

## Resumo

Avaliação do bem-estar psicológico, físico e emocional dos jovens integrados no tecido social e distanciados da família: A Casa do Dragão.

O presente estudo tem como finalidade a avaliação do bem-estar psicológico, físico e emocional dos jovens atletas do FC do Porto integrados na instituição, a Casa do Dragão, deslocados do seio familiar. Com este estudo pretende-se identificar os fatores de risco dos jovens, avaliando a história de vida de cada um dos atletas no regime de internato. A abordagem qualitativa foi escolhida no presente trabalho, pois a observação das rotinas em contexto de estágio, a observação de comportamentos e atitudes ao longo do estágio de Mestrado foi fundamental para recolher informações importantes acerca da personalidade e do bem-estar do jovem atleta.

A recolha de dados foi feita através de uma entrevista individual e a análise de dados foi realizada através da leitura sistemática de todas as sessões elaboradas junto dos jovens, notas e condutas recolhidas no contexto real.

A qualidade de vida não está relacionada apenas com factores de saúde, ou seja, o bem-estar físico, funcional e mental da pessoa, mas também a forma e importância que o sujeito atribui significado às relações que estabelece consigo mesmo, com os outros e com o mundo. A auto-estima, autonomia e autoconhecimento são características fundamentais para o bem-estar da pessoa, e afetam no crescimento e desenvolvimento da personalidade.

A Casa do Dragão é um regime de internato para jovens atletas do FC do Porto, sendo o trabalho dos colaboradores do clube muito importante no desenvolvimento e crescimento dos jovens, o objetivo destes colaboradores é fazer com que os jovens se sintam integrados, uma boa adaptação à instituição e que consigam ser grandes atletas sem prejudicarem os estudos.

O objetivo deste estudo é analisar até que ponto os jovens conseguem conciliar as práticas educativas com as desportivas e até que ponto isso pode influenciar o seu bem-estar. Se o sonho no mundo do desporto não se realiza? É importante os jovens estarem devidamente consciencializados para a importância da escola e terem a noção que nem todos os atletas podem ser jogadores de futebol profissionais e qualificados. Esta consciencialização permite evitar ou diminuir a frustração e desilusão perante a não realização do sonho, por isso as competências pessoais trabalhadas nos jovens são relevantes para o bem-estar destes.

**Palavras – chave:** Atletas, bem-estar, fatores de risco, Casa do Dragão

### Abstract

Assessment of psychological well-being, physical and emotional development of young people integrated into the social fabric apart and Family: A Casa do Dragão.

The present study aims at evaluating the psychological well-being, physical and emotional development of young athletes from FC Porto in the integrated institution, Casa do Dragão, moved from the family. This study seeks to identify risk factors for young people, assessing the life history of each athlete in a boarding school.

The qualitative approach was chosen in this work, since the observation of routines in the context of training, observation of behaviors and attitudes along the Masters stage was essential to gather important information about the personality and well-being of young athletes.

Data collection was done through an individual interview and data analysis was performed by systematic reading of all the sessions designed for young people, grades and behavior collected in a real context. Quality of life is not only related to health factors, ie, the physical well-being, functional and mental health of person, but also how important the subject and gives meaning to establishing relationships with oneself, others and the world. Self-esteem, autonomy and self-knowledge are key features to the welfare of the person, and affect the growth and development of personality. The home of a dragon is a boarding school for young athletes from FC Porto, and the work of employees of the club very important in the development and growth of young people, the purpose of these employees is to make young people feel included, a good adaptation the institution and they can be great athletes without harming the studies.

The aim of this study is to analyze the extent to which young people can reconcile the educational practices with the sport and to what extent this may influence their well-being. If the dream in the sports world does not take place? It is important to young people to be fully made aware of the importance of school and have the notion that not all athletes are football players and qualified professionals.

This awareness allows the avoidance or reduction of frustration and disappointment at the non-realization of the dream, so I worked on the personal skills in young people are relevant to the welfare of these.

**Key-Words:** Athletes, welfare, risk factors, Casa do Dragão