessita més investigació per a examinar de quina manera les demandes de les diferents àrees, així com els beneficis i els recursos que ofereix una CDS, afecten la SM dels futbolistes-estudiants.

Conclusió

Aquest treball mostra que sí que és possible compaginar el futbol professional amb els estudis superiors sempre que l'entorn siga facilitador d'aquesta carrera dual superior (CDS). Considerem que l'entorn té una responsabilitat no sols en el desenvolupament de la CDS, sinó també en la prevenció de la salut mental (SM) dels futbolistes-estudiants. En aquest sentit, perquè aquestes persones puguin complementar l'esport i els estudis superiors d'una manera saludable, és important que: (a) a nivell individual, el club identifique els desafiaments que presenten i els

assessore en les competències i els recursos necessaris; (b) a nivell micro, les persones més rellevants del seu entorn compten amb una sèrie de competències i els oferisquen un suport, condicions i mitjans adaptats; i (c) a nivell macro, el club fomenta una cultura que facilite la CDS i, al mateix temps, afavorisca el seu benestar emocional. De manera específica, i en termes d'aplicació pràctica, qualsevol club hauria de realitzar les accions següents: (a) establir una planificació i organització entre els diferents professionals que formen part del context d'aquest tipus d'esportistes basada en la flexibilitat i l'adaptació de les seues necessitats a través d'objectius realistes; (b) comptar amb professionals que els proporcionen competències relacionades amb l'organització, planificació i gestió de les transicions i, a més, oferir formacions per a les persones del seu entorn (p. ex., mares, pares i parelles) perquè puguen ajudar-los amb l'acompanyament de la seua carrera dual superior; i (c) establir una metodologia basada en l'autoconeixement i l'autoregulació de l'esportista-estudiant a través de programes on es proporcionen eines i recursos psicològics. D'aquesta manera, tot i l'estil de vida que tenen els futbolistes-estudiants que es desenvolupen en aquest tipus d'entorn, si se segueixen aquestes indicacions suggerides, els factors de risc es podrien contrarestar amb factors de prevenció. És a dir, l'estrès que presenta la quantitat de demandes que han d'afrontar i, per tant, el perill d'abandonar la carrera esportiva o els estudis per falta de recursos, es podrà veure contrarestant amb una CDS amb mitjans que els permeten disposar d'alternatives tant al llarg de la seua trajectòria esportiva com al finalitzar-la. I, per extensió, es procurarà afavorir que tinguen una vida més lliure de problemes de SM.

Referències

- Åkesdotter, C., Kenttä, G., Eloranta, S., & Franck, J. (2020). The prevalence of mental health problems in elite athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 23(4), 329-335. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.10.022>
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). Toward good practice in thematic analysis: Avoiding common problems and becoming a knowing researcher. *International Journal of Transgender Health*, 24:1, 1-6. <https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2129597>
- Brown, C. J., Webb, T. L., Robinson, M. A., & Cotgreave, R. (2019). Athletes' retirement from elite sport: A qualitative study of parents and partners' experiences. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 51-60. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.09.005>
- Chamorro, J. L., Torregrossa, M., Sánchez Oliva, D., García Calvo, T., & León, B. (2016). Future Achievements, Passion and Motivation in the Transition from Junior-to-Senior Sport in Spanish Young Elite Soccer Players. *The Spanish Journal of Psychology*, 19(E69), 1-12. <https://doi.org/10.1017/sjp.2016.71>
- Defruyt, S., Wylleman, P., Torregrossa, M., Schipper-van Veldhoven, N., Debois, N., Cević Erpić, S., & De Brandt, K. (2019). The development and initial validation of the dual career competency questionnaire for support providers (DCCQ-SP). *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 0(0), 1-18. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1581827>
- Dugdale, J. H., Sanders, D., Myers, T., Williams, A. M., & Hunter, A. M. (2021). Progression from youth to professional soccer: A longitudinal study of successful and unsuccessful academy graduates. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 31, 73-84. <https://doi.org/10.1111/sms.13701>
- Gómez, A., Roqueta, E., Tarragó, J. R., Seirul-lo, F., & Cos, F. (2019). Training in Team Sports: Coadjuvant Training in the FCB. *Apunts Educación Física y Deportes*, 138, 13-25. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2019/4\).138.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2019/4).138.01)
- Henriksen, K., Storm, L. K., Kuettel, A., Linnér, L., & Stambulova, N. (2020). A holistic ecological approach to sport and study: The case of an athlete friendly university in Denmark. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101637. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101637>
- Hodge, K., Henry, G., & Smith, W. (2014). A case study of excellence in elite sport: Motivational climate in a world champion team. *The Sport Psychologist*, 28(1), 60-74. <https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0037>
- Hong, H. J., & Coffee, P. (2017). A psycho-educational curriculum for sport career transition practitioners: Development and evaluation. *European Sport Management Quarterly*, 18, 287-306. <http://dx.doi.org/10.1080/16184742.2017.1387925>
- Hurley, D., Swann, C., Allen, M. S., & Vella, S. A. (2020). A qualitative evaluation of a mental health literacy intervention for parents delivered through community sport clubs. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101635. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101635>
- Jordana, A., Pons, J., Borrueco, M., Pallarés, S. & Torregrossa, M. (2019). Implementation of a Dual Career Assistance Programme in a private multisport club. *Revista de Psicologia Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 4, pp. e9, 1-7. <https://doi.org/10.5093/rpadef2019a8>
- Jordana, A., Ramis, Y., Chamorro, J. L., Pons, J., Borrueco, M., De Brandt, K., & Torregrossa, M. (2022). Ready for Failure? Irrational Beliefs, Perfectionism and Mental Health in Male Soccer Academy Players. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 1-24. <https://doi.org/10.1007/s10942-022-00491-x>
- Kegelaers, J., Wylleman, P., Defruyt, S., Praet, L., Stambulova, N., Torregrossa, M., Kenttä, G., & De Brandt, K. (2022). The mental health of student-athletes: a systematic scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-34. <https://doi.org/10.1080/01750984X.2022.2095657>
- Kuettel, A., & Larsen, C. H. (2020). Risk and protective factors for mental health in elite athletes: A scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 231-265. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2019.1689574>
- McGuine, T. A., Biese, K. M., Petrovska, L., Hetzel, S. J., Reardon, C., Kliethermes, S., Bell, D. R., Brooks, A., & Watson, A. M. (2021). Mental health, physical activity, and quality of life of US adolescent athletes during COVID-19-related school closures and sport cancellations: A study of 13 000 athletes. *Journal of Athletic Training*, 56(1), 11-19. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-0478.20>
- Mejías, J., Torregrossa, M., Jordana, A., Borrueco, M., Pons, J., & Ramis, Y. (2021). Taxonomía de Entornos Desarrolladores de Carrera Dual en España. *Cultura, Ciencia y Deporte* 16(47), 19-29. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1624>
- Morris, L. M., Twilley, D., Sidman, C. L., Adamczyk, H., Gasell, Z., & Plemmons, K. (2020). Student-Athletes: An exploration of subjective wellbeing. *The Sport Journal*, 24(1), 1-11.
- NCAA Sport Science Institute. (2016). Interassociation consensus document: Mental Health Best Practices. Understanding and Supporting Student-Athlete Mental Wellness. https://ncaaorg.s3.amazonaws.com/ssi/mental/SSI_MentalHealthBestPractices.pdf
- Orozco, A. M., Pérez, A. A., & Sierra, F. S. (2018). U8 football training: Optimising educational potential. *Apunts Educación Física y Deportes*, (133), 68-84. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2018/3\).133.05](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/3).133.05)
- Pallarés, S., Azócar, F., Torregrossa, M., Selva, C., & Ramis, Y. (2011). Athletic career models in water polo and their involvement in the transition to an alternative career. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 6(17), 93-103. <https://doi.org/10.12800/ccd.v6i17.36>
- Patton, M. Q. (2002). Qualitative research and evaluation methods. Thousand Oaks (CA): Sage Publications. New York, New Delhi, London.

- Perez-Rivases, A., Pons, J., Regüela, S., Viladrich, C., Pallarès, S., & Torregrossa, M. (2020). Spanish female student-athletes' perception of key competencies for successful dual career adjustment. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-15. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1717575>
- Prieto-Ayuso, A. (2008). La formación del talento en el ámbito deportivo: la transferencia de los procesos formativos en el ámbito educativo al joven jugador de fútbol. 2017 [The formation of talent in the sports field: the transfer of formative processes in the field of education to the young football (...)]. *Tesis doctorales*, (15). <https://revista-apunts.com/la-formacion-del-talento-en-el-ambito-deportivo-transferencia-de-los-procesos-formativos-en-el-ambito-educativo-al-joven-jugador-de-futbol/>
- Samuel, RD, Galily, Y. y Tenenbaum, G. (2017). ¿Quién eres, árbitro? Definición del árbitro de fútbol carrera desde una perspectiva basada en el cambio. *Revista Internacional de Psicología del Deporte y el Ejercicio*, 15(2), 118–130. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2015.1079792>
- Schinke, R. J., Stambulova, N., Si, G., & Moore, Z. (2018). International society of sport psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(6), 622–639. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1295557>
- Smith, B., & Sparkes, A. C. (2017). *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise*. Routledge.
- Stambulova, N., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 4–14. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.009>
- Stambulova, N. B., Ryba, T. V., & Henriksen, K. (2020). Career development and transitions of athletes: the International Society of Sport Psychology Position Stand Revisited. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 0(0), 1–27. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1737836>
- Stambulova, N. B., & Wylleman, P. (2014). Athletes career development and transitions. In A. G. Papaioanu i D. Hackfort (Eds.), *Routledge companion to sport and exercise psychology: Global perspectives and fundamental concepts* (pp. 603–620). Routledge.
- Stambulova, N., & Wylleman, P. (2019). Psychology of athletes' dual careers: A state of the art critical review of the European discourse. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 74–88. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.013>
- Storm, L. K., Henriksen, K., Stambulova, N. B., Cartigny, E., Ryba, T. V., De Brandt, K., Ramis, Y., & Cecić Erpić, S. (2021). Ten essential features of European dual career development environments: A multiple case study. *Psychology of Sport and Exercise*, 54, 101918. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101918>
- Sullivan, M., Moore, M., Blom, L. C., & Slater, G. (2020). Relationship between social support and depressive symptoms in collegiate student athletes. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 14(3), 192–209. <https://doi.org/10.1080/19357397.2020.1768034>
- World Medical Association (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191–2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>
- Torregrossa, M., Chamorro, J. L., Prato, L., & Ramis, Y. (2021). Grupos, Entornos y Carrera Deportiva. In T. García-Calvo, F. M. Leo, i E. Cervelló (Eds.), *Dirección de Equipos Deportivos* (pp. 355–374). Tirant Humanidades.
- Torregrossa, M., Ramis, Y., Pallarés, S., Azócar, F., & Selva, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 50–56. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.03.003>
- Torregrossa, M., Regüela, S., & Mateos, M. (2020). Career Assistance Programmes. In D. Hackfort i R. J. Schinke (Eds.), *The Routledge International Encyclopedia of Sport and Exercise Psychology* (pp. 73–88). Routledge.
- Wylleman, P., De Brandt, K., & Defruyt, S. (Eds.). (2017). *GEES handbook for dual career support providers (DCSPs)*.
- Wylleman, P., De Brandt, K., & De Knop, P. (2020). Career development. In D. Hackfort, & R. J. Schinke (Eds.), *The Routledge International encyclopedia of Sport and Exercise psychology. Volume 2: Applied and Practical measures* (pp. 714–731). Taylor & Francis Group.
- Zamora-Solé, R., Alcaraz, S., Regüela, S., & Torregrossa, M. (2022). Experiences of Olympic Hopefuls of the Disruption of the Olympic Cycle at Tokyo 2020. *Apunts Educación Física y Deportes*, 148, 1–9. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/2\).148.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/2).148.01)

Conflicte d'interessos: les autories no han comunicat cap conflicte d'interessos.



© Copyright Generalitat de Catalunya (INEFC). Aquest article està disponible a l'URL <https://www.revista-apunts.com/ca/>. Aquest treball està publicat sota una llicència Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License. Les imatges o qualsevol altre material de tercers d'aquest article estan inclosos a la llicència Creative Commons de l'article, tret que s'indiqui el contrari a la línia de crèdit; si el material no s'inclou sota la llicència Creative Commons, els usuaris hauran d'obtenir el permís del titular de la llicència per reproduir el material. Per veure una còpia d'aquesta llicència, visiteu <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>