



Instituto Politécnico
de Castelo Branco
Escola Superior
de Educação

Efeitos do Estilo de Liderança do Treinador na Motivação Autodeterminada e Bem-estar subjetivo de Atletas de Desporto Adaptado com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental Integrantes do Special Olympics

Ana Margarida Martins Domingues

Orientadores

Professor Doutor Jorge Manuel Folgado dos Santos

Professor Doutor João Manuel Patrício Duarte Petrica

Dissertação de Mestrado apresentada à Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Atividade Física na especialidade de Desporto Adaptado, realizada sob a orientação científica dos orientadores Professor Doutor Jorge Manuel Folgado dos Santos e Professor Doutor João Manuel Patrício Duarte Petrica do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

Castelo Branco, abril de 2021

Composição do júri

Presidente do júri

Professora Doutora, Maria Helena Ferreira de Pedro Mesquita

Professora Adjunta da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal

Vogais

Professora Doutora, Ruth Jiménez Castuera

Professora Titular da Faculdade de Ciências do Desporto da Universidade de Extremadura, Espanha

Professor Doutor, Marco Alexandre da Silva Batista

Professor Adjunto da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal

Professor Doutor, Jorge Manuel Folgado dos Santos

Professor Adjunto Convidado da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal

Dedicatória

Trilhar este caminho só foi possível com o apoio, energia e força de várias pessoas, a quem dedico especialmente este projeto de vida.

*Aos meus Pais, com todo o amor e gratidão,
por tudo o que fizeram por mim ao longo da minha vida!*

Bem-haja! Amo-vos...

Agradecimentos

Uma dissertação de mestrado é uma longa viagem, que inclui uma trajetória permeada por inúmeros desafios, tristezas, incertezas, alegrias e muitos percalços pelo caminho, que reúne contributos de várias pessoas, indispensáveis para encontrar o melhor rumo em cada momento da caminhada. Sou porque somos, na terceira pessoa do plural. Neste sentido, é chegada a altura de expressar a minha profunda gratidão:

- Ao Professor Doutor Jorge Santos e ao Professor Doutor João Petrica pela extraordinária supervisão, orientação, disponibilidade e interesse ao longo do desenvolvimento desta tese, a qual foi uma mais valia para este trabalho. Agradeço também pela partilha de conhecimento e da disponibilidade.

- Ao Professor Doutor Marco Batista, que acompanhou de perto este projeto. Agradeço pela sua dignificante generosidade em dividir comigo o seu tempo, o seu conhecimento e a sua humildade. O seu apoio foi fundamental na realização deste trabalho.

- À Doutoranda Fernanda Silva, pelo seu apoio e contributo nas suas palavras e sugestões, e ao Professor Doutor Rui Luís, familiar direto, e um profissional exímio na sua área, por serem uma referência académica para mim. Agradeço por partilharem comigo a vossa experiência e conhecimento!

- A nível institucional, quero deixar uma palavra de apreço à Escola Superior de Educação de Castelo Branco por me ter permitido realizar este estudo, não esquecendo o brilhante leque de profissionais e investigadores que fazem da Escola Superior de Educação uma escola de excelência. Bem-haja a todos que me ensinaram a ser melhor.

- A todas as instituições por nos terem possibilitado a recolha de dados junto dos seus utentes. A vossa colaboração foi imprescindível.

- O meu agradecimento é extensível a todos os atletas que gentilmente participaram neste estudo, pela sua colaboração e cooperação. A vossa simpatia, generosidade e comprometimento é um exemplo, ensinando-me a ser melhor!

- Aos colegas que nos ajudaram na recolha de dados de forma incansável, Sandra Ribeiro, Gabriela Nunes, Filipe Gonçalves, José Pedro, Inês Fernandes e ao Professor Pedro Pires.

- Ao Hugo por ser um pilar fundamental na minha vida, apoiando-me sempre e incondicionalmente, respeitando todas as horas que abdiquei de estarmos juntos.

- Por último, mas não menos importante, a toda a minha família, sem exceção! Um agradecimento especial é dirigido ao meu pai Vitor, à minha mãe Angela, aos meus irmãos João e Bia, por todo o apoio, pelo encorajamento constante, e por todos os valores que me inculcem... Qualquer palavra a justificar este agradecimento seria a limitar tudo o que têm feito por mim.

Sozinhos vamos mais depressa, juntos vamos mais longe... A TODOS, o meu BEM-HAJA!

Epígrafe

*“Para ser grande, sê inteiro: nada
Teu exagera ou exclui.
Sê todo em cada coisa. Põe quanto és
No mínimo que fazes.
Assim em cada lago a lua toda
Brilha, porque alta vive.”*

Fernando Pessoa

Resumo

A comunidade técnica e científica está consciente do papel da atividade física na motivação e do bem-estar que dela advém para o praticante, e que o aprofundar destes conhecimentos para atletas com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental de Desporto Adaptado é apresentado, enquanto um trunfo para criar estratégias por parte dos seus treinadores. Desta forma, a presente dissertação de mestrado foi subdividida em três estudos estruturados de forma independente, com os procedimentos científicos adequados a cada um deles. Este estudo teve por objetivo: **Estudo 1** - verificar os níveis de autodeterminação e Bem-estar subjetivo dos atletas e comparar as variáveis em análise em função do género; **Estudo 2** - verificar os níveis de autodeterminação, bem-estar subjetivo dos atletas e, influência do estilo democrático e autocrático dos seus treinadores, identificar as relações das variáveis, verificando o grau de associação das mesmas e, procurar indicadores preditivos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e Bem-estar subjetivo; **Estudo 3** - analisar se e de que forma as Necessidades Psicológicas Básicas (relação, autonomia e relação social) e a Motivação Autónoma e Controlada medeiam a relação das variáveis do estilo de liderança Democrático e Autocrático com o Bem-estar subjetivo. Para alcançar os objetivos definidos, foram adotados os seguintes passos: i) revisão da literatura; ii) verificação dos níveis de autodeterminação e Bem-estar subjetivo; iii) comparação das variáveis em função do género; iv) mediação da relação do estilo de liderança Democrático e Autocrático do treinador com o Bem-estar subjetivo destes atletas. As principais conclusões encontradas apontam: i) no **Estudo 1** - observámos que a satisfação das necessidades psicológicas básicas e a motivação predizem bons níveis de satisfação com a vida e também de afetos positivos, e verificámos diferenças estatisticamente significativas na satisfação com a vida e nos afetos negativos ao confrontar os resultados em função do género; ii) no **Estudo 2** – verifica-se que o estilo de liderança Democrático não se apresenta significativo no bem-estar subjetivo dos atletas, evidenciando valores significativos na satisfação com a vida dos atletas e; iii) no **Estudo 3** - reparámos que existe um efeito de mediação entre as das Necessidades Psicológicas Básicas e a Motivação Autónoma, exercidas entre o perfil de liderança Democrático, e ainda, entre a Motivação Controlada e o estilo de liderança Autocrático do treinador e o Bem-estar subjetivo do atleta. Os nossos resultados reforçam a importância de promover uma relação no estilo de liderança democrático por parte do treinador nos seus atletas, ativando assim, um bem-estar subjetivo elevado por parte dos atletas. Estes resultados podem ser profícuos para profissionais das áreas de Ciências do Desporto e da Psicologia, os quais devem reforçar a importância deste tipo de ferramentas para os treinadores e para a potencialização dos atletas com DID, podendo estes resultados serem considerados uma fonte segura para futuras investigações.

Palavras-chave: Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental; Teoria da Autodeterminação; Bem-estar subjetivo; Estilo de Liderança Democrático; Desporto Adaptado

Abstract

The technical and scientific community is aware of the role of physical activity in the motivation and well-being that comes from it for its practitioner, and that the deepening of this knowledge for athletes with Intellectual and Developmental Difficulty of Adapted Sport is presented, as an asset to create strategies on the part of their coaches. Thus, this master's thesis was subdivided into three independently structured studies, with the appropriate scientific procedures for each of them. This study aimed to: **Study 1** - to verify the levels of self-determination and Subjective Well-being of athletes and to compare the variables under analysis according to gender; **Study 2** - to verify the levels of self-determination, subjective well-being of athletes and influence of the democratic and autocratic style of their coaches, identify the relationships of the variables, verifying their degree of association and, seek predictive indicators of the coach's leadership style in self-determined motivation and Subjective Well-Being; **Study 3** - to analyze whether and how basic psychological needs (relationship, autonomy and social relationship) and autonomous and controlled motivation measure the relationship between the variables of the Democratic and Autocratic leadership style with subjective well-being. To achieve the defined objectives, the following steps were adopted: i) literature review; ii) verification of levels of self-determination and Subjective Well-being; iii) comparison of variables according to gender; iv) mediation of the relationship of the democratic and autocratic leadership style of the coach with the Subjective Well-Being of these athletes. The main conclusions found indicate that: i) in **Study 1** - we observed that the satisfaction of basic psychological needs and motivation predict good levels of satisfaction with life and also of positive attachment, and we found statistically significant differences in life satisfaction and negative attachment when confronting results according to gender; ii) in **Study 2** - it is verified that the democratic leadership style is not significant in the subjective well-being of athletes, evidencing significant values in the satisfaction with the athletes' lives and; iii) in **Study 3** - we noticed that there is a mediation effect between those of Basic Psychological Needs and Autonomous Motivation, exercised between the Democratic leadership profile, and also between the Controlled Motivation and the autocratic leadership style of the coach and the Subjective Well-Being of the athlete. Our results reinforce the importance of promoting a relationship in the style of leadership on the part of the coach in their athletes, thus activating a high Subjective Well-being on the part of athletes. These results can be useful for professionals in the fields of Sports Sciences and Psychology, which should reinforce the importance of this type of tools for coaches democratic and for the potentiation of athletes with DID, and these results can be considered a safe source for future investigations.

Keywords: Intellectual and Developmental Difficulty; Self-Determination Theory; Subjective Well-Being; Democratic Leadership Style; Adapted Sports

Índice Geral

Resumo.....	XI
Abstract.....	XIII
Índice Geral	XV
Índice de Figuras.....	XVII
Lista de Tabelas.....	XIX
Lista de Abreviaturas, Siglas e Acrónimos	XXI
1. Introdução Geral.....	3
2. Revisão da Literatura	9
2.1. Introdução	9
2.2. Desporto Adaptado (DA).....	9
2.2.1. Special Olympics de Portugal (SOP)	12
2.3. Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental (DID)	13
2.3.1. Agentes Causadores da DID.....	15
2.3.2. Características da DID	15
2.3.3. Comportamento Adaptativo (CA).....	16
2.3.4. Classificação da DID.....	17
2.3.5. Fatores Interventivos na Inclusão do Indivíduo com DID	18
2.4. Teoria da Autodeterminação (TAD)	19
2.4.1. Tipos de motivação.....	23
2.5. Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas (TNPB)	24
2.6. Bem-Estar Subjetivo (BES).....	25
2.6.1. Satisfação com a vida (SCV).....	26
2.6.2. Afetos positivos e Afetos negativos.....	27
2.7. Liderança do Treinador no Desporto.....	27
3. Problemática.....	31

3.1. Problema da Investigação	31
3.2. Objetivos Específicos.....	32
3.3. Variáveis da Investigação.....	32
3.4. Instrumentos de Investigação.....	33
3.4.1. Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNES).....	34
3.4.2. Behavioral Regulation in Sport (BRSQ)	34
3.4.3. Satisfaction with Life Scale (SWLS)	34
3.4.4. Positive and Negative Affect Schedule (PANAS).....	35
3.4.5. Leadership Scale for Sport (LSS) – percepção dos atletas.....	35
3.5. Protocolo de Tratamento de Escalas	35
4. Estudos Realizados.....	39
4.1. Estudo 1	39
4.2. Estudo 2	53
4.3. Estudo 3	69
5. Conclusões Gerais.....	103
6. Sugestões para Estudos Futuros	107
7. Referências Bibliográficas.....	111
7.1. Capítulo 4.....	121
7.1.1. Estudo 1.....	121
7.1.2. Estudo 2.....	125
7.1.3. Estudo 3.....	129

Índice de Figuras

Capítulo 2

Figura 1 - Excertos da Lei nº5/2007 da Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto, de 16 de janeiro..... 12

Figura 2 - Modelo Teórico do Funcionamento Humano (AAIDD, 2007)..... 18

Figura 3 - Teoria da Autodeterminação (Pires, Cid, Borrego, Alvez & Silva, 2010)

..... 21

Figura 4 - Modelo Hierárquico Motivacional (Vallerand, 2001)..... 22

Capítulo 4

Estudo 3

Figura 5 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Relação Social (M1) e a Motivação Autónoma (M2)..... 77

Figura 6 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Autónoma (M2)..... 78

Figura 7 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Competência (M1) e a Motivação Autónoma (M2)..... 79

Figura 8 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos positivos (Y), a Relação (M1) e a Motivação Autónoma (M2)..... 80

Figura 9 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos positivos (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Autónoma (M2)..... 81

Figura 10 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos positivos (Y), a Competência (M1) e a Motivação Autónoma (M2)..... 82

Figura 11 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos negativos (Y), a Relação (M1) e a Motivação Autónoma (M2)..... 83

Figura 12 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos negativos (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Autônoma (M2).....	84
Figura 13 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos negativos (Y), a Competência (M1) e a Motivação Autônoma (M2).....	85
Figura 14 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Relação (M1) e a Motivação Controlada (M2).....	86
Figura 15 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Controlada (M2).....	87
Figura 16 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Competência (M1) e a Motivação Controlada (M2).....	88
Figura 17 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos positivos (Y), a Relação (M1) e a Motivação Controlada (M2)	89
Figura 18 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos positivos (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Controlada (M2).....	90
Figura 19 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos positivos (Y), a Competência (M1) e a Motivação Controlada (M2).....	91
Figura 20 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos negativos (Y), a Relação (M1) e a Motivação Controlada (M2)	92
Figura 21 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos negativos (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Controlada (M2).....	93
Figura 22 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos negativos (Y), a Competência (M1) e a Motivação Controlada (M2).....	94

Lista de Tabelas

Capítulo 4

Estudo 1

Tabela 1 - Estatística descritiva e normalidade das variáveis da Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida, Afetos positivos e Negativos de atletas com DID participantes no SOP..... 46

Tabela 2 - Nível de significância das comparações para as variáveis da Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida, Afetos positivos e Negativos de atletas com DID participantes no SOP em função do género 47

Tabela 3 - Regressão linear para as variáveis da Motivação e Necessidades Psicológicas Básicas com a Satisfação com a vida de atletas com DID participantes no SOP..... 48

Tabela 4 - Regressão Linear para as variáveis da Motivação e Necessidades Psicológicas Básicas com os Afetos positivos de atletas com DID participantes no SOP 49

Estudo 2

Tabela 5 - Estatística descritiva e análise de fiabilidade das variáveis da Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida, Afetos positivos e Negativos e Estilo de Liderança Democrático ou Autocrático 61

Tabela 6 - Coeficiente de Correlação de Spearman entre as variáveis dos questionários..... 62

Tabela 7 - Regressão Linear para a variável do Estilo Democrático com a Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida e Afetos 63

Tabela 8 - Regressão Linear para a variável do Estilo Autocrático com a Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida e Afetos 64

Lista de Abreviaturas, Siglas e Acrónimos

AAIDD – American Association on Intellectual and Developmental Disabilities

AF – Atividade Física

ANDDEMOT - Associação Nacional de Desporto para Deficientes Motores

ANDDI - Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Intelectual

BES – Bem-estar subjetivo

BPNES – Basic Psychological Needs Exercise Scale

BRSQ – Behavioral Regulation in Sport Questionnaire

CA – Comportamento Adaptativo

CIF - Classificação Internacional de Funcionalidade

CPI - Comité Paralímpico Internacional

CPP - Comité Paralímpico de Portugal

DA – Desporto Adaptado

DID – Dificuldade Desenvolvimental e Intelectual

DM – Deficiência Mental

ELD – Escala de Liderança no Desporto

FPDD - Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência

IC – Intervalo de Confiança

ICSD - International Committee for Sport for Deaf

LPDS - Liga Portuguesa de Desporto para Surdos

LSS - Leadership Scale for Sport

NPB – Necessidades Psicológicas Básicas

OMS – Organização Mundial da Saúde

PANAS – Positive and Negative Affect Scale

PC-AND - Paralisia Cerebral – Paralisia Cerebral – Associação Nacional de Desporto

QI – Quociente de Inteligência

SO – Special Olympics

SOP – Special Olympics Portugal

SCV – Satisfação com a vida

SWLS – Satisfaction with Life Scale

TAC - Teoria da Avaliação Cognitiva

TAD – Teoria da Autodeterminação

TCO - Teoria dos Conteúdos dos Objetivos

TIO - Teoria da Integração Organísmica

TMR - Teoria da Motivação de Relacionamentos

TNPB- Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas

TOC - Teoria das Orientações Causais

e. g. - por exemplo

et al – (et alias) e outros

etc – (et cetera) e os restantes/ e outras coisas mais

CAPÍTULO 1

INTRODUÇÃO GERAL

1. Introdução Geral

O desporto, como hoje o conhecemos, tem a sua origem na história da Atividade Física (AF) e do movimento humano. Nos primórdios da Humanidade (3000 a.C. até 500 a.C.), o processo de seleção natural baseava-se na força e na resistência física necessárias às atividades básicas de sobrevivência, como a caça, a pesca, a defesa contra predadores e/ou território, determinando assim a lei do mais forte. Neste contexto ambiental, por vezes hostil, indivíduos com algum tipo de deficiência eram alvo de rituais de purificação, exorcismo e até sacrifício. Apenas no século XX, devido ao elevado número de veteranos de guerra com deficiências adquiridas em combate nas grandes guerras mundiais e, necessidade de os reabilitar, é que as sociedades ocidentais se viram forçadas a rever as suas conceções e atitudes face à deficiência. A prática desportiva passa então a ser vista e aceite como a melhor forma de intervenção, com o objetivo de promover a sua reintegração na sociedade. Este período foi pródigo na constituição de organizações internacionais dedicadas ao fomento e à organização de competições desportivas dirigidas a pessoas com deficiência, contribuindo para o surgimento e a consolidação do conceito de Desporto Adaptado (DA). Desde então, este fenómeno tem granjeado simpatizantes e, sobretudo o reconhecimento da sua importância para a inclusão destas populações numa sociedade mais justa e igualitária, assumindo-se como uma das componentes da organização social mais dinâmica (Santos, Almeida, Oliveira, Fernandes, & Cruz-Santos, 2013).

Sendo o Desporto Adaptado a representação de um dos mais importantes fatores promotores do sucesso educativo, inclusão e desenvolvimento psicossocial (Santos, et al., 2013). Ao abordar o Desporto Adaptado podemos entender o que diversos autores referem. Neste sentido, Caspersen, Pereira e Curran (2000) afirmam que através do Desporto Adaptado torna-se possível proporcionar condições para que a população com deficiência se reconheça como seres humanos e procurem o seu desenvolvimento de forma lúdica e prazerosa, proporcionando benefícios evidentes a vários níveis (físicos, psicológicos e sociais), levando-os a ganhar mais independência e autoconfiança para a realização de atividades diárias, e melhorias significativas da autoestima e do autoconceito dos seus praticantes. No mesmo contexto, Ferreira (2017) refere que o desporto como fator social, numa sociedade que procura ser cada vez mais justa e igualitária configura-se num importante catalisador para a promoção da igualdade e inclusão social dos indivíduos. Na sua vertente adaptada, o desporto contribui para melhorias significativas na funcionalidade, autonomia social e na qualidade de vida de indivíduos portadores de deficiência.

A Teoria da Autodeterminação (TAD), desenvolvida por Richard Ryan e Edward Deci por volta dos anos 80 (Deci & Ryan, 2000) é uma das teorias mais conhecidas, considerada e importante teoria da motivação contemporânea e utilizadas para investigar os processos motivacionais em diversos contextos (Deci, Vallerand, Pelletier & Ryan, 1991), trata-se de uma macro teoria da motivação humana, do

desenvolvimento da personalidade e do bem-estar, a qual afirma que todos os seres humanos têm uma tendência natural para o crescimento pessoal e para a integração psicológica (Markland, Ryan, Tobin & Rollnick, 2005). No contexto do desporto e AF são vários os autores (Cid, 2010; Craike, 2008; Deci & Ryan, 2008; Ryan & Deci, 2000) que afirmam que motivações mais autodeterminadas estão associadas a consequências positivas, quer a nível físico como também psicológico, comportamental e afetivo, que por sua vez resulta numa melhor satisfação com a vida e intenção de continuar a prática. A motivações menos autodeterminadas surgem associadas a consequências menos positivas como o aborrecimento, infelicidade e abandono da prática (Moreno-Murcia, Blanco, Galindo, Villodre & Cool, 2007). As Necessidades Psicológicas Básicas (NPB) de autonomia, relação e competência prevêm os tipos de motivação, isto é, um indivíduo com a capacidade de regular as suas ações (autonomia), com a capacidade de eficácia na integração com o meio envolvente (competências) e a capacidade de desenvolver ligações e relações interpessoais (relacionamento), é considerado um indivíduo autodeterminado. O conjunto destes três fatores podem determinar a regulação do comportamento do sujeito (Serra, 2010).

Relativamente ao Bem-Estar Subjetivo (BES), Diener (1984) afirma que o conceito apresenta três características gerais: é subjetivo porque depende da experiência do indivíduo, ou seja, é ele que julga o seu bem-estar de acordo com os seus próprios critérios; não é definido apenas pela ausência de fatores negativos, mas também pela presença de fatores positivos; e inclui uma avaliação global de todos os aspetos da vida do indivíduo, ou seja uma avaliação integral. A ideia que subjaz ao conceito de bem-estar subjetivo é que os seres humanos, continuamente, fazem avaliações acerca da sua vida, que geram reações emocionais, as quais podem ser prazerosas ou desgostosas (Santos, 2012).

A relação entre técnico e atleta é dinâmica, multifacetada e complicada (Shepherd, Lee, & Kerr, 2006). É uma relação fundamental para entender o desporto, tendo em conta as responsabilidades desempenhadas pelo treinador na preparação física, técnica, tática e até mesmo psicológica dos atletas (Dignani, 2007).

De acordo, com o presente estudo, queremos estudar a relação entre as Necessidades Psicológicas Básicas e a motivação com a satisfação com a vida e, também com os afetos positivos e negativos destes atletas, compreendendo, efetivamente se existem diferenças significativas entre ambos os géneros.

Apesar de existirem poucos estudos empíricos que abordam especificamente a liderança no Desporto Adaptado, os existentes partem do pressuposto que o tipo de liderança e de comportamentos do treinador, poderá ter impacto na motivação, no rendimento, na satisfação e no bem-estar subjetivo dos atletas. Também, pretendemos investigar se as implicações do estilo de liderança do treinador poderão influenciar no bem-estar subjetivo do atleta com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental (DID).

Assim, este estudo nasce da necessidade e interesse em estudarmos a relação entre a motivação autodeterminada e o bem-estar subjetivo nos atletas de Desporto

Adaptado com DID, verificando a sua relação; averiguando as diferenças entre géneros, e ainda analisando o efeito do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo destes atletas.

Deste modo, a dissertação de mestrado foi desenvolvida de acordo com a seguinte organização:

- 1) O capítulo 1 apresenta uma introdução geral ao tema e descreve a organização do estudo.
- 2) O capítulo 2 apresenta uma revisão de literatura com base nos estudos efetuados sobre a temática em causa.
- 3) O capítulo 3 descreve a problemática do estudo.
- 4) O capítulo 4 engloba os estudos transversais realizados para atingir os objetivos desta dissertação:
 - i. O **Estudo 1** tem como objetivos verificar os níveis de autodeterminação e bem-estar subjetivo de atletas integrantes do Special Olympics de Portugal (SOP), e comparar as variáveis em análise em função do género.
 - ii. O **Estudo 2** foi desenvolvido para verificar os níveis de autodeterminação, bem-estar subjetivo dos atletas e, influência do estilo democrático e autocrático dos seus treinadores; identificar relações nas variáveis, verificando o grau de associação das mesmas e, procurar indicadores preditivos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo em atletas com DID de Desporto Adaptado integrantes do SOP.
 - iii. O **Estudo 3** teve como finalidade analisar de que forma as Necessidades Psicológicas Básicas – relação, autonomia e relação social (mediador 1, M1) e a motivação autónoma e a motivação controlada (mediador 2, M2) medeiam a relação das variáveis do estilo democrático e do estilo autocrático (variável independente, X) com o Bem-estar subjetivo – satisfação com a vida e, afetos positivos e negativos (variável dependente, Y).
- 5) O capítulo 5 evidencia as principais conclusões.
- 6) O capítulo 6 propõe algumas sugestões para pesquisas futuras.
- 7) Apresentamos ainda as referências bibliográficas utilizadas nesta dissertação, através do capítulo 7.

CAPÍTULO 2

REVISÃO da LITERATURA

2. Revisão da Literatura

2.1. Introdução

Primordialmente, torna-se importante investigar sobre o que já foi desenvolvido da temática em causa, precavendo a perda de tempo com indagações supérfluas. Neste sentido, o objetivo desta revisão de literatura é esclarecer alguns conceitos e descrever os seus efeitos e implicações e, apresentar as evidências desenvolvidas sobre o Desporto Adaptado, o atleta com DID, a TAD e as Necessidades Psicológicas Básicas, o Bem-estar subjetivo e por fim, a liderança do treinador e os seus efeitos adjacentes nos seus atletas.

2.2. Desporto Adaptado (DA)

Em Portugal, o desporto para pessoas com deficiência não se desenvolveu ao mesmo ritmo do panorama internacional, pelo que até meados da década de setenta a participação destas pessoas em atividades desportivas eram muito raras. No entanto, assim como o desporto internacional teve a sua origem em contextos hospitalares direcionados para a reabilitação dos combatentes na II Guerra Mundial, em Portugal foi a Guerra Colonial que originou um grande número de pessoas com deficiência, que ocupavam os seus tempos livres no Centro de Medicina e Reabilitação de Alcoitão (Yazicioglu, Yavuz, Goktepe & Tan, 2012). Segundo Saraiva, Almeida, Oliveira, Fernandes e Cruz-Santos (2013), este período foi desvanecendo na constituição de organizações internacionais dedicadas ao apoio e à organização de competições desportivas voltadas para pessoas com deficiência, contribuindo para o surgimento e consolidação do conceito de Desporto Adaptado. Neste contexto, o nascimento do Desporto Adaptado surge num contexto diferente do contexto do Desporto em geral. O seu aparecimento encontra-se mais ligado aos efeitos biológicos e terapêuticos do exercício do que aos efeitos lúdicos e psicológicos da atividade desportiva que estiveram na origem do movimento desportivo do século XIX (Silva, 1991).

Autores como Vitorino, Monteiro, Moutão, Morgado, Bento e Cid (2015) afirmam que o movimento corporal enquanto componente reeducativa, terapêutica e de reabilitação foi alvo de grande desenvolvimento e implementação no século XX, o que implicou a proliferação de diferentes perspetivas e metodologias de trabalho, tendo em conta que as atividades de carácter lúdico, desportivo, cultural e social tinham e têm um papel de extrema importância no processo de reabilitação de pessoas com deficiência, como modo de evitar o seu isolamento e possíveis atitudes antissociais. No ano de 1946, o Dr. Ludwing Guttman, neurocirurgião do Hospital de Stoke Mandeville, implementou pela primeira vez o Desporto em cadeira de rodas, tentando através deste restabelecer o bem-estar psicológico e uma ocupação dos tempos livres das pessoas com deficiência, até que se deu conta de que a prática desportiva influenciava positivamente o sistema neuromuscular, que ajudava o atleta a reintegrar-se na

sociedade, o que o levou a implementar mais tarde novas modalidades como o tiro com arco, atletismo e o halterofilismo em 1960. Este sucesso alcançado com o desporto como meio terapêutico e clínico, levou à realização dos primeiros Jogos de Stoke Mandeville em 1948 (Castro, 1998). A partir daí, o desporto para deficientes começa a ter um grande desenvolvimento, deixando de estar confinado apenas à sua componente médica e terapêutica, estendendo-se às múltiplas capacidades sociais dos indivíduos (Varela, 1991), levando mais tarde ao aparecimento do conceito de “Desporto para Todos” que permitiu que os benefícios obtidos pela prática desportiva se expandisse a um maior número de pessoas (Conselho da Europa, 1988).

A sociedade foi em diferentes épocas, tomando diversas atitudes face à problemática da deficiência. Neste sentido, a igualdade e a segurança do cidadão deficiente não podem ser esquecidas, mas sim promovidas através de atividades que lhe possibilitem um desenvolvimento completo e harmonioso no seio da sociedade em que está inserido (Freire, 2010). No entanto, só mais tarde, depois da II Guerra Mundial, é que surgiu um elevado número de deficientes. Os métodos tradicionais de reabilitação não davam resposta às necessidades médicas e patológicas das pessoas traumatizadas da guerra. A grande maioria destas pessoas tinham lesões ao nível da coluna vertebral, estando em muitos dos casos dependentes da cadeira de rodas (Freire, 2010). Devido a estes acontecimentos deu-se o primeiro impulso no Desporto Adaptado.

Em Portugal, o primeiro passo no Desporto Adaptado teve a sua origem na guerra colonial, em hospitais de reabilitação, nomeadamente, no Centro de Reabilitação de Alcoitão, através da ocupação dos tempos livres com atividades desportivas (Monteiro, 2012). Mas, só após o 25 de Abril de 1974, é que as pessoas com deficiência se começaram a organizar em grupos associativos, assim, encontra-se alusão à prática desportiva pela pessoa com deficiência consagrada na Constituição da República Portuguesa no ano 1976, esta consagra no artigo 79º, de forma impressiva, o direito de todo o cidadão à cultura física e ao desporto (Louro, 2001). Preconiza-se, desta forma, o princípio da universalidade no acesso à prática desportiva, incumbindo ao Estado em colaboração com as escolas, as associações e coletividades desportivas, promover, estimular, orientar e apoiar a prática e a difusão da cultura física e do desporto (Ferreira, 2017). Só mais tarde, em 1988 é que surgiu a Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência (FPDD), a qual promove e desenvolve a prática de diversas modalidades desportivas, em conjunto com as Associações Nacionais suas filiadas. A FPDD só reconhece uma Associação Nacional por área de deficiência, sendo:

- ✓ A Deficiência Auditiva – Liga Portuguesa de Desporto para Surdos (LPDS);
- ✓ Deficiência Intelectual – Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Intelectual (ANDDI);
- ✓ Deficiência Motora – Associação Nacional de Desporto para Deficientes Motores (ANDDEMOT) e;
- ✓ Paralisia Cerebral – Paralisia Cerebral – Associação Nacional de Desporto (PC-AND) (FPDD, 2012).

Anos mais tarde, em 2008, surge o Comité Paralímpico de Portugal (CPP) como uma organização pertencente ao Movimento Paralímpico tutelado pelo Comité Paralímpico Internacional (CPI) e International Comitee for Sport for Deaf (ICSD), que promove o desporto adaptado de competição e alto rendimento. Mas para além de ter como objetivo e âmbito de intervenção o Desporto de Alto Rendimento (de Excelência Desportiva); a Participação em Campeonatos da Europa e do Mundo; o Desporto Terapia, através dos Centros Hospitalares e de Reabilitação, bem como das Entidades Públicas e Privadas, promove ainda o Desporto para Todos / Lazer e Recreação; a atividade física e o desporto enquanto um “Direito Humano”; promove a “Qualidade de Vida”, a “Inclusão Social”, a “Ocupação de Tempos Livres”, o Desporto na Escola e o Desporto nos Estabelecimentos Públicos e Privados (CPP, 2011).

Blinde e McClung (1997) afirmam que o Desporto Adaptado surge como uma das formas de melhorar o modo como as pessoas com deficiência se percecionam e de forma a permitir que os “outros” vejam a deficiência sob uma perspetiva mais positiva e humana, melhorando a integração e satisfação nas relações sociais, tornando-as mais capazes de enfrentar os estereótipos negativos a que são sujeitas (Giacobbi, Stancil, Hardin & Bryant, 2008). Tal como nos diz Marques (1997), o Desporto Adaptado carrega em si um potencial de inclusão social, contrariando as práticas de desvantagem, permitindo assim ultrapassar barreiras restritivas ou impeditivas da sociedade. Também Heil (2008) afirma que o Desporto Adaptado desempenha um papel importante na sociedade pois é vulgar associar-se a pessoa com deficiência à falta de produtividade e ao fracasso, mas quando estes atingem o sucesso, apesar de ser pouco percebido é-lhes atribuído com mérito, logo, o Desporto Adaptado é importante para continuar a combater este tipo de preconceito e estereótipo em volta das pessoas com deficiência. Para Monteiro (2012), o universo do desporto subdivide-se em várias vertentes, nomeadamente: educativa, recreativa, terapêutica e competitiva. Todas estas vertentes aplicáveis às populações especiais, e também todas elas promotoras de integração social.

Na Carta Europeia do Desporto para Todos está referido que “todo o indivíduo tem direito à prática desportiva” e que a participação no desporto deveria ser estimulada, uma vez que este é um fator essencial de readaptação e integração do indivíduo com deficiência (Conselho da Europa, 1988). Também a Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto (lei nº 5/2007 de 16 de janeiro), uma lei bastante completa e de extrema importância no sistema desportivo, estipula um conjunto de direitos desportivos para cada cidadão, independentemente da sua condição ou característica (**Figura 1**).

Artigo 1.º (Objeto):

A presente lei defina as bases das políticas de desenvolvimento da atividade física e do desporto.

Artigo 2.º (Princípios da universalidade e da igualdade):

Todos têm direito à atividade física e desportiva, independentemente da sua ascendência, sexo, raça, etnia, língua, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, instrução, situação económica, condição social ou orientação sexual.

Artigo 3.º (Pessoas com deficiência):

A atividade física e a prática desportiva por parte das pessoas com deficiência é promovida e fomentada pelo Estado, Regiões Autónomas e autarquias locais com as ajudas técnicas adequadas, adaptada às respetivas especificidades, tendo em vista a plena integração e participação sociais, em igualdade de oportunidades com os demais cidadãos.

Figura 1 - Excertos da Lei nº5/2007 da Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto, de 16 de janeiro

O desporto tem o mérito de dar visibilidade às capacidades dos indivíduos, e não às suas dificuldades, menciona que o Desporto Adaptado surge como uma Reabilitação Funcional e de Inclusão bem como uma atividade de Lazer e Prazer, que poderá ter como fim último uma atividade de Alto Rendimento-Alta Competição (Monteiro, 2012). Contudo, apesar de todos os instrumentos desenvolvidos, as pessoas com deficiência continuam a deparar-se com barreiras na sua participação enquanto membros iguais da sociedade e com violações dos seus direitos fundamentais em todas as partes do mundo, sendo fundamental reconhecer e, promover a sua autonomia e independência individual, incluindo a liberdade de fazerem as suas próprias escolhas (Espaço Lusófono, 2016).

Diversos “movimentos” insurgem-se em valorizar o Desporto Adaptado em indivíduos com DID, um dos quais o excecional Special Olympics (SO).

2.2.1. Special Olympics de Portugal (SOP)

O Special Olympics (SO) nasceu em 1968 através de um acampamento de verão para pessoas com deficiência intelectual, sendo o SO uma organização global que atende atletas com deficiência intelectual, que tem centenas de milhares de voluntários, treinadores e atletas. Desde o seu estabelecimento, em 1968, que o número de pessoas com e sem deficiência intelectual envolvidas na organização tem vindo a aumentar. A missão da SO é proporcionar treino desportivo e competição durante todo o ano, em vários desportos para crianças e adultos com DID, proporcionando-lhes, assim contínuas de desenvolver a sua aptidão física, demonstrar coragem, sentir, alegria, participar em competição, partilhar de habilidades e amizade com as suas famílias, outros atletas da SO e a comunidade. A SO permanece tão vital até hoje, como quando da sua fundação em 1968, pois o SO esforça-se para criar um mundo melhor, promovendo a aceitação e inclusão de todas as pessoas, acreditando que o treino consistente é indispensável para o desenvolvimento das habilidades desportivas

individuais. Além disso, a competição entre indivíduos com capacidades idênticas é o mais apropriado para testar essas habilidades, analisando o progresso e proporcionando incentivos para o crescimento pessoal (Special Olympics, n.d.).

Através do poder do desporto, as pessoas com DID descobrem pontos positivos, habilidade e sucessos. Os atletas encontram alegria, confiança e satisfação - no campo de jogo e na vida. Eles também inspiram as pessoas em suas comunidades e em outros lugares a abrir seus corações para um mundo mais amplo de talentos e potencial humano. Existem cerca de 200 milhões de pessoas com DID em todo o mundo. O objetivo do SO é alcançar todos eles - e as suas famílias também. A SO faz isso através de uma ampla variedade de treinos, competições, exames de saúde e eventos de angariação de fundos, como também, criam oportunidades para as famílias, membros da comunidade, líderes locais, empresas, polícias, celebridades e outros a unirem-se para mudar atitudes e apoiar os atletas com DID (Shapiro, 2003).

Segundo os Censos de 2015, o Special Olympics em Portugal (SOP) é composto por 2.521 atletas registados e pares unified¹, 94 treinadores e 11 competições. Segundo as informações constantes no website CPP, a Seleção Portuguesa participou nas seguintes competições internacionais:

- ✓ 2007 - Jogos Mundiais de Verão da SO em Shanghai, China (21 atletas);
- ✓ 2011 - Jogos Mundiais de Verão da SO em Athens, Grécia (33 atletas);
- ✓ 2015 - Jogos Mundiais de Verão da SO em Los Angeles, USA (49 atletas);
- ✓ 2019 - Jogos Mundiais de Verão das Olimpíadas Especiais em Abu Dhabi, Emirados Árabes Unidos (31 atletas).

O SO é um movimento direcionado apenas para atletas com DID. Neste sentido, torna-se necessário abordar e entender um pouco sobre esta terminologia.

2.3. Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental (DID)

Relativamente a terminologia sobre DID, esta tem variado ao longo do tempo e entre culturas, decorrente da instabilidade do significado social atribuído à “deficiência” resultante da transformação sociocultural (Brown & Radford, 2009), podemos compreender que ao longo das últimas décadas, o conceito de DID tem vindo a sofrer uma mudança de paradigma, tanto a nível científico e prático, tendo como principal objetivo a clarificar as necessidades e potencialidades reais das pessoas que apresentam características distintas, quando comparadas com os padrões normativos existentes (Santos & Morato, 2012a). Os termos utilizados ao longo do tempo, apesar de pertinentes à data da sua nomeação, foram evoluindo (com a ciência, linguagem e valores culturais) tornando-se estigmatizantes e desatualizados (Santos, 2010),

Desta forma, segundo Schalock, Luckasson, Bradley, Buntinx, Lachapelle, Shogren e Wehmeyer (2012), a renomeação do antigo conceito “Deficiência Mental” (DM) para o atual “Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental” (Morato & Santos, 2007; Santos &

¹ Pares unificados, um atleta com deficiência e outro atleta sem deficiência

Morato, 2012), surge da necessidade de diminuir a estigmatização e preconceito pelas pessoas com dificuldades e, pela criação de um conceito universal que retrate o espectro de características e capacidades desta população.

Assim sendo, a atual definição de DID reflete a mudança do constructo proposta pela American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD), em colaboração com a Organização Mundial de Saúde (OMS) e, considera, em conjunto, a determinação das dificuldades intelectuais, medidas ao nível do Quociente de Inteligência (QI) (limitações significativas quando o valor de QI se encontra dois desvios-padrão abaixo da média – $QI < 70/75$) e os comportamentos adaptativos (CA) demonstrados por cada indivíduo (quando a sua avaliação revela resultados dois desvios-padrão abaixo da média). A DID é então compreendida como um “funcionamento geral resultante da existência de limitações significativas no funcionamento intelectual e no comportamento adaptativo, que se expressam nos domínios conceptual, social e prático, sendo este diagnóstico realizado antes dos 18 anos de idade” (Shalock, Luckasson, Shogren, Borthwick-Duffy, Bradley, Buntinx, Coutler, Craig, Gomez, Lachapelle, Reeve, Snell, Spreat, Tassé, Thompson, Verdugo & Yeager, 2007).

Concretamente em Portugal, os autores Santos e Morato (2012b) contribuíram para a clarificação do conceito de CA que, espelha a necessidade de analisar a eficiência individual do sujeito, influenciada pelo envolvimento a vários níveis. O conceito de CA vai ao encontro do grau de independência pessoal que o indivíduo possui e, que lhe permite manter uma relação equilibrada entre as suas expectativas e responsabilidades sociais e o escalão etário e cultural em que se encontra. Deste modo, o CA é definido pelo “conjunto de habilidades aprendidas ou adquiridas para desempenhar com sucesso aspetos e tarefas, no âmbito da independência, responsabilidade pessoal e social, que através de ajustamentos vários procura a adaptação às expectativas socioculturais e etárias vigentes e que implicam o assumir do papel de membro ativo na comunidade onde o indivíduo se insere” (Santos & Morato, 2012b).

Neste sentido procuramos enfatizar a mudança de paradigma que vigorou ao longo dos anos em torno da problemática designada de DM para uma nova terminologia menos estigmatizante para as pessoas – a DID. Na década de 70, a DM afirma-se como a medida da insuficiência intelectual que se situava do ponto de vista quantitativo a partir de dois ou mais desvios-padrão abaixo da média ($< 70-75$) e não de um desvio-padrão (< 85) como era tida anteriormente, e ainda, a importância de uma medida de adaptação que se assumia determinante pela avaliação do CA. Desta forma, a partir da década de 90, e na edição do Manual de Definição e Classificação da Deficiência Mental passa-se a ter como critério a referida medida da insuficiência intelectual pelo estabelecimento do Quociente de Inteligência (QI) inferior a 70, associado a uma insuficiência do CA em duas ou mais áreas explicitamente avaliadas por referência à norma (Morato & Santos, 2007).

Em síntese, o significado do termo DID, é de facto, mais adequado pelo seu aspeto menos estigmatizante, mas também, porque daí decorre uma expectativa mais positiva

quando comparamos com o termo da deficiência, tornando-se mais adequado e justo. Ainda assim, importa entender os agentes causadores desta patologia.

2.3.1. Agentes Causadores da DID

Todo o comportamento humano pessoal e social é variável e heterogéneo. Cada pessoa é distinta e única. Como tal, a pessoa com DID possui características e especificidades únicas e distintas que a transformam numa realidade própria. A DID pode ter várias causas, como condições genéticas, perinatais e pós-natais, e que podem acontecer por situações que impossibilitem o desenvolvimento cerebral antes do parto, durante o nascimento ou após o nascimento (Domingues, 2012).

Segundo a AAIDD, existem novas disposições principais como agentes causadores desta deficiência, assim, as causas da DID podem ser várias, das quais se destacam: infeção e intoxicação, trauma ou agente físico, metabolismo ou má nutrição, doença cerebral grave, influência pré-natal desconhecida, anormalidade cromossómica, distúrbios de gestação, distúrbios psiquiátricos, influências ambientais, etc (Nunes, 2014).

Contudo, os indivíduos com DID apresentam características particulares, ao nível físico, pessoal e social.

2.3.2. Características da DID

Para Santos (2010), os sujeitos com DID apresentam dificuldades ao nível da atenção, da concentração e, além disso, de memorização. As pessoas com DID não conseguem fazer face à frustração e, normalmente, apresentam pouca motivação. Além disso, mostram que possuem limitações no desenvolvimento da linguagem e o seu reportório social é bastante desadequado. Apresentam ainda dificuldades no processo ensino aprendizagem, em comunicar, em se relacionar com os outros, na praxia e ainda no desenvolvimento sócio emocional. Também para Nunes (2014), as características de uma pessoa com DID podem dividir-se em três categorias: físicas (falta de equilíbrio, dificuldade de locomoção, dificuldade de coordenação, dificuldade de manipulação); pessoais (ansiedade, falta de autocontrole, tendência para evitar situações de fracasso mais do que para procurar o êxito, possível existência de perturbações de personalidade, fraco controlo interior); e sociais (atraso evolutivo em situações de jogo, lazer e atividade sexual).

Por outro lado, e ao nível da conduta de autorrepresentação e autodeterminação, Queirós (2007) refere que um indivíduo com DID não consegue ter uma visão do futuro, não consegue gerir os comportamentos, não sabe determinar conexões entre situações, nem consegue contextualizar significados; tem ainda dificuldades no que diz respeito ao comportamento emocional, nos trabalhos em grupo e no cumprimento e compreensão de regras sociais.

Em sumula podemos entender que o indivíduo com DID tenderá a satisfazer as suas necessidades pessoais mediante as exigências naturais e sociais dos seus ambientes - CA.

2.3.3. Comportamento Adaptativo (CA)

Partindo do pressuposto que a DID se refere-se a um estado multidimensional do funcionamento humano e envolve a interação dinâmica e recíproca entre os fatores que influenciam esse funcionamento e o papel dos apoios individualizados, no âmbito da vivência diária de cada indivíduo. É neste âmbito que surge a conceptualização do modelo multidimensional do funcionamento humano, composto por três grandes componentes: a representação do papel dos apoios na qualidade de interação do indivíduo e o seu contexto e, a natureza dinâmica do funcionamento independente (Luckasson, Borthwick-Duffy, Buntinx, Coutler, Craig, Reeve, Schalock, Snell, Spitalnik, Spreat & Tassé, 2002; Schalock et al, 2007).

As cinco dimensões (habilidades intelectuais, comportamento adaptativo, saúde, participação e contexto), influenciam o funcionamento do indivíduo pois incluem todas as atividades de vida, bem como as funções e estruturas do corpo, as atividades pessoais e a participação (Schalock, 2009), indo ao encontro da avaliação proposta pela Classificação Internacional de Funcionalidade (CIF) da OMS em contexto educativo Português. Este enquadramento conceptual reconhece que apesar do diagnóstico de DID implicar os três critérios anteriormente referidos (CA, QI e idade), a sua expressão em relação ao funcionamento humano envolve uma relação dinâmica e recíproca entre as dimensões e a provisão de apoios (Luckasson et al, 2002; Schalock et al, 2007; Schalock et al, 2012):

- ✓ As habilidades intelectuais dizem respeito às capacidades mentais gerais que incluem raciocínio, a planificação, a solução de problemas, o pensamento abstrato, a compreensão de ideias complexas, aprendizagem de forma rápida e aprendizagem através da experiência;
- ✓ O comportamento adaptativo refere-se ao conjunto de habilidades conceptuais, sociais e práticas que foram aprendidas pelo indivíduo e que são essenciais para o dia-a-dia;
- ✓ A saúde, que para a OMS (2004), é um estado complexo de bem-estar físico, mental e social;
- ✓ A participação que diz respeito ao desempenho da pessoa em atividades reais em âmbitos da vida social que se relaciona com o funcionamento na sociedade;
- ✓ O contexto que se refere às condições interrelacionadas com as quais as pessoas têm que viver no seu dia-a-dia e que incluem os fatores intrínsecos (pessoais) e os fatores extrínsecos (pessoais) ao indivíduo.

Esta abordagem multidimensional do funcionamento assenta no pressuposto de não se poder considerar o indivíduo apenas através de uma das suas dimensões (Schalock, 2009), sendo, deste modo, fundamental ter em conta a sua

multidimensionalidade, bem como as suas interações. Atualmente, o comportamento adaptativo, para além de um dos critérios de diagnóstico da DID, é, também, essencial no entendimento multidimensional do funcionamento humano, sendo por este motivo, um aspeto primordial a ter em consideração aquando do estabelecimento de planos educativos/(re)habilitativos para estas pessoas (Tassé, Schalock, Balboni, Bersani, Borthwick-Duffy, Spreat, Thissen, Widaman & Zang 2012). A estrutura do comportamento adaptativo tem sido alvo de inúmeras pesquisas e investigações nos últimos anos (Nihira, 2012) e daí o aumento progressivo e substancial no acordo que o CA tem uma estrutura multifatorial (Tassé et al., 2012). Numa perspetiva atual, e nas palavras de Santos & Morato (2012a), o constructo de CA pode ser definido como: “conjunto de habilidades aprendidas ou adquiridas para desempenhar com sucesso aspetos e tarefas, no âmbito da independência, responsabilidade pessoal e social, que através de ajustamentos vários procura adaptação às expectativas sócio-culturais e etárias vigentes, e que implicam o assumir do papel de membro ativo na comunidade onde o indivíduo se insere”.

Desta forma, é importante referir que o CA se entende como o constructo desenvolvimental que descreve a forma como um indivíduo regularmente responde às exigências ambientais face a várias situações. Para isto existe a classificação que se pode atribuir à pessoa com DID, ou outro tipo de deficiência.

2.3.4. Classificação da DID

A classificação das pessoas com DID, deve basear-se no tipo de apoios que necessitam para superar as suas dificuldades e não nas suas características intrínsecas. Assim, estas pessoas podem ser “classificadas” de acordo com a intensidade da necessidade de apoios: apoios intermitentes (forma esporádica), apoios limitados (mais duradouro em determinados períodos da vida e períodos críticos), apoios extensivos (acompanhamento regular e sem delimitação de tempo para o seu uso) e apoios permanentes (constante e de alta intensidade) (Thompson, Bryant, Campbell, Craig, Hugues, Rotholz, Schalock, Silverman, Tassé, Wehmeyer, 2004). Também para Faria (2015), a classificação da condição baseia-se, não somente no seu défice de QI mas nas suas limitações adaptativas, analisando o sujeito no seu meio, em contexto e na forma como nele se move e participa. Os indivíduos com DID são classificados, não de acordo com os seus défices ou incapacidades baseadas nos resultados de testes de QI, mas pelo tipo de apoios que necessitam para ultrapassar as suas limitações e interagirem com o seu ambiente envolvente (**Figura 2**). O mesmo autor destaca, individualmente, cada apoio:

- ✓ Apoios intermitentes – são os disponibilizados esporadicamente, ocorrendo de forma descontinuada e episódica. O sujeito poderá necessitar do apoio apenas em determinados períodos do seu desenvolvimento, podendo variar entre apoios de alta ou baixa intensidade;

- ✓ Apoios limitados – apoios contínuos, consistentes e em períodos críticos do sujeito, mais estáveis no que concerne à intensidade prevista, mas limitados na sua duração;
- ✓ Apoios extensivos – acompanhamento regular, se não diários, do indivíduo em contextos específicos (escola, casa, local de trabalho, etc) por tempo indeterminado;
- ✓ Apoios permanentes/pervasivos – apoios constantes, de alta intensidade, mais intrusivos, e disponibilizados em vários contextos por diferentes profissionais.

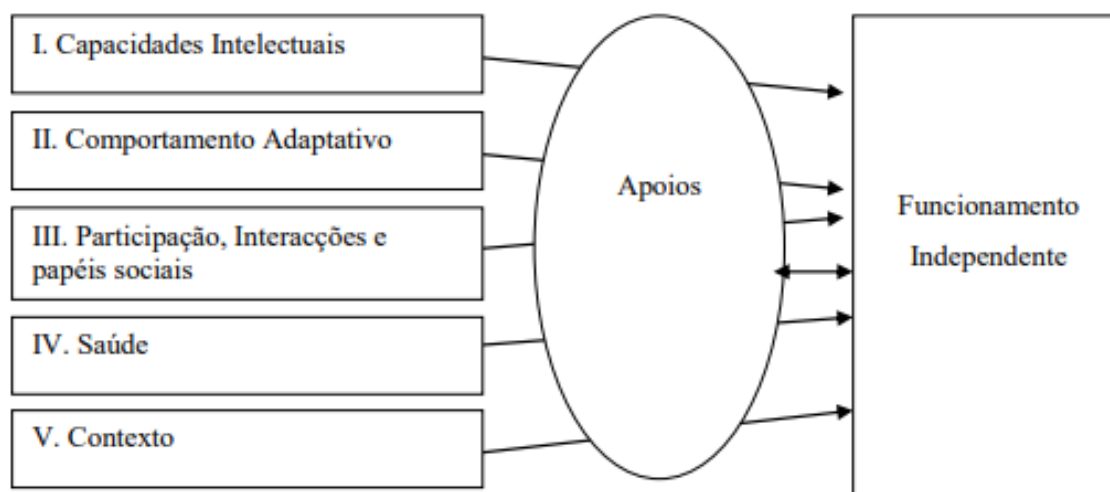


Figura 2 - Modelo Teórico do Funcionamento Humano (AAIDD, 2007)

A nova definição de DID aponta para a mudança do sistema de classificação a ser usado, passando de graus de deficiência para uma categorização de acordo com o apoio que se necessita, advogando a nova classificação. Apesar dos indivíduos com DID apresentarem algumas características comuns é muito importante um bom conhecimento de cada sujeito (traços específicos), para que a intervenção, através da elaboração de programações educativas individualizadas (Programa Educativo Individual), seja programada com base nas suas reais capacidades e necessidades (Belo, Caridade, Cabral & Sousa, 2008).

Segundo Marinho (2000), o sujeito com DID é geralmente carente do ponto de vista emocional, chamando a atenção de forma inapropriada, mostrando uma desorganização da personalidade quando exposto a situações mínimas de stress. Deste modo, importa pesquisar fatores interventivos na inclusão do indivíduo com DID.

2.3.5. Fatores Interventivos na Inclusão do Indivíduo com DID

Atualmente, vive-se, um momento de redefinição, não só de paradigmas e terminologias, como também das próprias metodologias de intervenção no campo da problemática da DID. Nos dias de hoje, a saída do contexto fechado da instituição afigura-se como uma necessidade perentória na efetiva inclusão da pessoa portadora de condição de deficiência no seio da sua comunidade (Santos, 2010). Nesta fase, e numa tentativa de explicar e compreender um pouco melhor a importância do

processo de avaliação e a sua correlação com a intervenção é possível constatar que, sempre existiu a necessidade de se aplicarem formas e métodos para avaliar e classificar as pessoas, de acordo com as suas capacidades, potencialidades, características e desenvolvimento comportamental, para poder distinguir, diagnosticar e despistar as áreas fortes/menos fortes das mesmas, definindo as suas competências e dificuldades, para se poderem escolher as medidas educacionais mais adequadas (Ribeiro, 2008). Neste sentido, torna-se necessário realizar avaliações em todas as áreas dos diferentes domínios do comportamento humano, para assim se retirarem conclusões pertinentes e cabais.

Nesta sequência, o programa de intervenção a aplicar deve ser personalizado e individualizado e consistir num conjunto de estratégias que visem fornecer aos indivíduos habilidades, para que se tornem o mais autónomos e independentes possível (Santos, 2010). As práticas pedagógicas deverão, pois, centrar-se mais na ação, através da sua vivência prática, verificando-se uma necessidade emergente ao nível da consciencialização da importância do comportamento adaptativo (Santos, 2010). Defende-se, de acordo com esta perspetiva, o desenvolvimento de programas de intervenção que privilegiem a adaptação do sujeito ao contexto, considerando a inteligência prática (como a independência pessoal nas atividades de vida diária, entre outros) e a inteligência social (relacionada com a compreensão social, a comunicação, entre outros) (Luckasson et al., 2002, Santos, 2010). Os próprios instrumentos de recolha de informação preconizam mais a avaliação dos comportamentos sociais e pessoais do que propriamente as questões da avaliação cognitiva, nunca esquecendo a sua complementaridade através de entrevistas aos intervenientes no processo educativo dos indivíduos e a observação direta dos seus comportamentos (Pinheiro, 2018). Para Santos (2010), na avaliação destes indivíduos deve ser feita uma lista com as habilidades e atividades que se consideram ser as mais importantes e significativas para o sujeito. Pois, ao compreender-se a pertinência de uma atividade considerada mais significativa para um indivíduo, com ou sem diagnóstico, esse conhecimento torna-se importante para poder perspetivar o futuro dessa pessoa. Ou seja, adotar uma filosofia que respeita a autonomia pessoal, os princípios da livre escolha e o poder de decisão, considerando a liberdade das pessoas poderem escolher o que querem fazer na sua vida, através da criação de novas ligações e oportunidades no contexto de uma comunidade alargada – Planeamento Centrado na Pessoa (Pereira, 2014).

2.4. Teoria da Autodeterminação (TAD)

A Teoria da Autodeterminação (TAD) (Ryan & Deci, 1985) é uma das teorias mais conhecidas e considerada uma das mais importantes teorias sobre a motivação humana e utilizada para investigar os processos motivacionais em diversos contextos, sendo o desporto e AF um deles (Deci, Vallerand, Pelletier & Ryan, 1991), que também se centra no desenvolvimento e funcionamento da personalidade em sociedade, e nas

causas e consequências do comportamento autodeterminado de cada indivíduo (Deci & Ryan, 2008). Atendendo ao que Ryan & Deci (2000) referem, a TAD faz distinção entre os diferentes tipos de motivação e as diferentes razões ou objetivos que levam um indivíduo a uma determinada ação.

As investigações de Deci e Ryan (2006) desenvolveram-se a partir da ideia de que o ser humano tem uma tendência natural, inata e construtiva para o crescimento pessoal, na qual procura cada vez mais uma elaboração e integração do Self unificado, ainda que tal sentimento seja determinado por fatores ambientais e culturais (Deci & Ryan, 1985, 2008). É nas teorias psicológicas organísmicas e holísticas que se inscreve a TAD (Ryan, Williams, Patrick & Deci, 2009), assumindo que todo ser humano é um organismo ativo por natureza direcionado para o crescimento, desenvolvimento e integração de experiências intrapsíquicas e interpessoais, onde predomina a construção inata de um sentimento de self unificado, ainda que tal sentimento seja determinado por fatores ambientais e culturais (Deci & Ryan, 1985, 2008). Palmer (2010) observou que o desenvolvimento da autodeterminação é um processo que ocorre ao longo da vida, que se constrói à medida que as crianças e os adolescentes vão adquirindo aptidões e desenvolvem atitudes, que as habilitam a tornar-se agentes causais nas suas próprias vidas. A noção de agente causal significa que é o indivíduo que faz as coisas acontecerem na sua vida, ou seja, mais do que ações, implica que o indivíduo aja de forma a causar um efeito para conseguir um determinado fim (Canha, Simões, Matos & Owens, 2015). Posto isto, a autodeterminação deve ser entendida como uma habilidade inerente a todas as fases de vida de cada indivíduo que antecede, ou influencia fortemente as transições para a vida ativa e a entrada no mercado laboral (Wehmeyer, Shogren, Palmer, Williams-Diehm, Little, & Boulton, 2012). Ao contrário de outras tem uma importante componente adicional que faz a distinção de autodeterminada e os vários tipos de regulação intencional nesta é evidenciada motivação intrínseca e extrínseca, sendo que se distinguem tendo em conta as razões e os objetivos dos indivíduos (Deci & Ryan, 1985; Deci et al., 1991; Deci & Ryan, 2006; Ryan et al., 2009).

A TAD tem sido utilizada como modelo teórico de suporte de diversos estudos, nomeadamente no contexto do desporto (Álvarez, Castillo, Duda & Balaguer, 2009; Reinboth & Duda, 2006), do exercício (Hagger & Chatzisarantis, 2008; Markland & Tobin, 2010) e da educação física (Ntoumanis, 2001; Standage, Duda & Ntoumanis, 2005). A aplicação desta Teoria ao contexto da AF, segundo Standage, Duda e Ntoumanis (2003) pode proporcionar esclarecimentos de grande importância sobre o processo motivacional, nomeadamente, as ligações entre a forma como os alunos regulam o comportamento e o seu compromisso com as atividades realizadas nas aulas de educação física e com a atividade física desportiva fora da escola. Alguns autores como Pires, Cid, Borrego, Alves e Silva (2010), dizem-nos que a TAD analisa a forma como os fatores sociais interagem com a motivação do sujeito, através da mediação das necessidades psicológicas básicas, cuja satisfação vai promover a motivação autodeterminada (**Figura 3**).



Figura 3 - Teoria da Autodeterminação (Pires, Cid, Borrego, Alvez & Silva, 2010)

Objetivamente a TAD é composta por cinco “mini teorias” complementares e integrativas, com um forte sentido de integração que explicam vários aspetos do comportamento humano (Deci & Ryan, 1985, 2008), sendo estas:

- ✓ Teoria da Avaliação Cognitiva (TAC), que se centra na observação de como o contexto social e as interações interpessoais influenciam a motivação intrínseca;
- ✓ Teoria da Integração Organísmica (TIO), que descreve as diferentes formas de motivação extrínseca assim como os fatores contextuais que contribuem para uma regulação mais autodeterminada através dos processos de internalização e integração;
- ✓ Teoria das Orientações Causais (TOC), que descreve as diferenças individuais na motivação e como os diferentes aspetos do contexto regulam o comportamento;
- ✓ Teoria dos Conteúdos dos Objetivos (TCO), que procura distinguir os objetivos intrínsecos dos objetivos extrínsecos e o impacto destes na satisfação e bem-estar dos indivíduos;
- ✓ Teoria da Motivação de Relacionamentos (TMR), que está relacionada com o desenvolvimento e conservação dos relacionamentos interpessoais considerados mais importantes;
- ✓ Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas (TNPB).

Vallerand (1997, 2000, 2001), baseado na teoria da autodeterminação propôs um modelo hierárquico de motivação intrínseca e extrínseca, considerando que a motivação, as suas determinantes, os mediadores e as respetivas consequências se definem em três níveis: nível global (personalidade), contextual (vida quotidiana) e situacional (estado), passando do mais geral para o mais específico (Vlachopoulos, Karageorghis & Terry, 2000). Este modelo define que os tipos motivacionais (motivação intrínseca, regulação extrínseca integrada, regulação extrínseca identificada, regulação extrínseca introjetada, regulação extrínseca externa e amotivação) são influenciados por fatores sociais como a cooperação, a competição, os estilos de ensino, etc., originando posteriormente consequências de carácter cognitivo,

afetivo e comportamental (Vallerand, 1997, 2000, 2001). Dada a complexidade da compreensão da motivação humana, o mesmo autor refere que um conhecimento mais concreto da mesma deve compreender a análise de diversas formas motivacionais que diferem no tipo e nível, quando incorporados no modelo proposto.

O Modelo Hierárquico Motivacional (**Figura 4**) sugere que a motivação num determinado nível de generalidade pode ter uma influência no nível hierarquicamente abaixo ou superior, causando um efeito descendente ou ascendente, respetivamente. Guay, Boggiano e Vallerand (2001) referem que alterações num determinado nível, estão associadas mudanças num nível adjacente, ou seja, alterações na motivação no nível situacional, por exemplo, serão primordialmente influenciadas pela motivação contextual e em menor medida, pela motivação a nível global. Vejamos: situações de sucesso vivenciadas nas aulas de educação física, por exemplo, poderão originar um desenvolvimento da motivação intrínseca, a um nível contextual, relativo à disciplina de educação física (Brunel, Chantal, Guay & Vallerand, 2000).

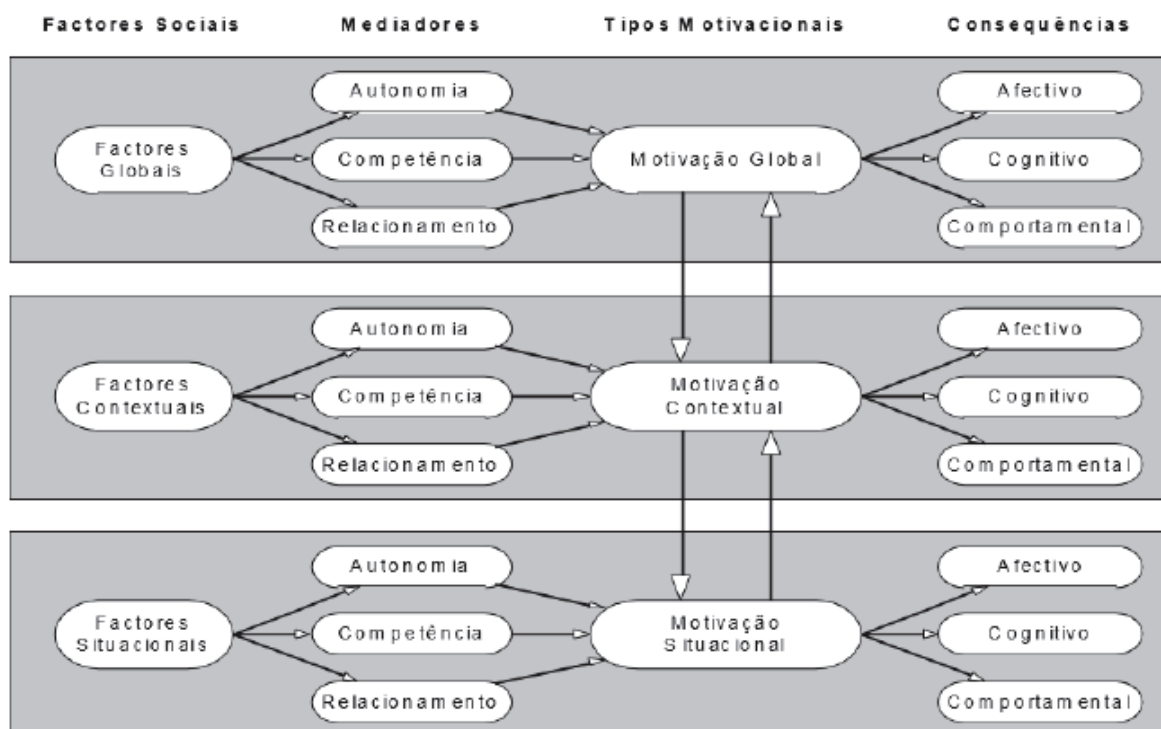


Figura 4 - Modelo Hierárquico Motivacional (Vallerand, 2001)

Em suma, podemos considerar que a TAD é uma abordagem à motivação alicerçada numa meta teoria, que realça a importância dos recursos próprios do ser humano na autorregulação do seu comportamento, que passa pela satisfação das necessidades psicológicas básicas de competência, autonomia e relação, pois são elas que estão na base do comportamento autodeterminado (Ryan & Deci, 2000, 2001).

2.4.1. Tipos de motivação

Na TAD são distinguidos diferentes tipos de motivação tendo por base as diferentes razões ou objetivos que originam uma ação. A mais básica distinção é feita entre o conceito de motivação intrínseca e motivação extrínseca, sendo, no entanto, mais central na TAD a distinção que é feita entre a motivação autónoma e a motivação controlada. A motivação autónoma abrange tanto a motivação intrínseca como os tipos de motivação extrínseca em que as pessoas se identificam com o valor de uma atividade e, idealmente, terão integrado isto, no seu sentido de self (Deci & Ryan, 2008). A motivação controlada consiste tanto na regulação externa, em que o seu comportamento é uma função de contingências externas de recompensa ou punição, e regulação introjetada, em que a regulação da ação foi parcialmente internalizada e é energizada por fatores como um motivo de aprovação, ou o evitar de vergonha (Ryan & Deci, 2008).

A TAD distingue-se pelos seus cinco tipos de regulação comportamental, um para as ações intrinsecamente motivadas e quatro para ações extrinsecamente motivadas. Tendo por base esta noção de regulação comportamental e a investigação entretanto desenvolvida, um *continuum* de autodeterminação em que são diferenciados seis tipos de motivação, os quais variam, qualitativamente, segundo a internalização das regulações externas para o comportamento. De acordo com essa abordagem, a análise da motivação de um indivíduo pode ser classificada em três grupos: amotivação, motivação intrínseca e motivação extrínseca. O segundo grupo, motivação extrínseca, é dividido em quatro tipos de regulação comportamental: regulação externa, regulação introjetada, regulação identificada e regulação integrada (Deci & Gagné, 2005).

A amotivação é o estado de falta de uma intenção de agir. Quando desmotivada, o comportamento de uma pessoa não tem intencionalidade e um sentido de causalidade pessoal. Esta resulta então da não valorização de uma atividade (Ryan, 1995), não se sentir competente para fazê-la, ou não acreditar que irá produzir um resultado desejado (Ryan & Deci, 2000).

A motivação intrínseca refere-se a fazer algo porque é inerentemente interessante ou agradável, ou seja, o envolvimento e manutenção na atividade acontecem pela tarefa em si, porque a consideram interessante e geradora de satisfação, considerando as atividades em que se envolvem como agradáveis (Ryan & Deci, 2000). Por outro lado, a motivação extrínseca, refere-se a fazer algo que leva a um resultado externo, ou seja, aqui o sujeito irá desempenhar uma atividade ou tarefa interessado em recompensas externas ou sociais, mostrando estar mais interessado na opinião do outro, no reconhecimento externo, em receber elogios ou em evitar uma punição (Ryan & Deci, 2000). Assim sendo, as pessoas podem ser motivadas porque valorizam uma atividade ou porque existe uma forte coerção externa. Podem ser colocados em ação por um interesse permanente ou por um “suborno”. Podem comportar-se com um sentido de compromisso pessoal com o objetivo de se destacarem ou pelo medo de ser vigiado.

Estes são exemplos de contrastes entre casos de ter motivação interna ou de ser pressionado externamente (Ryan & Deci, 2000).

2.5. Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas (TNPB)

A Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas, integrada na TAD elaborada em 1981 por Richard Ryan e Edward Deci, uma macro teoria da motivação, da personalidade e do bem-estar (Simões & Alarcão, 2013), é considerada uma das teorias mais importantes da motivação contemporânea (Moreno-Murcia, Marzo, Martínez-Galindo & Marín, 2011). Esta teoria tem como objeto de estudo as condições do contexto social que facilitam a saúde psicológica, bem como apresenta como hipótese principal a noção de que o bem-estar psicológico pode ser alcançado a partir da autodeterminação (Ryan & Deci, 2000) apoiada por Appel-Silva, Wendt & Argimon (2010). A sua premissa central é que a motivação pode oscilar num contínuo entre a desmotivação e a motivação intrínseca (Simões & Alarcão, 2013), sendo que os sujeitos tendem a participar mais nas atividades quando regulam o seu comportamento para formas mais autodeterminadas, isto é, quando estão motivados intrinsecamente (Ryan & Deci, 2001; Pires, et al., 2010). São vários os estudos (Chirkov, Ryan, & Willness 2005; McDonough & Crocker, 2007; Ferreira, 2010; Teixeira & Silva, 2013) que nos dizem que níveis elevados de satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas surgem, geralmente, associados a uma maior autodeterminação comportamental, motivação intrínseca e processos de regulação do comportamento, como interesse genuíno ou a satisfação pessoal (Ryan & Deci, 2000). A associação entre níveis de satisfação mais elevados das necessidades de relação, competência e autonomia e maior grau de autodeterminação pessoal, segundo Chirkov, Ryan & Willness (2005) parece ser independente dos efeitos contextuais e culturais.

A satisfação das dimensões é essencial para um ótimo desenvolvimento e saúde mental. Os indivíduos que não conseguirem obter a satisfação dessas necessidades podem bloquear a sua consciência, ou minimizar o valor destes autonutrientes (Guimarães & Boruchovitch, 2004; Ryan & Deci, 2008). A Competência reflete a necessidade de se sentir eficaz e capaz de alcançar os resultados desejados. O Relacionamento envolve a necessidade de se sentir perto e valorizado pelos outros, importantes, ter um sentido de pertença com os colegas, família e comunidade. Finalmente, a Autonomia é a necessidade de se sentir volitivo, como o criador de suas ações na realização de uma atividade (Deci & Ryan, 2000). Alguns estudos no campo desportivo apontam para um impacto positivo do clima motivacional, quando este é percebido pelo sujeito como um comportamento autónomo, sobre a satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas (autonomia, competência e relação), que por sua vez influenciam positivamente as formas mais autónomas de regulação do comportamento (mais autodeterminadas: regulação externa identificada e regulação intrínseca) (Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier, & Cury, 2002; Cox & Williams, 2008; Murcia, Román, Galindo, Alonso & Cutre, 2008; Ntoumanis & Standage, 2009). Considerando-se então que as pessoas são motivadas intrinsecamente, quando sentem que as suas capacidades são suficientes para as exigências do contexto.

Mediante o exposto, alguns estudos revelam que a satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas está associada a melhores índices de autodeterminação, sendo isso referido com base nas investigações, neste caso de contexto desportivo (Chirkov, Ryan & Willness, 2005; Ferreira, 2010; McDonough & Crocker, 2007, Teixeira & Silva, 2013; Ferreira, 2017; Batista, Lercas, Santos, Honório, Serrano & Petrica, 2019; Batista, Santos, Honório, Rocha, Serrano & Petrica, 2021).

2.6. Bem-Estar Subjetivo (BES)

Relativamente ao Bem-estar subjetivo, Diener (1984) afirma que o conceito apresenta três características gerais: é subjetivo porque depende da experiência do indivíduo, ou seja, é ele que julga o seu bem-estar de acordo com os seus próprios critérios; não é definido apenas pela ausência de fatores negativos, mas também pela presença de fatores positivos; e inclui uma avaliação global de todos os aspetos da vida do indivíduo, ou seja uma avaliação integral.

Andrews e Withey (1976) avaliam o Bem-estar subjetivo como uma grande área de investigação e não como um conceito em si, no entanto ressaltam a importância da existência de três componentes existentes: a componente afetiva negativa e positiva, e a componente cognitiva da avaliação do bem-estar, denominada também de Satisfação com a vida. Embora estes aspetos se correlacionem moderadamente, são distintos, e quando avaliados separadamente permitem obter informações complementares (Pavot & Diener, 1993). Por outro lado, Guedea, Albuquerque, Tróccoli, Noriega, Seabra e Guedea (2006) alertam para a importância de se avaliar separadamente as dimensões cognitiva e afetiva do Bem-estar subjetivo, tendo em conta que elas se manifestam com intensidades diferentes. Ou seja, enquanto a componente afetiva pode resultar de fatores ambientais de curta duração, a sua componente avaliativa tende a refletir aspetos de longa duração, e enquanto a componente afetiva poderá resultar de motivos com um menor grau de consciência, a componente cognitiva resulta de processos cognitivos e avaliativos claramente conscientes, refletindo-se em aspetos mais visíveis ao indivíduo, tornando-se por essa razão mais informativa e independente dos aspetos afetivos (Duarte, 2015).

Huebner (2004) diz-nos que a perspetiva subjetiva se foca nas avaliações pessoais das circunstâncias de vida e afigura-se como mais vantajosa, dado que os julgamentos de Satisfação com a vida tendem a correlacionar-se mais com as medidas de Bem-estar subjetivo do que as condições objetivas de vida da pessoa. Além disso, as pessoas reagem de forma diferente a circunstâncias semelhantes, avaliando as suas condições de vida com base nas suas expectativas, valores e experiências (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). Contudo, Pavot e Diener (1993) chamam a atenção para o facto das medidas de Satisfação com a vida não serem suficientes para mensurar o Bem-estar subjetivo, sendo necessária uma medida adicional que consiga abordar a componente afetiva do mesmo. No entanto, Deci e Ryan (2000) referem que o bem-estar na sua

perspetiva não se resume apenas a conceitos como Satisfação com a vida e saúde psicológica ou à experiência subjetiva de afeto positivo, mas que também é uma função orgânica na qual a pessoa deteta a presença ou ausência de vitalidade, de flexibilidade psicológica, e um sentido profundo de bem-estar.

De acordo com Batista (2009) a sensação de bem-estar ou de Satisfação com a vida está intimamente ligada à forma como o indivíduo é capaz de lidar e absorver a ocorrência de episódios da sua vida, alguns destes inerentes à própria evolução da mesma. O mesmo autor, diz-nos que as variações emocionais e ambientais resultam de processos complexos que podem ser permanentes ou temporários, onde o equilíbrio destas situações induzem o indivíduo a adaptar-se, promovendo o bem-estar.

Diversos estudos que relacionam a prática desportiva com a componente afetiva do Bem-estar subjetivo sugerem que a AF reduz significativamente os níveis dos sintomas depressivos e dos sintomas de ansiedade, levando a uma diminuição dos afetos negativos, precedendo o aumento dos afetos positivos e por sua vez apresenta uma correlação positiva com a satisfação com a vida (Hassmén, Koivula & Uutela, 2000; Lawlor & Hopker, 2001; Biçer, Asghari, Kharazi & Asl, 2012; Pereira, 2012). A ideia que subjaz ao conceito de bem-estar subjetivo é que os seres humanos, continuamente, fazem avaliações acerca da sua vida, que geram reações emocionais as quais podem ser prazerosas ou desgostosas (Diener, 1994). Neste segmento, o Bem-estar subjetivo tem inúmeros indicadores de bem-estar global, no entanto, os que mais se destacam são a Satisfação com a vida e os afetos, que tanto podem ser positivos como negativos.

2.6.1. Satisfação com a vida (SCV)

A Satisfação com a vida (SCV) trata-se de uma extensão positiva do Bem-estar subjetivo, isto é, uma autoavaliação cognitiva global que o indivíduo faz de cada momento da sua vida, sendo os critérios de avaliação designados pelo próprio (Galinha & Pais-Ribeiro, 2005). Diener (2013) diz-nos que existem três componentes principais na Escala de Satisfação com a vida (SWLS) e são elas a Satisfação com a vida, as experiências positivas e experiências negativas. Esta avaliação é descrita como uma comparação que as pessoas fariam das situações pelas quais passam durante a vida, de acordo com um padrão construído por elas mesmas (Pavot, Diener, Colvin & Sandvik, 1991). Ou seja, a pessoa avalia a sua vida consoante as suas experiências pessoais, considerando aspetos positivos e negativos, chegando a uma avaliação global da sua vida com o mínimo de influência emocional no momento da avaliação (Lucas, Diener & Suh, 1996). Na mesma lógica de pensamento, Lopes (2012) afirma que a Satisfação com a vida diz respeito à avaliação subjetiva que o indivíduo faz acerca da sua qualidade de vida, olhando para toda a sua história de vida e baseando-se nos fatores que são, para ele, indispensáveis para se sentir feliz e satisfeito. Para Diener (1984) a investigação sobre esta temática da Satisfação com a vida constitui um fator importante, tendo em conta que os indivíduos fazem uma reflexão geral sobre a sua vida, permitindo assim conhecer individualmente os seus critérios pessoais, baseados numa comparação com um padrão que cada um estabelece para si próprio (Neto, 1993). Segundo Pavot e

Diener (1993) a pessoa sente maior Satisfação com a vida na medida em que julga que as suas condições de vida se aproximam deste padrão.

Fazendo a ligação entre a Satisfação com a vida e o Desporto Adaptado, Melo e López (2002) dizem-nos que a oportunidade da prática desportiva para pessoas com deficiência é de extrema eficácia para a promoção da qualidade de vida das mesmas, ou seja, é a oportunidade deste tipo de população testar os seus limites e potencialidades, prevenir as enfermidades secundárias da sua deficiência e uma forma de promover a integração social do indivíduo. Martin (2006) relata que através das relações sociais dentro do desporto, é possível promover a qualidade de vida de pessoas com deficiência.

2.6.2. Afetos positivos e Afetos negativos

A componente afetiva do Bem-estar subjetivo é composta pelos afetos positivos e afetos negativos. O afeto positivo é um sentimento transitório prazeroso, sendo mais um estado emocional do que um julgamento cognitivo, vivenciado num determinado momento como um estado de entusiasmo, de orgulho, felicidade, alegria e afeição (Diener, 1984; Novo, 2003). Por sua vez, o afeto negativo refere-se a um estado de distração e engajamento desprazível, que também é transitório, mas que inclui emoções desagradáveis, como ansiedade, depressão, agitação, aborrecimento, pessimismo, a culpa, o medo e outros sintomas aflitivos e angustiantes (Diener, 1984). Porém, apesar dos afetos negativos não serem desejáveis na maioria das vezes, em algumas circunstâncias podem ser a resposta mais conveniente e funcional, como por exemplo o medo, que pode motivar a evitar o perigo, e a tristeza que pode fazer renovar e originar novos planos de ação após alguma perda (Diener, Oishi & Lucas, 2003).

2.7. Liderança do Treinador no Desporto

A liderança é parte integrante do processo que medeia a relação treinador atleta, tendo vários autores dedicado ao estudo deste fenómeno apresentado diversas definições. Barrow (1977) define, de forma extremamente consensual, a liderança como um processo comportamental tendo em vista influenciar indivíduos ou grupos no sentido de alcançarem os objetivos definidos. O carácter geral da afirmação torna-se útil, pois desta forma, é possível incluir um conjunto de dimensões que caracterizam o tema, como sejam, os processos de tomada de decisão, as técnicas e estratégias motivacionais, o tipo e a frequência de comportamentos de “*feedback*”, o relacionamento interpessoal, as políticas e estratégias de planeamento e orientação do grupo para atingir o rendimento desejado e, por fim, as regras e as normas que estabelecem o funcionamento e o relacionamento dentro da equipa (Horn, 1992). Por sua vez, Bass (2008) propôs uma definição alargada do conceito de liderança, sugerindo: a liderança é uma interação entre dois ou mais membros de um grupo que

² Opinião, comentário, avaliação

envolve frequentemente a estruturação ou reestruturação das percepções e expectativas dos membros. Os líderes são agentes de mudança, cujos atos um membro do grupo modifica as motivações ou competências de outro membro do grupo. A liderança pode ser concebida como direcionar a atenção dos outros membros para os objetivos e as vias para os atingir. Também, Yukl (2002) forneceu uma sinopse de diferentes definições de liderança onde resumiu que as características comuns das definições refletem o pressuposto de que se trata de um processo pelo qual se exerce influência intencional sobre outras pessoas para orientar, estruturar e facilitar atividades e relacionamentos em um grupo ou organizações. Refere ainda que há uma pequena concordância ou consistência entre as definições. Por outro lado, Chelladurai (1978, 1984) elaborou uma proposta onde reuniu todo um conjunto de dados gerais do estudo da liderança num modelo adaptado ao desporto, privilegiando a abordagem do tema com o resultado da conjugação dos três aspetos (líder, membros e a situação), dando-se igual ênfase a todos eles (Gomes, 2005). Neste sentido, a liderança pode ser definida como a influência direta ou indireta de outros, através de autoridade formal ou atributos pessoais, para agir em concordância com um objetivo comum. Os líderes são, de acordo com esta formulação, considerados indivíduos que afetam ou lideram os comportamentos de outros, com o objetivo de atingirem metas comuns (Pinto, 2013).

Habitualmente consideram-se três grandes modelos explicativos sobre as questões da liderança: um, mais centrado nos traços da personalidade e características, outro focado na observação de comportamentos comuns nos líderes e, outro ainda, mais virado para as variáveis situacionais que influenciam a liderança (Gomes, 2005).

Segundo Garcia (2013) um treinador com um estilo de liderança autocrático, tem um estilo de comando centrado na vitória e orientado para a tarefa; enquanto o estilo de liderança democrático é um estilo cooperativo, centrado no atleta e orientado para o sujeito. Em relação ao estilo mais adequado para o alcance do sucesso, os autores sugerem que as duas dimensões deveriam ser adotadas em simultâneo, uma vez que não encontraram provas substanciais sobre qual dos tipos de liderança levava a um maior sucesso (e.g. Jesuíno, 1996). Em função das características da situação e dos liderados, o mesmo sujeito pode utilizar distintos estilos de liderança (e.g. Mendo & Ortiz, 2003).

CAPÍTULO 3

PROBLEMÁTICA

3. Problemática

Após a realização de uma breve explanação teórica, em que nos debruçamos sobre vários aspetos inerentes à motivação autodeterminada, ao bem-estar subjetivo e à liderança, chega-se à parte metodológica, fase de precisão, de técnica e de planeamento. Para Almeida e Freire (2007), qualquer investigação é conduzida tendo em vista esclarecer uma dúvida, replicar um fenómeno, testar uma teoria ou procurar soluções para um dado problema, colocado de formas diversas, toda a investigação tem um alvo ou um problema a analisar.

O objetivo de um estudo é um enunciado declarativo que determina as variáveis-chaves, a população-alvo e a orientação da investigação (Fortin, 2003). Ainda segundo Almeida e Freire (2007), na condução de uma investigação, o investigador é orientado por determinados objetivos operacionais. Estes vão depender da natureza dos fenómenos e das variáveis em presença, bem como das condições de maior ou menor controlo em que a investigação vai ocorrer.

No estudo que efetuamos e, baseados na literatura analisada, pretendemos saber qual o efeito do perfil de liderança que o treinador exerce na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo de atletas de Desporto Adaptado com DID.

3.1. Problema da Investigação

Na sequência do enquadramento teórico apresentado, parece-nos pertinente procurar uma resposta para a questão geral que compõe o problema do nosso estudo.

“Será que o perfil de liderança do treinador exerce influência na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo de atletas de Desporto Adaptado com Dificuldades Intelectuais e Desenvolvimentais que integram o Special Olympics?”

No entanto, podemos considerar algumas sub-questões desta investigação analisadas através dos três estudos:

- ✓ *“Será que existem diferenças em função do género na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo em atletas de Desporto Adaptado com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental?” (Estudo 1)*
- ✓ *“Será que existem indicadores preditivos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo de atletas de Desporto Adaptado com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental?” (Estudo 2)*
- ✓ *“Será que existem efeitos de mediação das necessidades psicológicas básicas e da motivação entre o estilo de liderança do treinador sobre o bem-estar subjetivo de atletas de Desporto Adaptado com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental?” (Estudo 3)*

3.2. Objetivos Específicos

Com este estudo pretendemos:

- ✓ Saber os níveis de autodeterminação e bem-estar subjetivo de atletas integrantes do Special Olympics de Portugal **(Estudo 1)**;
- ✓ Saber os níveis de autodeterminação e bem-estar subjetivo de atletas em função do género **(Estudo 1)**;
- ✓ Verificar os níveis de autodeterminação, bem-estar subjetivo dos atletas e, influência do estilo democrático e autocrático dos seus treinadores **(Estudo 2)**;
- ✓ Saber quais são e como se associam as variáveis das necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relação social), da motivação (motivação autónoma, motivação controlada e amotivação), da satisfação com a vida, dos afetos positivos e negativos e, do estilo democrático e autocrático **(Estudo 2)**;
- ✓ Procurar indicadores preditivos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo em atletas com DID **(Estudo 2)**;
- ✓ Saber de que forma as Necessidades Psicológicas Básicas – relação, autonomia e relação social, e a motivação autónoma e a motivação controlada medeiam a relação das variáveis do estilo democrático e do estilo autocrático com o bem-estar subjetivo – satisfação com a vida e, afetos positivos e negativos **(Estudo 3)**.

3.3. Variáveis da Investigação

De acordo com alguns conselheiros e investigadores das Ciências Sociais e da Educação, (Quivy & Campenhould, 1998; Eco; Fortin, 2003; Tuckman 2005; Yin 2008; Alferes 2012), consideramos que o nosso estudo deve ser enriquecido com a introdução de algumas variáveis que melhor permitirão aprofundar a abordagem do assunto, por nos permitirem estudar algumas características que consideramos importantes.

Para Petrica (2003) “(...) uma variável denomina-se independente porque estamos interessados em conhecer o seu efeito, o resultado da sua ação, sobre outras variáveis, as variáveis dependentes, fatores que observamos e que medimos para determinar aquele efeito”, no nosso estudo identificámos as seguintes variáveis independentes:

- ✓ Género: variável categórica quanto ao dimorfismo sexual, masculino e feminino;
- ✓ Idade: variável categórica quanto à idade dos atletas;
- ✓ Instituição que pertence: variável categórica quanto à instituição a que pertencem (neste caso o Special Olympics de Portugal);
- ✓ Modalidade que o atleta pratica: variável categórica quanto à modalidade que o atleta pratica, modalidade individual, coletiva ou ambas;

- ✓ Anos de prática da modalidade: variável categórica quanto às vivências do atleta, até 1 ano, entre 2 a 3 anos, entre 4 a 5 anos, entre 6 a 7 anos, entre 8 a 9 anos, mais de 11 anos e sem experiência;
- ✓ Volume de horas de treino semanal: variável categórica quanto às horas de treino semanal dos atletas, até 2 horas, de 3 a 5 horas, de 6 a 8 horas, 9 horas ou mais.

Segundo Lakatos e Marconi (2003), a variável dependente (...) “consiste naqueles valores a serem explicados ou descobertos, em virtude de serem influenciados, determinados ou afetados pela variável independente; é o fator que aparece, desaparece ou varia à medida que o investigador introduz, tira ou modifica a variável independente”. No nosso estudo identificamos as seguintes variáveis dependentes:

- ✓ Motivação: variável categórica quanto à Motivação Autónoma, Motivação Controlada e, Amotivação do atleta;
- ✓ Necessidades Psicológicas Básicas: variável categórica quanto à perceção de autonomia, perceção de competência e, perceção de relação social do atleta;
- ✓ Satisfação com a vida: variável categórica quanto á avaliação global que o atleta faz da sua vida;
- ✓ Afetos: variável categórica quanto aos afetos positivos e, afetos negativos, percecionados pelo atleta;
- ✓ Liderança (versão do atleta): variável categórica quanto ao comportamento democrático e, comportamento autocrático que o atleta perceciona do seu treinador.

Hoyle e Robinson (2004), dizem-nos que a mediação é o processo pelo qual uma variável independente (X) afeta a variável dependente (Y) por meio de efeito indireto de uma ou mais variáveis mediadoras (M). A mediação também é chamada de variável interveniente ou de mecanismo.

Por último, podemos considerar que o nosso estudo tem como variável de controlo, o Special Olympics de Portugal, pois estuda apenas atletas pertencentes a este movimento.

3.4. Instrumentos de Investigação

De acordo com Pestana e Gageiro (2008), o inquérito por questionário é a técnica de construção de dados que mais se compatibiliza com a racionalidade instrumental e a técnica que tem predomínio nas ciências e na sociedade em geral. Para a recolha de dados serão utilizados como instrumento de medida vários questionários, descritos nos seguintes pontos. (**Anexo A**)

3.4.1. Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNES)

A teoria das Necessidades Psicológicas Básicas é considerada e visa como pré-requisito para o funcionamento ideal dos processos integrativos do organismo, referindo-se às três necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relação social), que aquando satisfeitas promovem um bom desenvolvimento e manutenção da saúde psicológica e/ou bem-estar pessoal (Guimarães & Boruchovitch, 2004; Moreno-Murcia, Marzo, Martínez-Galindo, & Conte Marín, 2011; Ryan & Deci, 2000; Lercas, 2017). A versão portuguesa do questionário BPNES, validado para o contexto desportivo na língua portuguesa por Monteiro, Marinho, Moutão, Couto, Antunes & Cid (2016) e desenvolvido por Vlachopoulos & Michailidou (2006) especificamente para o contexto de exercício, foi utilizado para recolhermos dados relativos às Necessidades Psicológicas Básicas. O questionário tem uma escala que é constituída por 12 itens distribuídos por 3 dimensões que refletem as necessidades psicológicas básicas da teoria da autodeterminação: perceção de autonomia, perceção de competência e perceção de relações sociais, sendo cada dimensão composta por 4 itens que podem ser classificados tendo em conta uma escala do tipo Likert com 5 níveis de resposta.

3.4.2. Behavioral Regulation in Sport (BRSQ)

O BRSQ (Lonsdale, Hodge & Rose, 2008) é composto por 24 itens, divididos em 6 subescalas avaliadas de acordo com uma escala de tipo Likert de 7 alternativas de resposta. Estes itens refletem os tipos de motivação subjacentes ao continuum motivacional da TAD (Monteiro, Moutão, Baptista & Cid, 2014), nomeadamente a amotivação, a motivação controlada (motivação externa, motivação introjetada) e a motivação autónoma (motivação identificada, motivação integrada e motivação intrínseca). Esta escala está validada para o contexto desportivo na língua portuguesa por Monteiro, Moutão e Cid (2018). De acordo com Rocha (2009) baseando-se em Knijnik, Greguol e Santos (2000) refere que a motivação surge quando um indivíduo manifesta interesse por atingir um determinado objetivo. Assim Bear, Connors, & Paradiso (2002) afirmam que “a motivação é a força que compele um acontecimento a acontecer”. Vallerand (2007) apresenta a existência de motivação intrínseca, regulação identificada, regulação introjetada, regulação externa e desmotivação num contínuo da autodeterminação.

3.4.3. Satisfaction with Life Scale (SWLS)

A Escala de Satisfação com a vida, tal como o nome indica, foi utilizada para avaliar a satisfação com a vida enquanto um constructo cognitivo (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Esta escala é formada por 5 itens e consiste em indicar, através de uma escala de tipo Likert de 7 pontos, o grau de satisfação de acordo com cada item. Segundo Albuquerque, Sousa e Martins (2010), em relação ao processo de validação da versão portuguesa da Escala Satisfação com a vida por Neto (1993), através da análise

fatorial confirmatória, os índices de qualidade de ajuste foram considerados adequados.

3.4.4. Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)

A Escala de Afetos positivos e Negativos, originalmente composta por Watson, Clark & Tellegen (1988) e traduzida para o português por Simões (1993), com o objetivo de avaliar o bem-estar subjetivo e a afetividade, é composta por vinte itens, como forma de avaliar os afetos positivos, através de dez adjetivos, e também os afetos negativos, a que correspondem os restantes adjetivos. A cada item desta escala é atribuído um valor correspondente a uma escala de Likert que varia entre 1 e 5. Esta escala foi validada para a língua portuguesa por Galinha e Pais-Ribeiro (2005).

3.4.5. Leadership Scale for Sport (LSS) - percepção dos atletas

Leadership Scale for Sport foi desenvolvida por Chelladurai e Saleh (1978) e validada em português por Serpa, Lacoste, Antunes, Pataco e Santos (1988) sob o nome de Escala de Liderança no Desporto (ELD). É uma escala que avalia a percepção do treinador sobre o seu próprio comportamento (versão autopercepção), percepção que os atletas têm acerca dos comportamentos de liderança dos respetivos treinadores (versão percepção), bem como a preferência dos atletas pelo comportamento do treinador (versão preferências). Analisa ainda os comportamentos em cinco dimensões diferentes: comportamento treino instrução, comportamento de suporte social, comportamento de reforço, comportamento democrático e comportamento autocrático. A ELD é apresentada na forma de 40 questões para cada versão e em cada uma das questões, o atleta ou treinador, poderia escolher uma entre as cinco respostas possíveis, dadas em uma escala do tipo Likert; (1=Nunca; 2=Raramente; 3=Ocasionalmente; 4=Freqüentemente; 5=Sempre). Este estudo utilizou apenas a versão percepção que os atletas têm relativamente ao seu treinador. No entanto, tendo em conta a população em que este instrumento será aplicado optamos por utilizar uma escala pictográfica de forma que a resposta por parte do inquirido seja mais clara e perceptível.

3.5. Protocolo de Tratamento de Escalas

Segundo Batista (2011) um instrumento que forneça medidas separadas em diferentes domínios proporcionará uma imagem mais rica e diversificada do que um instrumento que permita obter apenas uma medida única. Deste modo, o questionário utilizado ao longo desta investigação foi composto por cinco escalas que avaliam 5 domínios diferentes, sendo cada domínio subdividido em diferentes dimensões, distribuídos de forma alternada por cada uma, à exceção da satisfação com a vida.

Atendendo à motivação para a prática desportiva, podemos entender três dimensões, ora vejamos:

- ✓ Amotivação (1, 7, 13 e 19);
- ✓ Motivação Autónoma (4, 5, 6, 10, 11, 12, 16, 17, 18, 22, 23 e 24);
- ✓ Motivação Controlada (2, 3, 8, 9, 14, 15, 20 e 21).

Quanto às três dimensões das Necessidades Psicológicas Básicas, estas são compostas por 4 itens distribuídos de forma aleatória, tal como:

- ✓ Competência (1, 4, 7 e 10);
- ✓ Relação (2, 5, 8 e 11);
- ✓ Autonomia (3, 6, 9 e 12).

No que diz respeito à Satisfação com a vida, trata-se de uma escala diferente das restantes, uma vez que é constituída por cinco itens distribuídos apenas por uma dimensão (1, 2, 3, 4 e 5).

A escala referente aos afetos positivos e negativos, é constituída por 20 itens, distribuídos de forma alternada pelas duas dimensões:

- ✓ Afetos positivos (1, 3, 5, 8, 10, 11, 13, 15, 17 e 19);
- ✓ Afetos negativos (2, 4, 6, 7, 9, 12, 14, 16, 18 e 20).

Por último, quanto à escala da liderança, esta é composta por 5 dimensões, das quais apenas utilizámos duas:

- ✓ Comportamento Democrático (2, 9, 15, 18, 21, 24, 30, 33 e 39);
- ✓ Comportamento Autocrático (6, 12, 27, 34 e 40).

CAPÍTULO 4

ESTUDOS REALIZADOS

4. Estudos Realizados

4.1. Estudo 1

Diferenças em Função do Género na Motivação Autodeterminada e Bem-estar subjetivo em Atletas de Desporto Adaptado com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental Integrantes do Special Olympics

Resumo

A Teoria da Autodeterminação tem sido utilizada como modelo teórico de suporte em diversos estudos sobre motivação no Desporto. Neste sentido, percebemos que a motivação é um tema ao qual os investigadores têm dedicado grande parte do seu tempo, no entanto, ao pesquisarmos sobre o Desporto Adaptado, nomeadamente a pessoa com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental (DID) observamos uma escassez na investigação.

Este artigo teve por objetivos, i) verificar os níveis de autodeterminação e bem-estar subjetivo de atletas integrantes do Special Olympics de Portugal (SOP), e ii) comparar as necessidades psicológicas básicas, a motivação e o bem-estar subjetivo dos atletas em função do género. Neste estudo quantitativo, participaram 94 atletas de Desporto Adaptado, de idades compreendidas entre os 11 e 63 anos ($\bar{x}=32.61 \pm SD=13.8$) de ambos os géneros, competidores de modalidades individuais e coletivas. Os instrumentos de recolha utilizados foram Behavioral Regulation in Sport Questionnaire, Basic Psychological Needs Exercise Scale, Escala de Satisfação com a vida e Escala de Afetos positivos e Negativos. A análise dos dados foi baseada na verificação da consistência interna das escalas aplicadas através do cálculo do alfa e Cronbach, da análise descritiva dos dados e da aplicação para comparação entre géneros através do teste não paramétrico U Mann-Whitney, assim como uma regressão linear, atendendo-se a um nível de significância de 0.05.

Como resultado, observámos que a satisfação das necessidades psicológicas básicas e a motivação predizem bons níveis de satisfação com a vida também de afetos positivos. Também verificámos diferenças estatisticamente significativas na satisfação com a vida e nos afetos negativos ao confrontar os resultados em função do género.

Palavras-chave: Desporto Adaptado; Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental; Teoria da Autodeterminação; Bem-estar subjetivo; Special Olympics de Portugal

Gender Differences in Self-Determined Motivation and Subjective Well-Being of Adapted Sport Athletes Members of the Special with Intellectual and Developmental Difficulties Members

Abstract

The Theory of Self-Determination has been used as a theoretical model of support in several studies on motivation in Sport. In this sense, we realize that motivation is a topic to which researchers have devoted much of their time, however, when researching adapted sports, and the person with Intellectual and Developmental Difficulty we observe a shortage in research.

This study aimed to verify the levels of self-determination and subjective well-being of athletes members of the Special Olympics of Portugal, and ii) to compare the basic psychological needs, motivation and subjective well-being of athletes according to gender. In this quantitative study participated 94 athletes of Adapted Sports, aged between 11 and 63 years ($\bar{x}=32.61 \pm SD=13.8$) of both genders, competitors of individual and collective sports. The monitoring instruments used were Behavioral Regulation in Sport Questionnaire, Basic Psychological Needs Exercise Scale, Life Satisfaction Scale and Positive and Negative Attachment Scale. Data analysis was based on the verification of the internal consistency of the scales applied through the calculation of alpha and Cronbach, descriptive analysis of data and application for gender comparison through the nonparametric test U Mann-Whitney, as well as a linear regression, meeting a significance level of 0.05. As a result, we observed that the satisfaction of basic psychological needs and motivation predict good levels of life satisfaction also of positive attachment.

We also found statistically significant differences in life satisfaction and negative attachments when comparing gender outcomes.

Keywords: Adapted Sport; Intellectual and Developmental Difficulty; Theory of Self-Determination; Subjective Welfare; Special Olympics of Portugal

Introdução

O desporto, como hoje o conhecemos, tem a sua origem na história da atividade física e do movimento humano. Nos primórdios da Humanidade (3000 a.C. até 500 a.C.), o processo de seleção natural baseava-se na força e na resistência física necessárias às atividades básicas de sobrevivência. Neste contexto, por vezes hostil, indivíduos com algum tipo de deficiência eram alvo de rituais de purificação, exorcismo e até sacrifício (Guttmann, 1976). Apenas no século XX, devido ao elevado número de veteranos de guerra com deficiências adquiridas em combate nas grandes guerras mundiais. E, a necessidade de os reabilitar, é que as sociedades ocidentais se viram forçadas a rever as suas conceções e atitudes face à deficiência. A prática desportiva passa então a ser vista e aceite como a melhor forma de intervenção, com o objetivo de promover a sua reintegração na sociedade (Castro, 1998; Bento, 1991). Os mesmos autores referem que este período foi pródigo na constituição de organizações internacionais dedicadas ao fomento e à organização de competições desportivas voltadas para pessoas com deficiência, contribuindo para o surgimento e a consolidação do conceito de desporto adaptado. Desde então, que vemos o desporto como fator social, numa sociedade que procura ser cada vez mais justa e igualitária configurando-se num importante catalisador para a promoção da igualdade e inclusão social dos indivíduos. Na sua vertente adaptada, contribui para melhorias significativas na funcionalidade, autonomia social e na qualidade de vida de indivíduos portadores de deficiência (Almeida & Tonello, 2007). Sendo que o Desporto Adaptado representa um dos mais importantes fatores promotores do sucesso educativo, inclusão e desenvolvimento psicossocial.

Segundo a Special Olympics (2019), a SOP consiste numa organização global que atende atletas com DID proporcionando a formação desportiva durante todo o ano e competição atlética numa variedade de desportos olímpicos para crianças e adultos com DID, dando-lhes oportunidades contínuas de desenvolverem a forma física, demonstrarem coragem, experimentarem alegria e participarem na partilha de presentes, habilidades e amizade com as suas famílias, outros atletas olímpicos especiais e a comunidade.

A atual definição de DID reflete a mudança do constructo proposta pela AAIDD (2010), em colaboração com a OMS e, considera, em conjunto, a determinação das dificuldades intelectuais, medidas ao nível do QI (limitações significativas quando o valor que se encontra dois desvios-padrão abaixo da média – $QI < 70/75$) e os comportamentos adaptativos demonstrados por cada indivíduo (quando a sua avaliação revela resultados dois desvios-padrão abaixo da média). A DID é então compreendida como um “funcionamento geral resultante da existência de limitações significativas no funcionamento intelectual e no comportamento adaptativo, que se expressam nos domínios conceptual, social e prático, sendo este diagnóstico realizado antes dos 18 anos de idade” (Shalock et al., 2007, Schalock et al., 2010).

De acordo com Santos (2020), o desenvolvimento pessoal ou integral do indivíduo deve focar aspetos cognitivos, sociais e intelectuais, para tal, é fundamental não descuidar o papel da AF e do desporto, como um meio de desenvolvimento destes mesmos aspetos. Neste sentido, torna-se importante estudar a motivação, pois Silva (1991), diz-nos que a motivação para a prática desportiva é talvez o aspeto mais importante para a obtenção de boas performances (ao estar motivado para a prática desportiva o valor terapêutico e psicológico estão implícitos). A TAD, desenvolvida por Richard Ryan e Edward Deci por volta dos anos 80 (Deci & Ryan, 2000, 2002) trata-se de uma macro teoria da motivação humana, do desenvolvimento da personalidade e do bem-estar e afirma que todos os seres humanos têm uma tendência natural para o crescimento pessoal e para a integração psicológica (Ryan, 2009). Já o Bem-estar subjetivo é o grau em que um indivíduo julga a qualidade total da sua vida de uma maneira favorável (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Para tal, o indivíduo utiliza dois componentes: um afetivo e outro cognitivo. O afetivo remete às suas reações emocionais que podem descrever-se em positivas ou negativas; e o cognitivo diz respeito à satisfação com a vida ou avaliação cognitiva das circunstâncias da vida (Santos, 2012; Diener, Lucas & Oishi, 2018).

Diversos autores estudaram a TAD em contexto desportivo. No estudo de Hutzler e Korsensky (2010), analisaram a motivação na prática da atividade física em pessoas com deficiência intelectual. Também o estudo de Moltó e Bruna (2017), investigam 74 indivíduos com deficiência intelectual, averiguando a sua relação com o desporto, a Satisfação com a vida e a autodeterminação. No seu estudo, Serra (2010) avaliou a motivação e adesão ao exercício físico em ginásios. No entanto, apesar de existirem vários estudos sobre a temática, continuam a ser necessárias mais pesquisas para esclarecer de forma descritiva e suficientemente exaustiva a importância da motivação na prática de desporto adaptado, apresentando, portanto, atletas com DID, onde os estudos são escassos. Neste sentido, pretendemos verificar os níveis de autodeterminação e bem-estar subjetivo de atletas integrantes do SOP e, comparar as variáveis em análise em função do género. De acordo, com a literatura existente, esperamos encontrar uma relação positiva entre as necessidades psicológicas básicas e a motivação com a satisfação com a vida, uma relação positiva entre as necessidades psicológicas básicas e a motivação confrontando os afetos positivos e ainda, diferenças significativas entre os géneros.

Método

Participantes

Este estudo é de natureza quantitativa de corte transversal. Segundo Fortin (2003), o método de investigação quantitativa é um processo sistemático de colheita de dados observáveis e quantificáveis. É baseado na observação de factos objetivos, de acontecimentos e de fenómenos que existem independentemente do investigador.

Segundo Hochman, Nahas, Filho e Ferreira (2005), a característica principal do estudo transversal é que a observação das variáveis, é realizada em um único momento.

Os participantes foram selecionados por conveniência. Um total de 94 participantes com idades compreendidas entre os 11 e 63 anos ($\bar{x}=32.6 \pm SD=13.8$), dos quais 71.3% (N=67) do género masculino e 28.7% (N=27) do género feminino, com um número de horas de prática semanal, até duas horas de treino (36.2%), de 3 a 5 horas de treino (39.4%), de 6 a 8 horas de treino (19.1%) e de 9 horas ou mais de treino (5.3%), com $\bar{x}=5.23 \pm SD=4.60$ anos de prática, competidores de várias modalidades desportivas individuais (42.6%), modalidades coletivas (16%), e modalidades individuais e coletivas (41.5%). Foram considerados para a análise dos dados apenas atletas com DID. Os participantes foram recrutados de instituições/escolas com agregação ao SOP. Apenas foram incluídos os participantes capazes de responder aos questionários, ainda que, com o apoio de outro significativo.

Todos os participantes foram informados quanto aos objetivos do estudo e deram o seu consentimento informado para participar no estudo.

Instrumentos

Para a realização deste estudo, foram utilizados quatro questionários (**anexo A**), sendo:

Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNES)

A versão portuguesa do questionário BPNES, validado para o contexto desportivo na língua portuguesa por Monteiro, Marinho, Moutão, Couto, Antunes & Cid (2016) e desenvolvido por Vlachopoulos & Michailidou (2006) especificamente para o contexto de exercício, foi utilizado para recolhermos dados relativos às Necessidades Psicológicas Básicas. O questionário tem uma escala que é constituída por 12 itens distribuídos por 3 dimensões que refletem as Necessidades Psicológicas Básicas da teoria da autodeterminação: percepção de autonomia, percepção de competência e percepção de relações sociais, sendo cada dimensão composta por 4 itens que podem ser classificados tendo em conta uma escala do tipo Likert com 5 níveis de resposta.

Behavioral Regulation in Sport (BRSQ)

O BRSQ (Lonsdale, Hodge & Rose, 2008) é composto por 24 itens, divididos em 6 subescalas avaliadas de acordo com uma escala de tipo Likert de 7 alternativas de resposta. Estes itens refletem os tipos de motivação subjacentes ao continuum motivacional da TAD (Monteiro, Moutão e Cid, 2018), nomeadamente a amotivação, a

motivação controlada (motivação externa, motivação introjetada) e a motivação autónoma (motivação identificada, motivação integrada e motivação intrínseca).

Satisfaction with Life Scale (SWLS)

A Escala da Satisfação com a vida, tal como o nome indica, foi utilizada para avaliar a satisfação com a vida enquanto um constructo cognitivo (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Esta escala é formada por 5 itens e consiste em indicar, através de uma escala de tipo Likert de 7 pontos, o grau de satisfação de acordo com cada item. Segundo Albuquerque, Sousa e Martins (2010), em relação ao processo de validação da versão portuguesa da Satisfação com a vida de Neto (1993), através da análise fatorial confirmatória, os índices de qualidade de ajuste foram considerados adequados.

Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)

A Escala de Afetos positivos e Negativos, originalmente composta por Watson, Clark & Tellegen (1988) e traduzida para o português por Simões (1993), com o objetivo de avaliar o bem-estar subjetivo e a afetividade, é composta por vinte itens, como forma de avaliar os afetos positivos, através de dez adjetivos, e também os afetos negativos, a que correspondem os restantes adjetivos. A cada item desta escala é atribuído um valor correspondente a uma escala de Likert que varia entre 1 e 5. Esta escala foi validada para a língua portuguesa por Galinha e Pais-Ribeiro (2005).

Procedimentos

Relativamente aos procedimentos deste estudo tivemos em consideração diferentes fases.

Numa primeira fase e após aprovação do estudo pelo Conselho Técnico Científico e Comissão Científica do Mestrado em Atividade Física da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, levou-se a cabo uma seleção de instituições integrantes no SOP. Após o qual contactámos as instituições e atletas de desporto adaptado e os seus treinadores de forma a identificar os atletas com DID e participantes no SOP.

Imediatamente foi realizado desde logo, através de ofício formal, autorização institucional para a recolha dos dados e assinatura do termo de consentimento informado por parte de todos os participantes no estudo (**anexo B**). Quer as associações, clubes e instituições, quer os atletas e os treinadores foram devidamente informados acerca dos objetivos e pertinência do estudo, garantindo-lhes desde logo o anonimato e confidencialidade das respostas.

Posteriormente, e selecionados os questionários adequados para serem aplicados e, definidas as adaptações, simulámos uma aplicação do questionário, com o objetivo de perceberem os conteúdos e as formas de adaptação para sua aplicação, tendo em consideração o público alvo.

De seguida, os questionários foram aplicados no decorrer de uma prova do SOP, nos 6^{os} Jogos Adaptados da Cova da Beira – 6^{os} Jogos de Inverno do SOP. Durante a aplicação do questionário aos atletas com DID - além do investigador esteve presente uma outra pessoa, aquando houvesse a necessidade de auxiliar o atleta, dada a sua condição, realizámos a leitura das afirmações do mesmo e os atletas responderam através de uma escala pictográfica que foi elaborada de acordo com a pontuação dos respetivos instrumentos. De forma a assegurar a compreensão das afirmações por parte dos atletas com DID optou-se por esta adaptação da metodologia de aplicação. O tempo aproximado de preenchimento foi, sensivelmente de 45 minutos.

Análise estatística

O tratamento estatístico dos dados foi realizado com recurso ao programa informático *Statistical Package for a Social Sciences* (SPSS) versão 21.0 (IBM, Chicago, Illinois, U.S.A.).

Após a seriação dos dados recorreremos aos valores dos Alfas de Cronbach de cada dimensão do questionário de forma a determinarmos a consistência interna de cada dimensão em análise. Um instrumento de investigação é apropriado ou fiável quando o seu alfa é 0.7 ou mais elevado, aproximando-se de 1, existindo maior a homogeneidade das variáveis e a consistência do instrumento, porque quanto menor for a variância de um item menor é o erro de medida (Marroco & Garcia-Marques, 2006). Concomitantemente, analisámos as variáveis categóricas através da estatística descritiva que nos permitiu chegar a valores percentuais relativos e absolutos, mínimos e máximos, média e desvio-padrão. Após avaliada a consistência interna dos questionários, procedeu-se à verificação da normalidade da amostra através do Kolmogorov-Smirnov Test, sendo utilizada a prova não paramétrica U de Mann-Whitney para a comparação entre géneros.

Posteriormente, aplicámos o teste de regressão linear com as variáveis da autodeterminação (variável independente), o que nos permitiu saber se estas são preditoras de melhores índices de satisfação com a vida e afetos positivos (variáveis dependentes).

Na análise estatística considerou-se os seguintes níveis de significância estatística $\alpha \leq 0.01^{**}$ e $\alpha \leq 0.05^*$, para um intervalo de confiança de pelo menos 95%.

Resultados

Na **tabela 1** podemos verificar uma caracterização geral dos resultados, relativamente às variáveis avaliadas, onde são apresentados os valores mínimos, máximos, médios, desvio padrão, valores de alfa de cronbach de cada categoria e ainda os respetivos valores do teste de normalidade Kolmogorov Smirnov.

Ao analisarmos os resultados do teste Kolmogorov Smirnov podemos constatar que apenas a variável dos afetos positivos (0.070) assume uma distribuição normal dos dados (Sig.>0.05). Por outro lado, as restantes variáveis assumiram distribuição não normal.

Segundo Murphy e Davidshofer (1988), podemos constatar que os Alfas de Cronbach das variáveis com valor superior e igual a 0.80 consideram-se “moderado a alto”, enquanto as variáveis com valores entre 0.70 a 0.60 reputam-se por “nível baixo”, deste modo os valores permitem-nos garantir que o questionário obteve uma fiabilidade apropriada.

A satisfação com a vida e a dimensão dos afetos negativos, foram as variáveis que alcançaram o maior índice de fiabilidade, apresentando um valor de alfa de 0.84, seguindo-se a motivação autónoma com 0.81, a motivação controlada e a dimensão da relação (Necessidades Psicológicas Básicas) com 0.80, a dimensão da competência (Necessidades Psicológicas Básicas) e os afetos positivos com 0.70 e por fim a amotivação e a dimensão autonomia (Necessidades Psicológicas Básicas) com 0.62 e 0.60, respetivamente. Segundo Murphy e Davidshofer (1988), as variáveis com valor superior e igual a 0.80 consideram-se “moderado a alto”, enquanto as variáveis com valores entre 0.70 a 0.60 reputam-se por “nível baixo”.

Tabela 1 - Estatística descritiva e normalidade das variáveis da Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida, Afetos positivos e Negativos de atletas com DID participantes no SOP

Variáveis	α de Cronbach	KS	Média	Mínimo	Máximo	DP
Autonomia	0.581	0.000*	4.43	2.00	5.00	0.73
Competência	0.689	0.000*	4.77	3.67	5.00	0.36
Relação	0.774	0.000*	4.84	3.67	5.00	0.35
M. Autónoma	0.811	0.000*	6.70	4.36	7.00	0.51
M. Controlada	0.780	0.001*	2.04	1.00	6.00	1.23
Amotivação	0.616	0.000*	1.90	1.00	6.00	1.20
Satisfação com a vida	0.842	0.000*	6.34	1.75	7.00	1.06
Af. Positivos	0.688	0.070	4.30	2.67	5.00	0.60
Af. Negativos	0.838	0.027*	1.90	1.00	4.00	0.80

* $p \leq 0.05$ não respeita o suposto de normalidade

Com o intuito de percebermos as principais diferenças nos resultados em função do género, apresentamos a **tabela 2**. Num primeiro momento efetuamos um teste de

normalidade, no qual conseguimos aferir que os nossos dados não apresentam uma distribuição normal, assim sendo aplicámos o teste não paramétrico U de Mann-Whitney.

Ao analisar a tabela podemos verificar os valores médios e os desvios padrões obtidos nas diferentes variáveis da nossa investigação, onde podemos assumir que, no geral, o género feminino apresenta valores mais elevados.

Acresce que em relação aos valores dos níveis de significância todas as variáveis, à exceção da satisfação com a vida e dos afetos negativos, registam valores de significância superiores a 0.05. Assim, a satisfação com a vida e os afetos negativos evidenciam diferenças estatisticamente significativas entre os géneros.

Tabela 2 - Nível de significância das comparações para as variáveis da Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida, Afetos positivos e Negativos de atletas com DID participantes no SOP em função do género

Variáveis	Género Feminino		Género Masculino		Sig.
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	
Autonomia	4.44	0.73	4.43	0.73	0.93
Competência	4.74	0.34	4.80	0.40	0.40
Relação	4.74	0.44	4.90	0.30	0.12
M. Autónoma	6.70	0.60	6.70	0.50	0.43
M. Controlada	2.25	1.30	2.00	1.21	0.40
Amotivação	2.04	1.40	1.84	1.11	0.80
Satisfação com a vida	6.00	1.34	6.50	0.90	0.03*
Af. Positivos	4.30	0.70	4.30	0.60	0.97
Af. Negativos	2.40	0.81	1.70	0.70	0.00*

* Sig $\alpha \leq 0.05$

Similarmente, realizámos um teste de regressão linear, no primeiro bloco pretendemos saber se a satisfação das dimensões das Necessidades Psicológicas Básicas e a Motivação (variáveis independentes ou preditoras) predizem bons níveis de Satisfação com a vida (variável dependente), como se pode observar através da **tabela 3**.

Os resultados apontam que o primeiro bloco explica 16% ($R^2=0.16$), sendo que a autonomia tem um valor de Beta=-0.07, apresentando um valor negativo, sendo este resultado expectável pois o Beta quando negativo refere-se a uma relação inversa. No entanto, as dimensões da competência e da relação apresentam valores positivos (0.30

e 0.22, respetivamente), o que nos permite inferir que o valor de Beta é tanto melhor quanto mais aproximado do zero, pois isso significa que existem menos riscos teóricos.

Ainda na **tabela 3** observamos um segundo bloco – da motivação, que explica 13% da satisfação com a vida, sendo $R^2=0.13$. A variável da motivação autónoma mostra um valor Beta de 0.30, ao passo que a variável da motivação controlada apresenta um valor de 0.09, e por último, voltamos a assistir a uma relação inversa na variável da amotivação com valor Beta de -0.20.

Logo, os resultados são abonatórios que a satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas é uma preditora para a satisfação com a vida em atletas de desporto adaptado com DID.

Tabela 3 - Regressão linear para as variáveis da Motivação e Necessidades Psicológicas Básicas com a Satisfação com a vida de atletas com DID participantes no SOP

Satisfação com a vida					
Variáveis		Beta	t	p	R ²
Bloco 1 - Necessidades Psicológicas Básicas	Autonomia	-0.07	-0.60	0.55	0.16
	Competência	0.30	2.14	0.04*	
	Relação	0.22	1.93	0.06*	
Bloco 2 - Motivação	M. Autónoma	0.30	2.71	0.01*	0.13
	M. Controlada	0.09	0.63	0.53	
	Amotivação	-0.20	-1.42	0.20*	

* Sig $\alpha \leq 0.05$

De conformidade com os resultados anteriores, observamos na **tabela 4** um novo teste de regressão linear para entendermos, no primeiro bloco, se a satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas prediz bons níveis de afetos positivos. Dessa maneira os resultados revelam que este primeiro bloco esclarece 23% ($R^2=0.23$), onde os valores Beta na relação é 0.30, na autonomia 0.22 e na competência 0.08.

Por outro lado, temos ainda na **tabela 4** o segundo bloco da motivação, que elucida 21% da dos afetos positivos, sendo $R^2=0.21$. A variável da motivação autónoma apresenta um valor de 0.50, enquanto as variáveis da motivação controlada e da amotivação apresentam ambas um valor Beta de 0.02.

Mediante o exposto, voltamos a constatar que a satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas é uma preditora para os afetos positivos em atletas de desporto adaptado com DID.

Tabela 4 - Regressão Linear para as variáveis da Motivação e Necessidades Psicológicas Básicas com os Afetos positivos de atletas com DID participantes no SOP

		Afetos positivos				
Variáveis		Beta	t	p	R ²	
Bloco 1 - Necessidades Psicológicas Básicas	Autonomia	0.22	2.09	0.04*	0.23	
	Competência	0.08	0.67	0.50		
	Relação	0.30	2.79	0.01*		
Bloco 2 - Motivação	M. Autônoma	0.50	4.80	0.00*	0.21	
	M. Controlada	0.02	0.11	0.91		
	Amotivação	0.02	0.20	0.90		

* Sig $\alpha \leq 0.05$

Discussão

Este estudo teve como objetivos, i) verificar os níveis de autodeterminação e Bem-estar subjetivo de atletas integrantes do SOP e, ii) comparar as variáveis em análise em função do género. Relativamente à análise das necessidades psicológicas básicas apuramos que os valores médios são mais positivos na relação, seguido da competência, sendo a autonomia a ocupar o último posto. Resultados semelhantes foram encontrados no estudo de Fernandes (2017) ao estudar a motivação autodeterminada e Satisfação com a vida de atletas de Desporto Adaptado na modalidade de Andebol. Também no estudo de Ferreira, Petrica e Batista (2018) podemos encontrar parecenças nos resultados ao apresentar valores moderados e elevados nas mesmas dimensões à exceção da autonomia, afetos positivos e Satisfação com a vida. Atendendo aos resultados observamos que as Necessidades Psicológicas Básicas explicam 16% da Satisfação com a vida, uma vez que a competência e a relação apresentam valores positivos. Assim, tendemos a concordar que, quanto mais competentes os atletas se sentirem na modalidade que praticam, e quanto mais integrados socialmente estiverem, maior influência positiva terá estas dimensões para que o atleta possa sentir uma melhor Satisfação com a vida. Pelo contrário a autonomia apresenta um valor negativo, o que não é um valor normal, porém a população com DID pode apresentar alguma dependência relativamente a cuidadores externos, explicando a menor Satisfação com a vida, provavelmente percebem a necessidade de auxílio para uma melhor integração. Os nossos resultados vão ainda ao encontro do estudo de Batista, Lercas, Santos, Honório, Serrano e Petrica (2019), ao analisarem a satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas predizendo bons níveis de satisfação com a vida como o presente estudo também indica. Ainda, pretendemos entender se a satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas prediz bons níveis de afetos positivos, o que nos apresentou resultados favoráveis. Também no estudo de Batista, Jiménez, Lobato, Leyton e Aspano (217), conclui-se que os atletas evidenciam bons níveis de motivação autodeterminada ao praticarem desporto.

Quanto à motivação os valores médios apresentam melhores resultados na motivação autónoma, seguida da motivação controlada e amotivação. Deci e Ryan

(2002), dizem-nos que a motivação controlada é quando o sujeito é movido por fatores essencialmente externos, ou seja, a regulação externa e introjetada; enquanto na motivação autónoma, os fatores internos ao indivíduo são os predominantes na sua motivação, que são a regulação identificada, intrínseca e integrada, por sua vez, a ausência de motivação é denominada de amotivação. Ao observarmos a motivação enquanto preditor da satisfação com a vida, esta explica 13%, com uma relação inversa na variável da amotivação em atletas com DID, o que nos leva a constatar que nenhuma variável é significativa à exceção da motivação controlada. Similarmente o segundo bloco da motivação, elucida que a motivação esclarece 21% dos afetos positivos, estas variáveis da motivação controlada e da amotivação apresentam ambas valores aproximados de zero. Mediante o exposto, voltamos a assistir a uma boa satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas como preditora para os afetos positivos em atletas de Desporto Adaptado com DID. É importante salientar a importância dos nossos resultados, pois de acordo com Cid, Teixeira, Bento, Vitorino, Rodrigues e Monteiro (2020) o facto dos atletas sentirem prazer pela prática da sua modalidade pode constituir-se como um preditor positivo na motivação autodeterminada, o que por conseguinte pode influenciar os níveis de Bem-estar subjetivo. No mesmo contexto, Menêzes (2019) apresentam valores idênticos, ainda que mais elevados, o que poderá ter uma explicação já que o estudo incide na motivação, Necessidades Psicológicas Básicas e Bem-estar subjetivo em atletas de Andebol em cadeira de rodas, ou seja, atletas com deficiência motora e não intelectual como o nosso estudo. Os nossos resultados vão ao encontro de estudos como o de Carrón, Muñoz, Batista, Román e Castuera (2017), ao estudarem as variáveis motivacionais e estilos de vida saudáveis que predizem a intenção de ser fisicamente ativo, utilizando a TAD. No geral, o Bem-estar subjetivo, isto é, a Satisfação com a vida e os afetos positivos e negativos mostram-nos resultados elevados nos seus valores. Os atletas de Desporto Adaptado participantes no SOP evidenciaram uma elevada satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas, assim como uma elevada motivação autónoma para a prática competitiva, apresentando valores mais baixos de motivação controlada e amotivação. Este coletivo de atletas evidenciou um elevado Bem-estar subjetivo, expresso pela Satisfação com a vida e produção de afetos positivos.

No que concerne à comparação das variáveis em função do género, os principais resultados do nosso estudo mostram que são verificadas diferenças estatisticamente significativas na satisfação com a vida e nos afetos negativos, pois o valor de significância é inferior a 0.05, o que nos leva a verificar que esta probabilidade é muito pequena. Na globalidade, ainda que descritivamente, as atletas femininas apresentaram valores mais elevados. Deste modo, podemos aferir que não existem diferenças na motivação dos atletas com DID em função do género, observando-se apenas diferenças no Bem-estar subjetivo (Satisfação com a vida e afetos negativos) com valores mais distantes entre si. Também nos estudos de Ferreira, Petrica e Batista (2018) e Batista, Lercas, Santos, Honório, Serrano e Petrica (2019), percebemos estas diferenças em função do género, ainda que ambos os estudos relatem também resultados de desporto regular. Assim, tendemos a concordar que a motivação em

atletas com DID não depende do género masculino ou feminino, isto porque a variável género não demonstrou poder explicativo da variação da motivação, sendo quase igualitária, ao passo que os afetos negativos e a satisfação que o atleta tem da sua vida é diferente quando diferenciamos o género.

Esta investigação pode ser útil para investigadores e profissionais das áreas de Ciências do Desporto, de Psicologia e de Saúde, os quais devem reforçar a importância de preservar ou melhorar a motivação dos seus atletas na prática das suas modalidades, podendo ser uma boa ferramenta para os treinadores e para a potencialização dos atletas com DID, não só na sua prática como também no seu dia-a-dia. Com este estudo, podemos referir algumas estratégias que poderão ser boas ferramentas de auxílio aos treinadores, começando por referir que o treinador deve apostar na promoção i) da autonomia do seu atleta no momento antes, durante e após o treino, implementando situações e tarefas necessárias ao treino; ii) da competência do atleta, mostrando-lhe a importância que tem no treino e, iii) relação, promovendo interações sociais entre todos os atletas e também com o próprio treinador e/ou equipa multidisciplinar, o que se irá traduzir num impacto direto na Satisfação com a vida e os afetos positivos do próprio atleta, que em suma, são os resultados concluídos neste estudo, quando aferimos que as Necessidades Psicológicas Básicas de autonomia, competência e relação social predizem a satisfação com a vida e afetos.

Limitações e Recomendações

Este estudo apresenta algumas limitações. Primeiro, o estudo transversal não nos permite tirar conclusões de causalidade. Também o uso de questionários é limitado, sendo que estamos a estudar atletas com DID, ou seja, demonstram alguma dependência relativamente a cuidadores externos, embora tenha existido, em caso de necessidade, um auxiliar durante o preenchimento dos questionários. E por último, a escassez de informação acerca do tema Desporto Adaptado assim como a falta de estudos aplicados à população com DID.

Em investigações futuras seria interessante estudar, para além do atleta, o tipo de treinador, considerar amostras representativas, assim como seria pertinente realizar investigação longitudinal ou experimental para uma compreensão mais aprofundada da temática.

Conclusões

O género não mostrou estar associado a diferenças na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo, evidenciando apenas diferenças na Satisfação com a vida e nos afetos negativos. Contudo, torna-se importante referir que o número de participantes para o género feminino é muito baixo, comparativamente ao género masculino, o que não nos permitiu obter valores fiáveis e concretos.

Em conclusão, os nossos resultados reforçam a importância dos atletas com DID apresentarem uma motivação autodeterminada, a qual se baseia em três Necessidades Psicológicas Básicas que auxiliam os atletas na tomada de decisão, sendo estas a competência, a autonomia e a relação. Mediante o exposto, tendo o atleta com DID valores consideráveis na motivação e nas Necessidades Psicológicas Básicas o seu Bem-estar subjetivo obterá tendencialmente resultados análogos.

4.2. Estudo 2

Estudo Preditivo do Estilo de Liderança do Treinador na Motivação Autodeterminada e Bem-estar subjetivo de Atletas de Desporto Adaptado Integrantes do Special Olympics

Resumo

As relações estabelecidas entre o treinador e o atleta são importantes para a obtenção de resultados desportivos positivos, sendo a liderança um dos aspetos mais estudados no âmbito da Psicologia do Desporto. Neste sentido, o presente estudo pretende focar-se nos efeitos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo do atleta com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental.

Neste estudo transversal participaram 94 atletas com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental, com idades compreendidas entre os 11 e 63 anos ($\bar{x}=32.6 \pm SD=13.8$ anos), sendo 27 do género feminino e 67 do género masculino.

Os instrumentos de recolha utilizados foram Behavioral Regulation in Sport Questionnaire, Basic Psychological Needs Exercise Scale, Escala de Satisfação com a vida, a Escala de Afetos positivos e Negativos e, a Leadership Scale for Sport. A análise dos dados foi baseada na estatística descritiva e inferencial. Após avaliada a consistência interna dos questionários e verificada a normalidade dos dados, recorreremos ao teste não paramétrico de Spearman para a análise da correlação linear. Posteriormente, elaborámos uma regressão linear.

Tendencialmente, verificaram-se correlações leves e moderadas significativas entre o estilo de liderança autocrático do treinador e a motivação autodeterminada e o bem-estar subjetivo dos atletas. Por outro lado, o estilo de liderança democrático não se apresenta como preditor significativo no bem-estar subjetivo dos atletas, evidenciando apenas valores significativos na satisfação com a vida dos atletas com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental.

Palavras-chave: Desporto Adaptado; Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental; Liderança; Motivação Autodeterminada; Bem-estar subjetivo; Special Olympics de Portugal

Predictive Study of Coach Leadership Style in Self-Determination Motivation and Subjective Well-Being of Adapted Sport Athletes Members of Special the Olympics

Abstract

The relationships established between the coach and the athlete are important for obtaining positive sports results, and leadership is one of the most studied aspects in the field of Sports Psychology. In this sense, the present study aims to focus on the effects of the coach's leadership style on self-determined motivation and subjective well-being of athletes with Intellectual and Developmental Difficulty.

In this cross-sectional study, 94 athletes with Intellectual and Developmental Difficulty participated, aged between 11 and 63 years ($\bar{x}=32.6 \pm SD=13.8$ years), 27 female and 67 male.

The monitoring instruments used were Behavioral Regulation in Sport Questionnaire, Basic Psychological Needs Exercise Scale, Life Satisfaction Scale Positive and Negative Attachment Scale and, Leadership Scale for Sport. Data analysis was based on descriptive and inferential statistics. After analyzing the internal consistency of the questionnaires and verifying the normality of the data, we used Spearman's nonparametric test for linear correlation analysis. After, we have prepare a linear regression.

Biasedly, there were significant mild and moderate correlations between the coach's autocratic leadership style and the self-determined motivation and subjective well-being of the athletes. On the other hand, the style of democratic leadership does not present itself as a predictor of the subjective well-being of athletes, evidenced only by significant ratings in the satisfaction with the lives of athletes with Intellectual and Developmental Difficulties.

Keywords: Adapted Sport; Intellectual and Developmental Difficulty; Leadership; Self-determined motivation; Subjective Welfare; Special Olympics of Portugal

Introdução

Ao longo dos últimos anos, a motivação tem sido estudada com recurso a diferentes abordagens teóricas. No entanto, as teorias que mais refletem os padrões cognitivos, comportamentais e emocionais relacionados com os objetivos dos praticantes no contexto desportivo são a TAD (Deci & Ryan, 1985, 2000). De uma forma geral, a TAD é uma abordagem à motivação humana que tem em consideração os fatores da personalidade, bem como as causas e consequências dos comportamentos autodeterminados (Vitorino, 2018). A motivação está intimamente ligada ao comportamento intencional e é uma construção chave para analisar o contexto de promoção na prática da AF (Hagger, Anderson, Kyriakaki & Darkings, 2007), isto porque a AF é considerada uma ação de comportamento intencional que está diretamente afetada por antecedentes motivacionais (Hagger & Chatzisarantis, 2009).

Não obstante que a TAD tem sido estudada como preditor do bem-estar dos atletas (e.g., Carpentier & Mageau, 2013; Felton & Jowett, 2013). De acordo com Diener (1984), o bem-estar caracteriza-se pela presença de aspetos positivos, ausência de aspetos negativos, bem como por uma perceção positiva da satisfação com a vida, funcionando como um fator positivo tanto para a saúde como para a longevidade das pessoas (Diener & Chan, 2011). Vários estudos têm demonstrado a importância das variáveis motivacionais no contexto do desporto (Pelletier, Fortier, Vallerand & Brière 2001; Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier & Cury 2002; Smith, Tessier, Tzioumakis, Fabra, Quested, Appleton & Duda, 2016), evidenciando que o clima motivacional induzido pelo treinador parece ser a determinante-chave para uma variedade de fatores cognitivos, afetivos e diferentes consequências/resultados comportamentais (Duda, & Balguer, 2007), influenciando a forma como os atletas satisfazem as suas necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relação (Reinboth & Duda, 2006; Sarrazin et al., 2002) e regulam o seu comportamento (motivação autónoma vs motivação controlada) (Amorose & Anderson Butcher, 2007).

A noção de bem-estar depende de muitos aspetos da saúde, mas também, de igual forma, depende de aspetos psicológicos, sendo a satisfação com a vida um dos principais indicadores de bem-estar subjetivo (Diener, 2013), contribuindo para um estilo de vida saudável (Batista, Jiménez, Lobato, Leyton & Aspano, 2017). A componente afetiva remete às suas reações emocionais que podem descrever-se em positivas ou negativas; e o cognitivo diz respeito à satisfação com a vida ou avaliação cognitiva das circunstâncias da vida (Santos, 2012; Diener, Lucas & Oishi, 2018).

De acordo com Petrica (1996), as ligações que pensamos existirem entre o estudo da relação de ensino e a formação profissional dos docentes e treinadores, tornam indispensáveis não só a identificação e a análise das habilidades e estratégias de ensino, como também o estado das suas modalidades de aquisição. A aprendizagem de qualquer habilidade motora requer a seleção de informações que podem estar contidas no meio ambiente e/ou fornecidas pelo professor ou técnico (Santos, Maia, Petrica,

Serrano, Batista & Honório, 2020). A liderança é definida por Barrow (1977) como um processo comportamental tendo em vista influenciar indivíduos ou grupos no sentido de alcançarem os objetivos definidos. O carácter geral da afirmação torna-se útil, pois desta forma, é possível incluir um conjunto de dimensões que caracterizam o tema, como sejam, os processos de tomada de decisão, as técnicas e estratégias motivacionais, o tipo e a frequência de comportamentos de “feedback”, o relacionamento interpessoal, as políticas e estratégias de planeamento e orientação do grupo para atingir o rendimento desejado e, por fim, as regras e as normas que estabelecem o funcionamento e o relacionamento dentro da equipa (Horn, 1992).

Segundo Bass (2008), os líderes são agentes de mudança, cujos atos um membro do grupo modifica as motivações ou competências de outro membro do grupo. A liderança pode ser concebida como direcionar a atenção dos outros membros para os objetivos e as vias para os atingir. As perceções do questionário da ELD são idênticas em termos de estrutura e redação de itens. Contudo, o cenário da resposta do participante é aferido a partir de um contexto diferente. A versão utilizada no estudo - "perceção dos atletas", é aquela em que o atleta avalia a forma como o seu treinador se comporta efetivamente.

Através de conclusões de dados experimentais, percebeu-se que o desempenho de um grupo estaria mais relacionado com o estilo do líder do que das personalidades dos indivíduos envolvidos nos grupos. A definição utilizada por Weinberg e Gould (1995) diz-nos que: um treinador autocrático – tem um estilo de comando, centrado na vitória e orientado para a tarefa e; um treinador democrático – tem um estilo cooperativo, centrado no atleta e orientado para o sujeito. Em relação ao estilo mais adequado para o alcance do sucesso, os autores sugerem que as duas dimensões deveriam ser adotadas em simultâneo, uma vez que não encontraram provas substanciais sobre qual dos tipos de liderança leva a um maior sucesso (Jesuíno, 1996). Em função das características da situação e dos liderados, o mesmo sujeito pode utilizar distintos estilos de liderança (Mendo & Ortiz, 2003). Neste sentido, pretendemos aferir qual o estilo de liderança mais eficaz na motivação autodeterminada e no bem-estar subjetivo dos atletas com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental.

Apesar de existirem poucos estudos empíricos que abordam especificamente a liderança no desporto adaptado, os existentes partem do pressuposto que o tipo de liderança e de comportamentos do treinador, poderá ter impacto na motivação, no rendimento, na satisfação e no Bem-estar subjetivo dos atletas.

Considerando as evidências limitadas sobre a temática, em pessoas com DID, os nossos objetivos foram: i) verificar os níveis de autodeterminação, bem-estar subjetivo dos atletas e, influência do estilo democrático e autocrático dos seus treinadores, ii) identificar relações nas variáveis, verificando o grau de associação das mesmas e, iii) procurar indicadores preditivos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo em atletas com DID de Desporto Adaptado integrantes do SOP.

Método

Participantes

Este estudo é de natureza quantitativa de corte transversal. De acordo com Fortin (2009), o estudo transversal baseia-se em examinar um ou vários grupos de indivíduos, num determinado tempo, em relação com um determinado fenómeno presente no momento de investigação.

Os participantes foram selecionados por conveniência. Um total de 94 participantes com idades compreendidas entre os 11 e 63 anos ($\bar{x}=32.6 \pm SD=13.8$), dos quais 71.3% (N=67) do género masculino e 28.7% (N=27) do género feminino, com um número de horas de prática semanal, até duas horas de treino (36.2%), de 3 a 5 horas de treino (39.4%), de 6 a 8 horas de treino (19.1%) e de 9 horas ou mais de treino (5.3%), com $\bar{x}=5.23 \pm SD=4.60$ anos de prática, competidores de várias modalidades desportivas individuais (42.6%), modalidades coletivas (16%), e modalidades individuais e coletivas (41.5%). Foram considerados para a análise dos dados apenas atletas com DID. Os participantes foram recrutados de instituições/escolas com agregação ao SOP. Apenas foram incluídos os participantes capazes de responder aos questionários, ainda que, com o apoio de outro significativo.

Todos os participantes foram informados quanto aos objetivos do estudo e deram o seu consentimento informado para participar no estudo.

Instrumentos

Para a realização deste estudo, foram utilizados cinco questionários (**anexo A**), sendo:

Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNES)

A versão portuguesa do questionário BPNES, validado para o contexto desportivo na língua portuguesa por Monteiro, Marinho, Moutão, Couto, Antunes & Cid (2016) e desenvolvido por Vlachopoulos & Michailidou (2006) especificamente para o contexto de exercício, foi utilizado para recolhermos dados relativos às Necessidades Psicológicas Básicas. O questionário tem uma escala que é constituída por 12 itens distribuídos por 3 dimensões que refletem as necessidades psicológicas básicas da teoria da autodeterminação: perceção de autonomia, perceção de competência e perceção de relações sociais, sendo cada dimensão composta por 4 itens que podem ser classificados tendo em conta uma escala do tipo Likert com 5 níveis de resposta.

Behavioral Regulation in Sport (BRSQ)

O BRSQ (Lonsdale, Hodge & Rose, 2008) é composto por 24 itens, divididos em 6 subescalas avaliadas de acordo com uma escala de tipo Likert de 7 alternativas de resposta. Estes itens refletem os tipos de motivação subjacentes ao continuum motivacional da TAD (Monteiro, Moutão, Baptista & Cid, 2018), nomeadamente a amotivação, a motivação controlada (motivação externa, motivação introjetada) e a motivação autónoma (motivação identificada, motivação integrada e motivação intrínseca).

Satisfaction with Life Scale (SWLS)

A Escala da Satisfação com a vida, tal como o nome indica, foi utilizada para avaliar a Satisfação com a vida enquanto um constructo cognitivo (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Esta escala é formada por 5 itens e consiste em indicar, através de uma escala de tipo Likert de 7 pontos, o grau de satisfação de acordo com cada item. Segundo Albuquerque, Sousa e Martins (2010), em relação ao processo de validação da versão portuguesa da Satisfação com a vidaS por Neto (1993), através da análise fatorial confirmatória, os índices de qualidade de ajuste foram considerados adequados.

Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)

A Escala de Afetos positivos e Negativos, originalmente composta por Watson, Clark & Tellegen (1988) e traduzida para o português por Simões (1993), com o objetivo de avaliar o Bem-estar subjetivo e a afetividade, é composta por vinte itens, como forma de avaliar os afetos positivos, através de dez adjetivos, e também os afetos negativos, a que correspondem os restantes adjetivos. A cada item desta escala é atribuído um valor correspondente a uma escala de Likert que varia entre 1 e 5. Esta escala foi validada para a língua portuguesa por Galinha e Pais-Ribeiro (2005).

Leadership Scale for Sport (LSS)

O LSS, desenvolvida por Chelladurai e Saleh (1978) e validada em português por Serpa, Lacoste, Antunes, Pataco e Santos (1988) sob o nome de ELD. Sendo uma escala que avalia a perceção do treinador sobre o seu próprio comportamento (versão autoperceção), perceção que os atletas têm acerca dos comportamentos de liderança dos respetivos treinadores (versão perceção), bem como a preferência dos atletas pelo comportamento do treinador (versão preferências). Este estudo utilizou apenas a versão perceção. Analisa ainda os comportamentos em cinco dimensões diferentes: comportamento treino instrução, comportamento de suporte social, comportamento de reforço, comportamento democrático e comportamento autocrático. A ELD é

apresentada na forma de 40 questões, e em cada uma das questões, o atleta poderia escolher uma entre as cinco respostas possíveis, dadas em uma escala de Likert, que varia entre 1 e 5. No entanto, tendo em conta a população em que este instrumento será aplicado optamos por utilizar uma escala pictográfica, de forma que a resposta por parte do inquirido seja mais clara e perceptível.

Procedimentos

Relativamente aos procedimentos deste estudo tivemos em consideração diferentes fases.

Numa primeira fase e após aprovação do estudo pelo Conselho Técnico Científico e Comissão Científica do Mestrado em Atividade Física da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, levou-se a cabo uma seleção de instituições integrantes no SOP. Após o qual contactámos as instituições e atletas de desporto adaptado e os seus treinadores de forma a identificar os atletas com DID e participantes no SOP.

Imediatamente foi realizado desde logo, através de ofício formal, autorização institucional para a recolha dos dados e assinatura do termo de consentimento informado por parte de todos os participantes no estudo (**anexo B**). Quer as associações, clubes e instituições, quer os atletas e os treinadores foram devidamente informados acerca dos objetivos e pertinência do estudo, garantindo-lhes desde logo o anonimato e confidencialidade das respostas.

Posteriormente, e selecionados os questionários adequados para serem aplicados e, definidas as adaptações, simulámos uma aplicação do questionário, com o objetivo de perceberem os conteúdos e as formas de adaptação para sua aplicação, tendo em consideração o público-alvo.

De seguida, os questionários foram aplicados no decorrer de uma prova do SOP, nos 6^{os} Jogos Adaptados da Cova da Beira – 6^{os} Jogos de Inverno do SOP. Durante a aplicação do questionário aos atletas com DID - além do investigador esteve presente uma outra pessoa, aquando houvesse a necessidade de auxiliar o atleta, dada a sua condição, realizámos a leitura das afirmações do mesmo e os atletas responderam ao pretendido através de uma escala pictográfica que foi elaborada de acordo com a pontuação dos respetivos instrumentos. De forma a assegurar a compreensão das afirmações por parte dos atletas com DID optou-se por esta adaptação da metodologia de aplicação. O tempo aproximado de preenchimento foi, sensivelmente de 45 minutos.

Análise estatística

O tratamento estatístico dos dados foi realizado com recurso ao programa informático *Statistical Package for a Social Sciences* (SPSS) versão 21.0 (IBM, Chicago, Illinois, U.S.A.).

Após a seriação dos dados recorreremos aos valores dos Alfas de Cronbach de cada dimensão do questionário de forma a determinarmos a consistência interna de cada dimensão em análise. Um instrumento de investigação é apropriado ou fiável quando o seu alfa é 0.7 ou mais elevado, aproximando-se de 1, existindo maior a homogeneidade das variáveis e a consistência do instrumento, porque quanto menor for a variância de um item menor é o erro de medida (Marroco & Garcia-Marques, 2006). Salientamos ainda que Hair, Anderson, Tatham, & Black (1998), consideram que valores acima de 0,60, não sendo ideais, são aceitáveis e válidos quanto à representatividade de fiabilidade do construto analisado. Concomitantemente, analisámos as variáveis categóricas através da estatística descritiva que nos permitiu chegar a valores percentuais relativos e absolutos, mínimos e máximos, média e desvio-padrão. Após avaliada a consistência interna dos questionários, procedeu-se à análise da correlação linear, a qual recorreremos ao teste não paramétrico de Spearman, tendo em conta que é uma medida de correlação não-paramétrica e não requer que a relação entre as variáveis seja linear nem quantitativas, de forma a aferir a relação entre as variáveis.

Posteriormente, aplicámos o teste de regressão linear com as variáveis da autodeterminação (motivação autónoma, controlada e amotivação), necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relação), satisfação com a vida e, afetos positivos e negativos (variáveis independentes), o que nos permitiu saber se estas são preditoras de melhores índices do estilo de liderança democrática e autocrático do treinador (variáveis dependentes).

Na análise estatística considerou-se os seguintes níveis de significância estatística $\alpha \leq 0.01^{**}$ e $\alpha \leq 0.05^*$, para um intervalo de confiança de pelo menos 95%.

Resultados

Na **tabela 5** podemos verificar uma caracterização geral dos resultados, relativamente às variáveis avaliadas, onde são apresentados os valores mínimos, máximos, médios, desvio padrão, valores de alfa de cronbach de cada categoria e ainda os respetivos valores do teste de normalidade Kolmogorov Smirnov.

O teste de Kolmogorov-Smirnov é um teste não paramétrico que permite averiguar se uma determinada amostra pode ser considerada como sendo proveniente de uma certa distribuição. Ao analisarmos os resultados do teste podemos constatar que apenas a variável dos afetos positivos (0.07) assume uma distribuição normal dos dados (Sig.>0.05). Por outro lado, as restantes variáveis assumiram distribuição não normal.

Segundo Hair et al. (1998), podemos constatar que os Alfas de Cronbach das variáveis com valor superior e igual a 0.80 consideram-se “moderado a alto”, enquanto as variáveis com valores entre 0.70 a 0.60 reputam-se por “aceitável”, deste modo os valores permitem-nos garantir que o questionário obteve uma fiabilidade apropriada. A fidelidade revela a precisão de um instrumento, ou seja, a consistência e estabilidade das medidas (Murphy e Davidshofer, 1988).

A satisfação com a vida e a dimensão dos afetos negativos, foram as variáveis que alcançaram o maior índice de fiabilidade, apresentando um valor de alfa de 0.84, seguindo-se a motivação autónoma com 0.81, a motivação controlada e a dimensão da relação com 0.80, a dimensão da competência (Necessidades Psicológicas Básicas) e os afetos positivos com 0.70, o estilo democrático com 0.63, a amotivação com 0.62, e por fim a dimensão autonomia e o estilo autocrático com 0.60 e 0.55, respetivamente. Segundo Hair et al. (1998), as variáveis com valor superior e igual a 0.80 consideram-se “moderado a alto”, enquanto as variáveis com valores acima de 0.60, não sendo ideais são aceitáveis.

Tabela 5 - Estatística descritiva e análise de fiabilidade das variáveis da Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida, Afetos positivos e Negativos e Estilo de Liderança Democrático ou Autocrático

Variáveis	α de Cronbach	KS	Média	Mínimo	Máximo	DP
Autonomia	0.581	0.000*	4.43	2.00	5.00	0.73
Competência	0.689	0.000*	4.77	3.67	5.00	0.36
Relação	0.774	0.000*	4.84	3.67	5.00	0.35
Motivação Autónoma	0.811	0.000*	6.70	4.36	7.00	0.51
Motivação Controlada	0.780	0.001*	2.04	1.00	6.00	1.23
Amotivação	0.616	0.000*	1.90	1.00	6.00	1.20
Satisfação com a vida	0.842	0.000*	6.34	1.75	7.00	1.06
Afetos Positivos	0.688	0.070	4.30	2.67	5.00	0.60
Afetos Negativos	0.838	0.027*	1.90	1.00	4.00	0.80
Estilo Democrático	0.636	0.001*	3.47	2.50	4.25	0.40
Estilo Autocrático	0.549	0.000*	1.78	1.00	3.00	0.84

* $p \leq 0,05$ não respeita o suposto de normalidade

O coeficiente de correlação ρ de Spearman foi calculado para estudar a relação entre todas as variáveis dos questionários. O coeficiente varia entre -1 e 1, quanto mais próximo estiver destes extremos, maior será a associação entre as variáveis, o sinal negativo da correlação significa que as variáveis variam em sentido contrário, isto é, as categorias mais elevadas de uma variável estão associadas a categorias mais baixas da outra variável.

Ao observar a **tabela 6**, aferimos que existem correlações leves, moderadas e substanciais positivas significativas (Landis & Koch, 1977) entre a grande maioria das variáveis, ainda que, uma minoria não seja significativa, ao nível de significância de $p \leq 0.05$.

Ainda assim, quanto ao sentido das correlações podemos verificar associações leves e moderadas negativas, entre a motivação controlada e a competência ($p = -0.27$), relação ($p = -0.14$) e a motivação autónoma ($p = -0.10$); entre a amotivação e a autonomia ($p = -0.19$), competência ($p = -0.40$), relação ($p = -0.25$) e a motivação controlada ($p = -0.29$); entre a Satisfação com a vida e a motivação controlada ($p = -0.08$) e a amotivação ($p = -0.23$); entre os afetos positivos e a motivação controlada ($p = -0.08$) e a amotivação ($p = -0.18$); entre os afetos negativos e a autonomia ($p = -0.06$), a competência ($p = -0.19$), e a Satisfação com a vida ($p = -0.28$); entre o estilo democrático e a amotivação ($p = -0.09$) e, por fim, entre o estilo autocrático e a motivação controlada ($p = -0.24$) e a amotivação ($p = -0.25$).

Tabela 6 - Coeficiente de Correlação de Spearman entre as variáveis dos questionários

Variáveis	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Autonomia											
2. Competência	0.56**										
3. Relação	0.34**	0.48**									
4. Motivação Autónoma	0.39**	0.46**	0.54**								
5. Motivação Controlada	-0.08**	-0.27**	-0.14**	-0.10**							
6. Amotivação	-0.19**	-0.40**	-0.25**	-0.29**	0.75**						
7. Satisfação com a vida	0.28**	0.43**	0.47**	0.45**	-0.08**	-0.23**					
8. Afetos positivos	0.36**	0.28**	0.40**	0.49**	-0.08**	-0.18**	0.37**				
9. Afetos negativos	-0.06**	-0.19**	-0.02*	-0.00*	0.31**	0.26**	-0.28**	0.09**			
10. Estilo Democrático	0.04*	-0.03*	0.09**	0.15**	-0.04*	-0.09**	0.40**	0.34**	-0.03*		
11. Estilo Autocrático	0.20**	0.22**	0.41**	0.47**	-0.24**	-0.25**	0.29**	0.34**	0.12**	0.32**	

*Sig<0.05 **Sig>0.05

De seguida, realizámos um teste de regressão linear, um método estatístico que permite prever o valor de uma variável dependente ou de resposta a partir de um conjunto de variáveis independentes ou preditoras. A regressão linear pode ser usada para modelar a relação funcional entre duas variáveis, independentemente de existir ou não uma relação óbvia de tipo causa-e-efeito.

Neste sentido, através da **tabela 7**, pretendemos aferir se a satisfação das: i) dimensões das Necessidades Psicológicas Básicas – autonomia, relação e competência, ii) motivação autodeterminada – motivação autónoma, controlada e amotivação, iii) satisfação com a vida e, iv) afetos positivos e negativos (variáveis dependentes) são preditos pelo estilo democrático (variável independente). Ao interpretar os resultados, podemos observar que as variáveis: autonomia, competência, relação, motivação controlada, motivação autónoma, amotivação e afetos negativos apresentam valores negativos no valor Beta, desta forma concluímos que apresentam uma relação inversa, sendo um resultado expectável ao estudar indivíduos com DID. No mesmo seguimento, o estilo de liderança democrático apenas prediz 12% da variabilidade total da satisfação com a vida, e 3% e 4%, respetivamente, dos afetos positivos e afetos negativos. Todas as restantes variáveis motivacionais são explicadas entre 0 a 2% da variabilidade pela ação do estilo de liderança democrático.

Tabela 7 - Regressão Linear para a variável do Estilo Democrático com a Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida e Afetos

	Variáveis									
	NPB			Motivação				SCV	Afetos	
	Aut.	Comp.	Rel.	Autó.	Cont.	Amot.	Pos.		Neg.	
Beta	-0.07	-0.01	-0.04	-0.02	-0.10	-0.13	0.34	0.20	-0.20	
Estilo Democrático	p	0.50	1.00	0.74	0.85	0.33	0.20	0.01*	0.09	0.05
	R²	0.01	0.00	0.01	0.00	0.01	0.02	0.12	0.03	0.04

* Sig $\alpha \leq 0.05$

Legenda: NPB- Necessidades Psicológicas Básicas; Aut.- Autonomia; Comp.- Competência, Rel.- Relação; Autó.- Autónoma; Cont.- Controlada; Amot.-Amotivação; SCV- Satisfação com a vida; Pos.- Positivos; e Neg.- Negativos

Seguidamente apresentamos na **tabela 8** um novo teste de regressão linear para que possamos compreender se a satisfação das: i) dimensões das Necessidades Psicológicas Básicas – autonomia, relação e competência, ii) motivação autodeterminada – motivação autónoma, controlada e amotivação, iii) Satisfação com a vida e, iv) afetos positivos e negativos (variáveis dependentes) são preditos pelo estilo autocrático (variável independente).

Em contradição com a **tabela 8**, podemos notar que através dos afetos positivos, a motivação autónoma e a relação social, as variâncias são explicadas 11%, 12% e 13%, respetivamente, pelo estilo autocrático da liderança do treinador em atletas com DID. Também em contraposição com o estilo democrático, ao interpretarmos os valores obtidos no estilo autocrático, percebemos que além da satisfação da vida, também as variáveis: competência, relação, motivação autónoma, motivação controlada e afetos positivos são predictoras significativas do estilo autocrático (Sig $\alpha \leq 0.05$).

Tabela 8 - Regressão Linear para a variável do Estilo Autocrático com a Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas, Satisfação com a vida e Afetos

	Variáveis									
	Beta	NPB			Motivação			SCV	Afetos	
		Aut.	Comp.	Rel.	Autó.	Cont.	Amot.		Pos.	Neg.
Estilo Autocrático		0.15	0.30	0.40	0.34	-0.30	-0.21	0.24	0.33	0.20
	<i>p</i>	0.14	0.01*	0.00*	0.01*	0.01*	0.05	0.02*	0.00*	0.13
	<i>R</i> ²	0.02	0.08	0.13	0.12	0.07	0.04	0.06	0.11	0.03

* Sig $\alpha \leq 0.05$

Legenda: NPB- Necessidades Psicológicas Básicas; Aut.- Autonomia; Comp.- Competência, Rel.- Relação; Autó.- Autónoma; Cont.- Controlada; Amot.-Amotivação; SCV- Satisfação com a vida; Pos.- Positivos; e Neg.- Negativos

Discussão

Os objetivos deste estudo foram: i) verificar os níveis de autodeterminação, bem-estar subjetivo dos atletas e, influência do estilo democrático e autocrático dos seus treinadores, ii) identificar relações entre as variáveis, verificando o grau de associação das mesmas e, iii) procurar indicadores preditivos do estilo de liderança (democrático e autocrático) do treinador na motivação autodeterminada e Bem-estar subjetivo em atletas com DID de Desporto Adaptado integrantes do SOP.

Relativamente à análise das Necessidades Psicológicas Básicas apuramos que os valores médios são mais positivos na relação, seguido da competência, sendo a autonomia a ocupar o último posto. Resultados semelhantes foram encontrados no estudo de Fernandes (2017) ao estudar a motivação autodeterminada e Satisfação com a vida de atletas de Desporto Adaptado na modalidade de Andebol. Também no estudo de Ferreira, Petrica e Batista (2018), com 127 participantes, dos quais 27 são de Desporto Adaptado, podemos encontrar parecenças nos resultados ao apresentar valores moderados e elevados nas mesmas dimensões à exceção da autonomia, afetos positivos e Satisfação com a vida.

Quanto à motivação os valores médios apresentam melhores resultados na motivação autónoma, seguida da motivação controlada e amotivação. Posto isto, podemos afirmar que a motivação autónoma é mais benéfica, o que de acordo com Deci e Ryan (2008), a diferenciação central da TAD está na motivação autónoma, que incorpora a motivação intrínseca, integrada e identificada, e na motivação controlada, que integra a motivação extrínseca de introyeção e externa, sendo que na motivação autónoma, quando as pessoas são autonomamente motivadas, elas vivenciam vontades, regem os seus comportamentos por decisão e vontade própria, ou sentimentos de auto aprovação das suas ações, o que por outro lado, a motivação controlada ocorre quando as pessoas são controladamente motivadas e acabam por vivenciar situações de pressão para pensarem, sentirem ou comportarem-se de uma forma particular, regendo os seus comportamentos por determinações externas. Os nossos resultados apontam na mesma direção dos resultados, quanto à motivação autónoma, encontrados em estudos de Batista, Lercas, Santos, Honório, Serrano e Petrica (2019), ao fazer um estudo comparativo entre o Desporto Adaptado e o

desporto regular. Ainda nos estudos de Fernandes (2017) e Ferreira (2017) voltamos a observar resultados idênticos. Também no estudo de Menêzes (2019) observamos resultados idênticos ao estudar os níveis de motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo em atletas de Andebol em cadeira de rodas, com idades compreendidas entre os 19 e 72 anos. Também no estudo de Batista, Santos, Honório, Rocha, Serrano e Petrica (2021) ao obterem comportamentos motivados de forma autónoma.

De igual forma, o estilo de liderança democrático apresenta-se com uma fiabilidade mais apropriada relativamente ao estilo autocrático, apresentando uma média superior também. Segundo Hersey e Blanchard (1986) o estilo de liderança autocrático é aquele estilo onde o líder possui poder absoluto e concentra na sua figura toda a iniciativa do grupo, tanto ao nível de decisão, planeamento ou controlo das ações dos membros da equipa, enquanto o estilo democrático, para Eberspächer (1982) é um líder que coloca em discussão os problemas em frente do grupo e estimula o grupo para escolher o conjunto os passos certos com quais podem alcançar as suas metas.

Relativamente às análises de correlação, encontrámos associações leves significativas entre a grande maioria das variáveis, com destaque entre o estilo autocrático e a motivação autónoma e entre o estilo democrático e a satisfação com a vida, o que nos indica que existe efeitos na motivação autónoma dos atletas com DID segundo um estilo de liderança autocrático, por outro lado, percebemos que um estilo de liderança mais democrático tem associações na satisfação com a vida nestes atletas. Similarmente, o estudo de Menêzes (2019) apresenta-nos resultados de correlações existentes positivas estatisticamente significativas. Por outro lado, quanto à direção das correlações, verificou-se ainda associações negativas. Embora existam falta de evidências científicas nos efeitos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo em atletas com DID, as discrepâncias encontradas entre os nossos resultados e a literatura, podem justificar-se pelo número e características dos participantes, visto serem atletas com DID,

Ao avaliarmos as relações entre as variáveis, aferindo se a satisfação das variáveis da motivação autodeterminada e do bem-estar subjetivo predizem bons níveis no estilo de liderança democrático, concluímos que todas as variáveis, à exceção da satisfação com a vida, não influenciam este estilo de liderança, apresentando valores mínimos da variabilidade total. Diante os resultados percebemos que a variável do estilo democrático é uma preditora significativa da variável da satisfação com a vida. Sob o mesmo ponto de vista, medimos também a relação com as variáveis ao nível do estilo de liderança autocrática, onde podemos reparar num contraste relativamente ao estilo democrático, pois percebemos que além da satisfação com a vida, também as variáveis: competência, relação, motivação autónoma, motivação controlada e afetos positivos são preditas significativamente pelo estilo democrático. Os nossos resultados vão ainda ao encontro do estudo de Lercas (2017) e também ao estudo de Batista, et. al (2017).

Este estudo é um contributo importante para a literatura, uma vez que, evidências sobre a associação entre os efeitos exercidos pelo treinador sobre a motivação autodeterminada e o bem-estar subjetivo do atleta de desporto adaptado são praticamente nulas. Pode também ser útil para investigadores e profissionais da área de Ciências do Desporto, de Psicologia e de Saúde, na medida em que, considerem potenciar o treino, evidenciado as componentes da motivação autodeterminada, das Necessidades Psicológicas Básicas e do Bem-estar subjetivo do atleta.

Limitações e Recomendações

Como limitações deste estudo destacamos o desenho transversal, o qual não nos permite tirar conclusões de causalidade. Também o uso de questionários em atletas com DID é limitado. Para além disso, existe, de facto uma escassez de informação quanto aos efeitos da liderança do treinador no atleta de Desporto Adaptado. Outra limitação foi a falta de estudos em atletas com DID, quando comparado à maioria dos estudos analisados noutros tipos de deficiência em Desporto Adaptado, além de que não foi possível conseguir uma amostra mais homogénea em termos de idades. Por outro lado, podemos considerar que a extensão dos instrumentos de estudo e o tempo para o seu preenchimento foi extensa.

O número limitado de estudos incluídos neste trabalho reflete a escassa investigação realizada em indivíduos com DID, o que determina possíveis orientações para estudos futuros. Também sugerimos que se deva estudar esta temática com uma amostra representativa, assim como seria pertinente realizar investigações longitudinais ou experimentais. Para além de se estudar as implicações destes perfis (autocrático e democrático) no atleta, também possa ser importante na determinação aprofundada da temática em atletas com DID. Inclusive, seria pertinente verificar os efeitos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e bem-estar subjetivo do atleta com DID confrontando as diferentes modalidades desportivas praticadas.

Conclusões

Atendendo aos resultados apresentados, concluímos que os estilos democráticos e autocráticos influenciam na satisfação com a vida dos atletas. Por outro lado, o estilo de liderança autocrático apresenta um poder preditivo nas dimensões da competência e relação das Necessidades Psicológicas Básicas, na motivação autónoma e motivação controlada e, nos afetos positivos.

No nosso estudo, foram encontradas evidências que confirmam uma associação entre o estilo de liderança autocrático e a motivação autónoma e, ainda o estilo democrático e a satisfação com a vida de atletas com DID. No entanto, quanto à direção das correlações, verificou-se que o estilo de liderança democrático mostrou

associações negativas com a competência destes atletas. Os nossos resultados são claros quanto à existência de evidência estatística significativa (ainda que leve e moderada) acerca da relação entre as variáveis analisadas e o estilo autocrático.

4.3. Estudo 3

Efeitos de Mediação das Necessidades Psicológicas Básicas e da Motivação entre o Estilo de Liderança do Treinador sobre o Bem-estar subjetivo de Atletas de Desporto Adaptado Integrantes do Special Olympics

Resumo

O bem-estar subjetivo tem inúmeros indicadores de bem-estar global, no entanto, os que mais se destacam são a satisfação com a vida e os afetos, que tanto podem ser positivos como negativo. A liderança do treinador é parte integrante do processo que medeia a relação do atleta e treinador, onde o treinador tem um papel fundamental sobre o atleta, e consequentemente sobre o bem-estar subjetivo do atleta.

Neste estudo transversal participaram 94 atletas com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental, com idades compreendidas entre os 11 e 63 anos ($\bar{x}=32.6 \pm SD=13.8$ anos), de ambos os géneros. O estudo teve como finalidade, analisar se e de que forma as Necessidades Psicológicas Básicas – relação, autonomia e relação social (mediador 1, M1) e a Motivação Autónoma (mediador 2, M2) medeiam a relação das variáveis do Estilo Democrático (variável independente, X) com o Bem-estar subjetivo – satisfação com a vida e, afetos positivos (variável dependente, Y).

A análise estatística foi realizada através de modelos de mediação serial múltipla, usando o macro *PROCESS* para o SPSS, versão 3 (modelo 6), através do método *bootstrap* com 10000 amostras.

Podemos concluir que existe um efeito de mediação entre as das Necessidades Psicológicas Básicas e a Motivação Autónoma, exercidas entre o perfil de liderança Democrático do treinador e o Bem-estar subjetivo do atleta. Por outro lado, o Estilo Autocrático tem um efeito direto significativo no aumento das Necessidades Psicológicas Básicas e da Motivação Controlada. Contudo, o Estilo Democrático apresenta-se mais consistente neste tipo de análise.

Os nossos resultados reforçam a importância de promover um estilo de liderança democrático por parte do treinador nos seus atletas, potenciando um efeito direto sobre Satisfação com a vida e os Afetos positivos nos atletas de Desporto Adaptado com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental Integrantes do Special Olympics.

Palavras-chave: Desporto Adaptado; Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental; Liderança; Bem-estar subjetivo; Análise de Mediação

Mediation Effects of Basic Psychological Needs and Motivation among Coach Leadership Style on The Subjective Well-Being of Adapted Sports Athletes Members of the Special Olympics

Abstract

Subjective Well-being has numerous indicators of global well-being, however, the most important are life satisfaction and attachments, which can be both positive and negative. The leadership of the coach is an integral part of the process that cares for the relationship of the athlete and coach, where the coach has a fundamental role on the athlete, and consequently on his Subjective Well-Being.

In this cross-sectional study, participated 94 athletes with Intellectual and Developmental Difficulty, aged between 11 and 63 years ($\bar{x}=32.6 \pm SD =13.8$ years) of both genders.

The study has the purpose to analyze if and in what way the Basic Psychological Needs - relationship, autonomy and social relationship (mediator 1, M1) and the Autonomous Motivation (mediator 2, M2) mediate the relationship of the variables of Democratic Style (independent variable, X) with Subjective Well-being - life satisfaction and positive attachment (dependent variable, Y).

Statistical analysis was performed using multiple serial mediation models, using the macro PROCESS for SPSS, version 3 (model 6), using the *bootstrap method* with 10000 samples.

We can conclude that there is a mediation effect between those of Basic Psychological Needs and Autonomous Motivation, exercised between the democratic leadership profile of the coach and the Subjective Welfare of the athlete. On the other hand, Autocratic Style has a significant direct effect on the increase in Basic Psychological Needs and Controlled Motivation. However, the Democratic Style is more consistent in this type of analysis.

Our results reinforce the importance of promoting a democratic leadership style on the part of the coach in their athletes, enhancing a direct effect on Life Satisfaction and Positive Attachment in Athletes adapted with Intellectual and Developmental Difficulty Members of the Special Olympics.

Keywords: Adapted Sport; Intellectual and Developmental Difficulty; Leadership; Subjective Welfare; Mediation Analysis

Introdução

Nos dias de hoje a prática regular de AF já é reconhecida como um potenciador de um estilo de vida mais saudável, onde a sua prática contribui para o desenvolvimento das capacidades físicas (Calahorro-Cañada, Torres-Luque, Lopez-Fernandez, & Carnero, 2016), psicológicas (Cotman, Berchtold, & Christie, 2007) e sociais (Wigfield, Cambria, & Eccles, 2012). A realidade prova que a participação desportiva de pessoas com deficiência intelectual tem um impacto muito positivo na condição física, autoestima, empregabilidade, desenvolvimento de capacidades motoras, cognitivas e de socialização e ainda, a prática de AF promove igualmente as oportunidades de integração social (Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência, Louro, Barreiros, Rodrigues, Horta, Rama, Coelho, Cunha, Pacheco & Serpa, 2016).

Este estudo investiga atletas com DID. A definição de DID parece ter sido aceite, jogando com a avaliação dos critérios intelectuais e adaptativos, cujas limitações, dois desvios-padrão abaixo da média, se expressam nas competências concetuais, práticas e sociais antes dos 18 anos (Schalock, Luckasson, Bradley, Buntinx, Lachapelle, Shogren & Wehmeyer, 2012), durante o período desenvolvimental (American Psychiatric Association, 2013). A palavra chave desta definição, e ao contrário do que se possa imediatamente apontar não são as limitações, mas a sua expressão contextual, com repercussões na (in)visibilidade da pessoa com DID (Santos, 2019).

Investigações recentes (Santos, Petrica, Serrano & Mesquita, 2014; Santos, Petrica & Maia, 2015; Santos, Petrica, Maia & Batista, 2016; Santos, Petrica, Serrano, Batista, Honório & Maia, 2020a; Santos, Petrica, Serrano, Batista, Honório & Maia, 2020b; Santos, Petrica, Serrano, Batista, Honório, Lercas & Maia, 2020), relevam a importância da análise do ato de ensinar e principalmente do estudo do pensamento do aluno.

A aprendizagem de qualquer habilidade motora requer a seleção de informações que podem estar contidas no meio ambiente e/ou fornecidas pelo professor ou técnico (Santos, et. al, 2020). O treinador tem como função otimizar as potencialidades da equipa ou do desportista, o que requer constantes tomadas de decisão sobre uma vasta multiplicidade de aspetos e fatores (Cushion, Armour & Jones, 2003). A formação do treinador, o estilo de liderança que exerce e a forma como planifica o processo de treino são variáveis absolutamente importantes e fundamentais na relação treinador-desportista, podendo potenciar ou limitar a continuidade na participação desportiva destes dois agentes (Conroy & Coatsworth, 2006). O desporto é uma atividade que obedece a uma estrutura perfeitamente definida por regras e dimensões técnicas e táticas, onde os treinadores têm um papel fundamental sobre os desportistas, uma vez que são considerados por estes como líderes e especialistas (Conroy & Coatsworth, 2006). No estudo de Pires, Mesquita, Batista e Nunes (2019), percebemos que o treinador de Desporto Adaptado que trabalha com atletas com DID opta por um estilo de decisão mais democrático.

O bem-estar subjetivo é o grau em que um indivíduo julga a qualidade total da sua vida de uma maneira favorável. Para tal, o indivíduo utiliza dois componentes: um afetivo e outro cognitivo. Sendo o afetivo o que remete às suas reações emocionais (sendo emoções, sentimentos e humores) que podem descrever-se em positivas ou negativas; e ainda, o cognitivo diz respeito à Satisfação com a vida ou avaliação cognitiva das circunstâncias da vida (Santos, 2012). O mesmo autor refere que a ideia que subjaz ao conceito de bem-estar subjetivo é que os seres humanos, continuamente, fazem avaliações acerca da sua vida, que geram reações emocionais as quais podem ser prazerosas ou desgostosas.

Existem alguns estudos sobre a temática, no entanto, continuam a ser necessárias mais pesquisas para esclarecer a relação do estilo de liderança do treinador no bem-estar subjetivo do atleta com DID, especificamente. Os nossos objetivos foram: i) analisar se e de que forma as Necessidades Psicológicas Básicas e a Motivação Autónoma medeiam a relação das variáveis do estilo de liderança Democrático, e também a Motivação Controlada com o Estilo Autocrático, com o Bem-estar subjetivo dos atletas com DID. De acordo com a literatura existente, esperamos encontrar associações entre o estilo de liderança democrático do treinador e o bem-estar subjetivo do atleta com DID, na relação da satisfação com a vida do atleta, da sua motivação autónoma e nas Necessidades Psicológicas Básicas – autonomia, competência e relação social do atleta.

Análises de mediação e moderação são utilizadas para estabelecer evidências ou testar hipóteses sobre os mecanismos que explicam como certos efeitos acontecem ou em que condições eles facilitam ou inibem tais efeitos (Hayes, 2013). No nosso estudo, estamos na presença de uma mediação múltipla, pois envolvem duas variáveis mediadoras.

Método

Participantes

Este estudo é de natureza quantitativa de corte transversal, pois segundo Fortin (2009) o investigador define as variáveis de forma operacional, recolhe ordenadamente dados verificáveis junto dos participantes e analisa-os com a ajuda de técnicas estatística.

Os participantes foram selecionados por conveniência. Um total de 94 participantes com idades compreendidas entre os 11 e 63 anos ($\bar{x}=32.6 \pm SD=13.8$), dos quais 71.3% (N=67) do género masculino e 28.7% (N=27) do género feminino, com um número de horas de prática semanal, até duas horas de treino (36.2%), de 3 a 5 horas de treino (39.4%), de 6 a 8 horas de treino (19.1%) e de 9 horas ou mais de treino (5.3%), com $\bar{x}=5.23 \pm SD=4.60$ anos de prática, competidores de várias modalidades desportivas individuais (42.6%), modalidades coletivas (16%), e modalidades individuais e coletivas (41.5%). Foram considerados para a análise dos dados apenas atletas com DID. Os participantes foram recrutados de instituições/escolas com agregação ao SOP.

Apenas foram incluídos os participantes capazes de responder aos questionários, ainda que, com o apoio de outro significativo.

Todos os participantes foram informados quanto aos objetivos do estudo e deram o seu consentimento informado para participar no estudo.

Instrumentos

Para a realização deste estudo, foram utilizados cinco questionários (**anexo A**), sendo:

Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNEsP)

A versão portuguesa do questionário BPNES, validado para o contexto desportivo na língua portuguesa por Monteiro, Marinho, Moutão, Couto, Antunes & Cid (2016) e desenvolvido por Vlachopoulos & Michailidou (2006) especificamente para o contexto de exercício, foi utilizado para recolhermos dados relativos às Necessidades Psicológicas Básicas. O questionário tem uma escala que é constituída por 12 itens distribuídos por 3 dimensões que refletem as necessidades psicológicas básicas da teoria da autodeterminação: percepção de autonomia, percepção de competência e percepção de relações sociais, sendo cada dimensão composta por 4 itens que podem ser classificados tendo em conta uma escala do tipo Likert com 5 níveis de resposta.

Behavioral Regulation in Sport (BRSQ)

O BRSQ (Lonsdale, Hodge & Rose, 2008) é composto por 24 itens, divididos em 6 subescalas avaliadas de acordo com uma escala de tipo Likert de 7 alternativas de resposta. Estes itens refletem os tipos de motivação subjacentes ao continuum motivacional da TAD (Monteiro, Moutão, Baptista & Cid, 2018), nomeadamente a amotivação, a motivação controlada (motivação externa, motivação introjetada) e a motivação autónoma (motivação identificada, motivação integrada e motivação intrínseca).

Satisfaction with Life Scale (SWLS)

A Escala da Satisfação com a vida, tal como o nome indica, foi utilizada para avaliar a satisfação com a vida enquanto um constructo cognitivo (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Esta escala é formada por 5 itens e consiste em indicar, através de uma escala de tipo Likert de 7 pontos, o grau de satisfação de acordo com cada item. Segundo Albuquerque, Sousa e Martins (2010), em relação ao processo de validação da versão portuguesa da Satisfação com a vidaS por Neto (1993), através da análise fatorial confirmatória, os índices de qualidade de ajuste foram considerados adequados.

Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)

A Escala de Afetos positivos e Negativos, originalmente composta por Watson, Clark & Tellegen (1988) e traduzida para o português por Simões (1993), com o objetivo de avaliar o bem-estar subjetivo e a afetividade, é composta por vinte itens, como forma de avaliar os afetos positivos, através de dez adjetivos, e também os afetos negativos, a que correspondem os restantes adjetivos. A cada item desta escala é atribuído um valor correspondente a uma escala de Likert que varia entre 1 e 5. Esta escala foi validada para a língua portuguesa por Galinha e Pais-Ribeiro (2005).

Leadership Scale for Sport (LSS)

O LSS, desenvolvida por Chelladurai e Saleh (1978) e validada em português por Serpa, Lacoste, Antunes, Pataco e Santos (1988) sob o nome de ELD. Sendo uma escala que avalia a perceção do treinador sobre o seu próprio comportamento (versão autoperceção), perceção que os atletas têm acerca dos comportamentos de liderança dos respetivos treinadores (versão perceção), bem como a preferência dos atletas pelo comportamento do treinador (versão preferências). Este estudo utilizou apenas a versão perceção. Analisa ainda os comportamentos em cinco dimensões diferentes: comportamento treino instrução, comportamento de suporte social, comportamento de reforço, comportamento democrático e comportamento autocrático. A ELD é apresentada na forma de 40 questões, e em cada uma das questões, o atleta poderia escolher uma entre as cinco respostas possíveis, dadas em uma escala de Likert, que varia entre 1 e 5. No entanto, tendo em conta a população em que este instrumento será aplicado optamos por utilizar uma escala pictográfica de forma que a resposta por parte do inquirido seja mais clara e perceptível.

Procedimentos

Relativamente aos procedimentos deste estudo tivemos em consideração diferentes fases.

Numa primeira fase e após aprovação do estudo pelo Conselho Técnico Científico e Comissão Científica do Mestrado em Atividade Física da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, levou-se a cabo uma seleção de instituições integrantes no SOP, logo após começámos por contactar as instituições e atletas de desporto adaptado e os seus treinadores de forma a identificar os atletas com DID e participantes no SOP.

Imediatamente foi realizado desde logo, através de ofício formal, autorização institucional para a recolha dos dados e assinatura do termo de consentimento informado por parte de todos os participantes no estudo (**anexo B**). Quer as associações, clubes e instituições, quer os atletas e os treinadores foram devidamente

informados acerca dos objetivos e pertinência do estudo, garantindo-lhes desde logo o anonimato e confidencialidade das respostas.

Posteriormente, e selecionados os questionários adequados para serem aplicados e definidas as adaptações, simulámos uma aplicação do questionário, com o objetivo de perceberem os conteúdos e as formas de adaptação para sua aplicação, tendo em consideração o público alvo.

De seguida, os questionários foram aplicados no decorrer de uma prova do SOP, nos 6^{os} Jogos Adaptados da Cova da Beira – 6^{os} Jogos de Inverno do SOP. Durante a aplicação do questionário aos atletas com DID - além do investigador esteve presente uma outra pessoa, aquando houvesse a necessidade de auxiliar o atleta, dada a sua condição, realizámos a leitura das afirmações do mesmo e os atletas responderam ao pretendido através de uma escala pictográfica que foi elaborada de acordo com a pontuação dos respetivos instrumentos. De forma a assegurar a compreensão das afirmações por parte dos atletas com DID optou-se por esta adaptação da metodologia de aplicação. O tempo aproximado de preenchimento foi, sensivelmente de 45 minutos.

Análise estatística

O tratamento estatístico dos dados foi realizado com recurso ao programa informático *Statistical Package for a Social Sciences* (SPSS) versão 21.0 (IBM, Chicago, Illinois, U.S.A.).

Para analisar se e de que forma as Necessidades Psicológicas Básicas – relação social, autonomia e competência (mediador 1, M1) e a motivação autónoma e motivação controlada (mediador 2, M2) medeiam a relação das variáveis do estilo de liderança democrático e autocrático (X) com o bem-estar subjetivo – satisfação com a vida, afetos positivos e negativos (Y). Após a seriação dos dados, testámos a análise de mediação serial múltipla para as variáveis em questão, no qual foi utilizado o PROCESS macro para SPSS, v. 3.4.1, modelo 6 de Hayes (2018). A mediação é um caso especial de efeito indireto em que se exige que a relação entre a variável independente e dependente esteja presente inicialmente (Preacher & Hayes, 2004).

A variável do estilo democrático, incluída na mediação, é a que na análise prévia (correlação e regressão) se revelara consistentemente associada à satisfação com a vida. Os intervalos de confiança da análise de *bootstrap* para os efeitos indiretos são calculados repetidamente em 10.000 amostras de *bootstrap*, estimando o modelo em cada uma destas amostras, calculando os efeitos indiretos e derivando os IC finais. O nível de confiança para todos os IC é 95%. Um efeito indireto é diferente de zero com um IC95%, se o valor zero não está incluído no IC. Caso o IC95% contenha este valor, o efeito indireto não é estatisticamente diferente de zero.

Na análise estatística considerou-se os seguintes níveis de significância estatística $\alpha \leq 0.01^{**}$ e $\alpha \leq 0.05^*$, para um intervalo de confiança de pelo menos 95%.

Resultados

A análise de mediação serial múltipla inclui sobre o estilo de liderança Democrático do treinador, porque as análises prévias (correlação e regressão) evidenciam que este estilo de liderança é o que está mais associado à satisfação com a vida e aos afetos positivos. Assim, nesta análise exploramos a relação do Estilo Democrático (X) com a satisfação com a vida e, posteriormente com os Afetos positivos (Y), usando como mediadores dessa ligação, as Necessidades Psicológicas Básicas – relação, autonomia e competência (M1) e a Motivação Autónoma (M2).

A **Figura 5** apresenta os dados relativos ao processo de mediação entre o Estilo Democrático (X), a satisfação com a vida (Y), a Relação (M1) e a Motivação Autónoma (M2). Para explicar as ligações existentes entre as variáveis, foram encontrados valores para as análises de regressão, sendo a primeira análise de regressão a que liga a variável X com M1, caracterizada pelo coeficiente a_1 ; a segunda análise de regressão liga X com M2, caracterizada pelo coeficiente a_2 , a ligação entre M1 e M2, apresentada pelo coeficiente d_{21} . Relativamente à análise da terceira regressão, esta é ligação entre o Y e M1, M2 e X, caracterizado pelo coeficiente b_1 , b_2 e c' . O efeito total da nossa mediação é apresentado pelo coeficiente c . A ligação c' representa o efeito direto da variável independente sobre a dependente, através dos mediadores.

Os resultados apontam para um efeito direto e efeito total significativos (efeito total - $c = 0.93$, $p = 0.00$, 95% IC [0.40; 1.47] e efeito direto - $c' = 0.97$, $p = 0.00$, 95% IC [0.48; 1.46]). Neste seguimento, podemos observar resultados significativos ($p < 0.05$) em todas as associações exceto entre o Estilo Democrático – Relação, o Estilo Democrático – Motivação Autónoma e, Motivação Autónoma – Satisfação com a vida.

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.02$, SE = 0.06, 95% Intervalo de Confiança (IC) [-0.13; 0.11];
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.01$, SE = 0.03, 95% IC [-0.07; 0.05] e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE = 0.07, 95% IC [-0.09; 0.18].

Apesar de não existir um efeito significativo do Estilo Democrático com a Necessidades Psicológicas Básicas de relação e Motivação Autónoma, o Estilo Democrático evidencia uma relação efetiva com a satisfação com a vida dos atletas com DID.

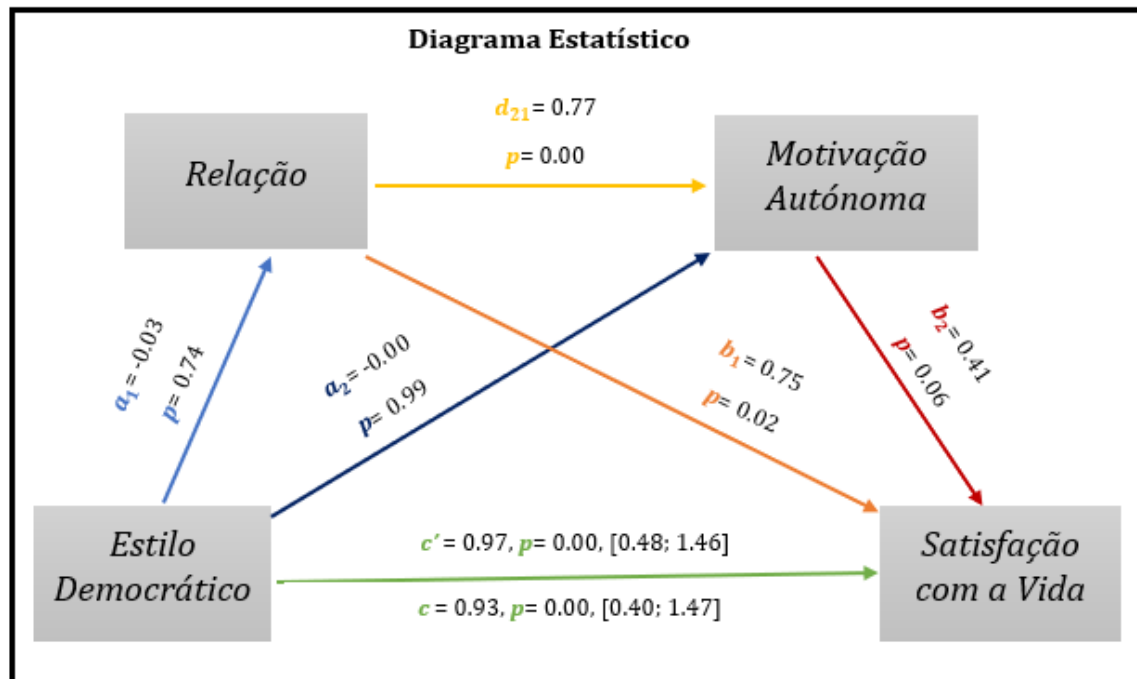


Figura 5 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Relação Social (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Como podemos ver na **Figura 6**, os resultados apresentam valores significativos no que diz respeito ao efeito direto e efeito total, $c' = 0.97, p = 0.00, 95\% \text{ IC } [0.46; 1.47]$, $c = 0.93, p = 0.00, 95\% \text{ IC } [0.40; 1.47]$, respetivamente.

Por analogia, podemos observar resultados significativos ($p < 0.05$) em todas as associações exceto o Estilo Democrático – Autonomia e a Autonomia– Satisfação com a vida ($p > 0.05$).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = -0.02, SE = 0.03, 95\% \text{ IC } [-0.08; 0.03]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.02, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.07; 0.03]$ e:
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.00, SE = 0.11, 95\% \text{ IC } [-0.20; 0.27]$.

De igual forma verificamos que o Estilo Democrático apresenta ter um efeito com a satisfação com a vida dos atletas com DID, no entanto, o mesmo não se verifica no Estilo Democrático com a Necessidades Psicológicas Básicas de autonomia e, autonomia com a satisfação com a vida.

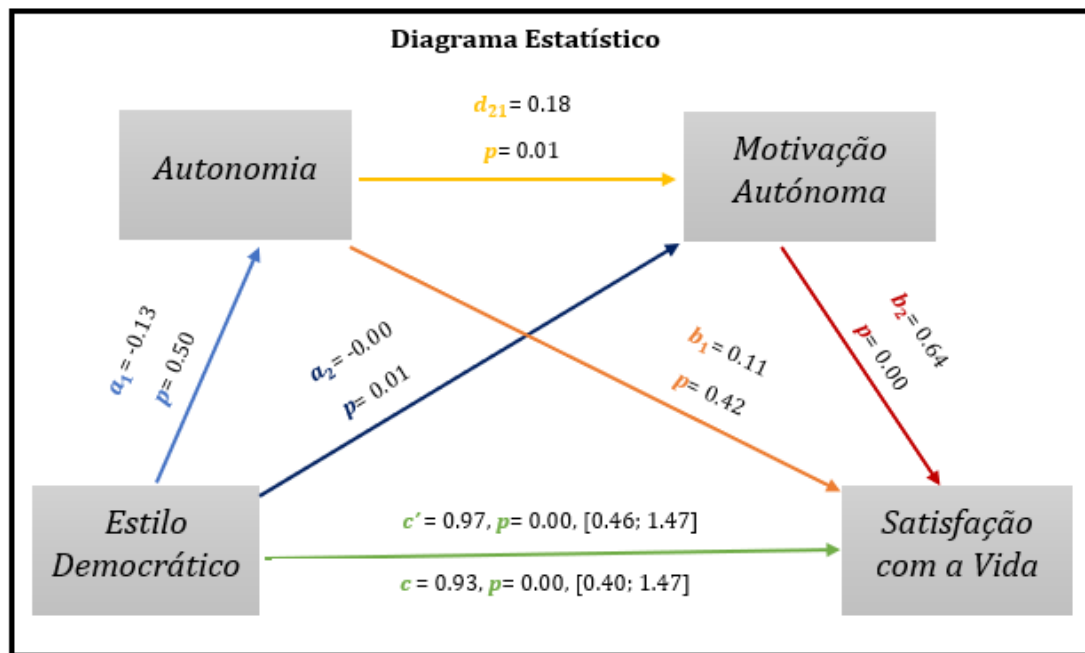


Figura 6 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Com base na **Figura 7**, observamos resultados significativos quanto ao efeito direto e efeito total, $c' = 0.94$, $p = 0.00$, 95% IC [0.45; 1.44] e $c = 0.92$, $p = 0.00$, 95% IC [0.40; 1.47], respetivamente. Apesar de não existir um efeito significativo entre o Estilo Democrático – Competência (0.98), o Estilo Democrático – Motivação Autônoma (0.85) e também a Motivação Autônoma – satisfação com a vida (0.06).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE= 0.10, 95% IC [-0.18; 0.23];
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE= 0.05, 95% IC [-0.10; 0.10] e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE= 0.08, 95% IC [-0.16; 0.20].

Semelhantemente, verificamos que o Estilo Democrático apresenta ter um efeito direto com a satisfação com a vida dos atletas com DID.

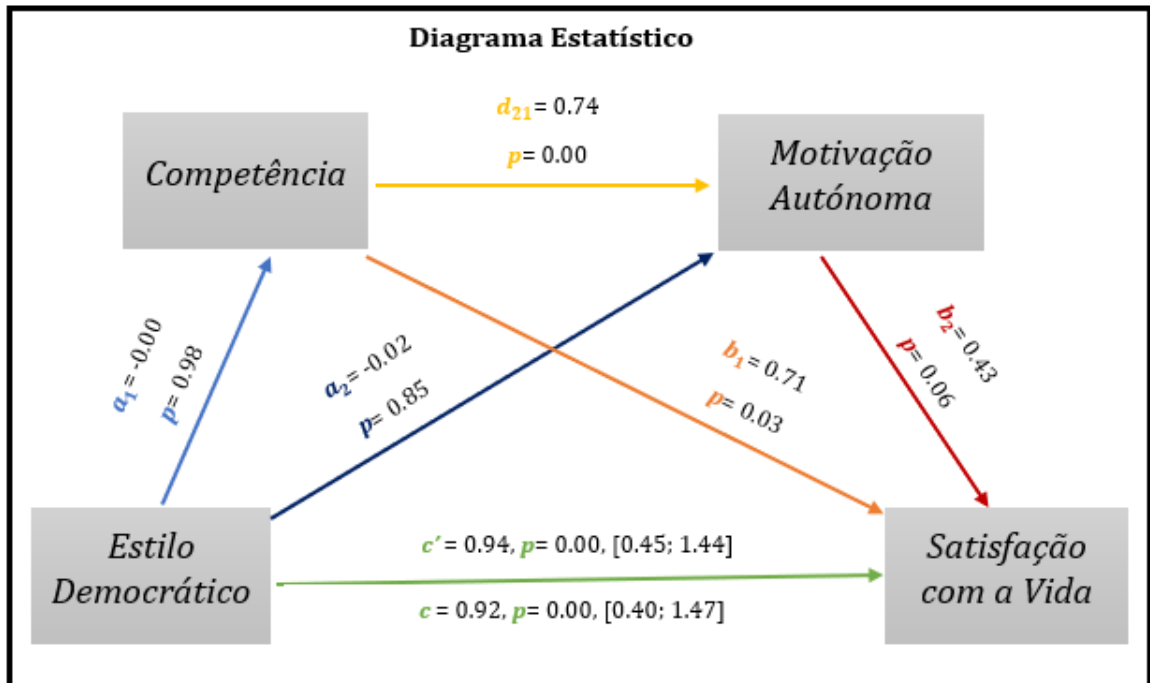


Figura 7 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Competência (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Os resultados da **Figura 8**, mostram que a apesar de não existir um efeito total significativo ($c = 0.27, p = 0.09, 95\% \text{ IC } [-0.04; 0.60]$), existe um efeito direto significativo do Estilo Democrático nos Afetos positivos ($c' = 0.30, p = 0.04, 95\% \text{ IC } [0.02; 0.60]$).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = -0.01, SE = 0.03, 95\% \text{ IC } [-0.07; 0.06]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.01, SE = 0.03, 95\% \text{ IC } [-0.06; 0.04]$ e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.00, SE = 0.06, 95\% \text{ IC } [-0.09; 0.15]$.

Assim, observamos uma associação na relação do Estilo Democrático aos Afetos positivos, mediada pelas variáveis da Relação e da Motivação Autônoma.

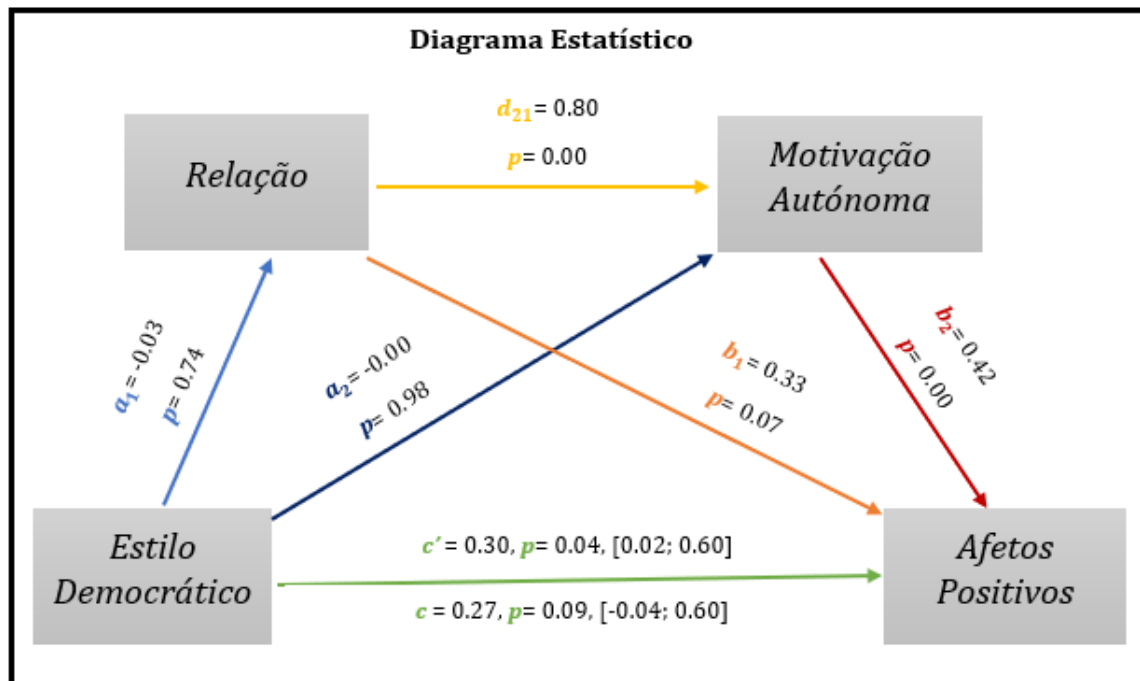


Figura 8 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos positivos (Y), a Relação (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Através da análise de mediação múltipla, na **Figura 9**, os resultados apontam valores significativos no que diz respeito ao efeito direto ($c' = 0.31$, $p = 0.03$, 95% IC [0.04; 0.60]). Sob o mesmo ponto de vista, podemos observar resultados significativos ($p < 0.05$) por parte da Autonomia com os Afetos positivos e a Motivação Autônoma e ainda na Motivação Autônoma com os Afetos positivos.

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.02$, SE = 0.03, 95% IC [-0.09; 0.04];
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.01$, SE = 0.02, 95% IC [-0.04; 0.02] e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE = 0.08, 95% IC [-0.14; 0.20].

Também aqui assistimos a um efeito direto significativo entre o Estilo Democrático com os Afetos positivos dos atletas com DID.

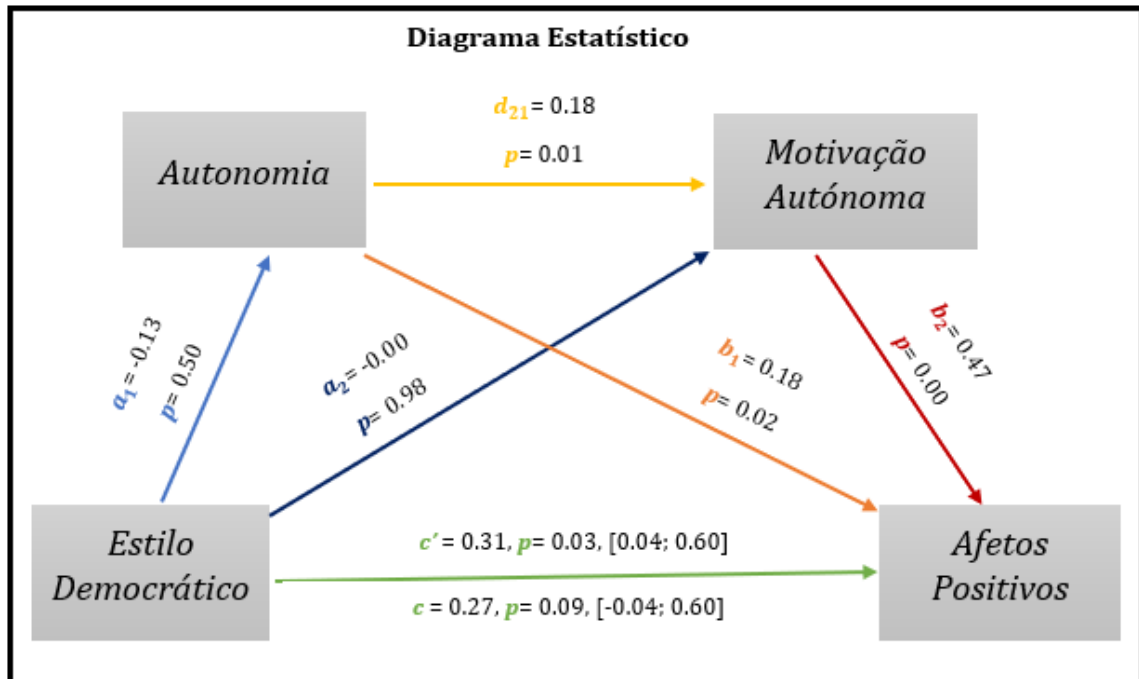


Figura 9 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos positivos (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Os resultados da **Figura 10**, mostram através da análise de mediação múltipla, resultados significativos para o efeito direto do Estilo Democrático com os Afetos positivos ($c' = 0.30$, $p = 0.03$, 95% IC [0.04; 0.60]), por outro lado o efeito total não se mostra significativo ($c = 0.29$, $p = 0.06$, 95% IC [-0.01; 0.60]).

Embora verifiquemos valores de significativos na Competência para a Motivação Autônoma (0.00) e na Motivação Autônoma para os Afetos positivos, todos os restantes não apresentam valores significativos.

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE= 0.04, 95% IC [-0.09; 0.06];
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE= 0.04, 95% IC [-0.08; 0.09] e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.01$, SE= 0.07, 95% IC [-0.14; 0.15].

Similarmente assistimos a um efeito direto significativo entre o Estilo Democrático com os afetos positivos destes atletas.

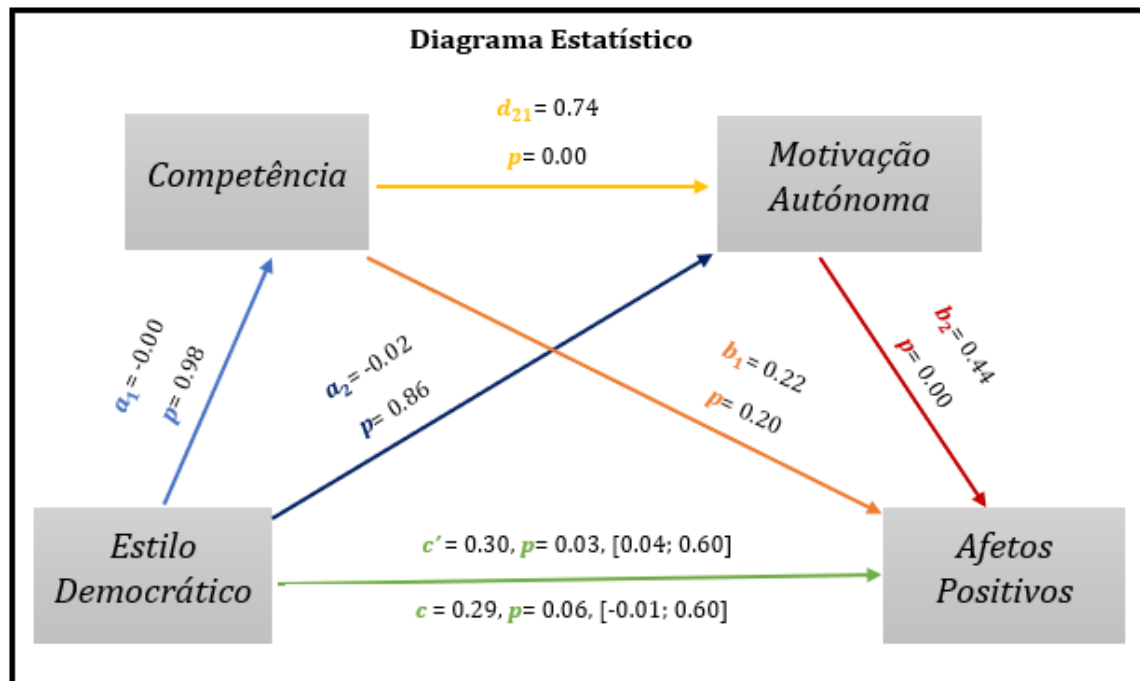


Figura 10 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos positivos (Y), a Competência (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Como podemos ver na **Figura 11**, os resultados apresentam valores significativos no que diz respeito ao efeito direto e efeito total, $c' = -0.42, p = 0.03, 95\% \text{ IC } [-0.84; 0.00]$, $c = -0.42, p = 0.05, 95\% \text{ IC } [-0.84; -0.00]$, respetivamente. Apesar de não existir um efeito significativo entre o Estilo Democrático – Relação (0.74), o Estilo Democrático – Motivação Autônoma (0.99), a Relação – Afetos negativos (0.47), e também a Motivação Autônoma – Afetos negativos (0.25).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = -0.01, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.05; 0.04]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.04, 95\% \text{ IC } [-0.09; 0.07]$ e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.03; 0.04]$.

De igual forma verificamos que o Estilo Democrático apresenta ter um efeito com os afetos negativos dos atletas com DID, no entanto, o mesmo não se verifica no Estilo Democrático com a Necessidades Psicológicas Básicas de relação e com a Motivação Autônoma.

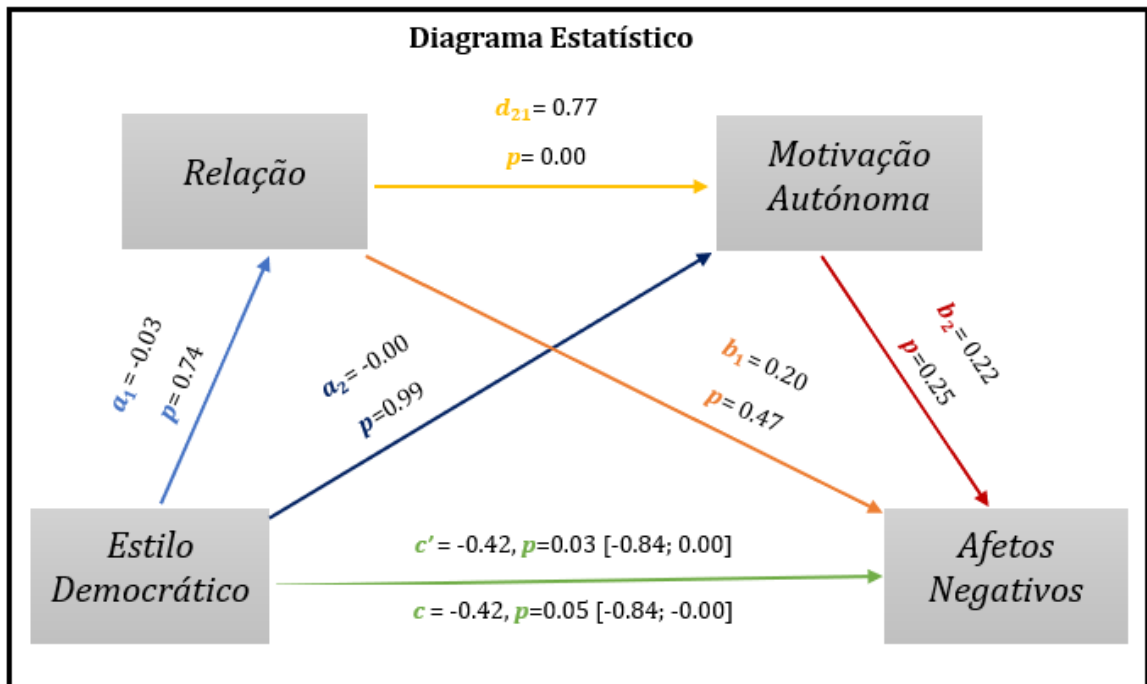


Figura 11 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos negativos (Y), a Relação (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Com base na **Figura 12**, observamos resultados significativos quanto ao efeito direto e efeito total, $c' = 0.43, p = 0.05, 95\% \text{ IC } [-0.85; -0.01]$ e $c = -0.43, p = 0.05, 95\% \text{ IC } [-0.84; -0.00]$, respetivamente. Apesar disso, apenas a Autonomia – Motivação Autônoma apresenta um caminho indireto significativo, o que não se verifica nas restantes ligações.

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.03, 95\% \text{ IC } [-0.04; 0.07]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.04, 95\% \text{ IC } [-0.09; 0.07]$ e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.01, 95\% \text{ IC } [-0.01; 0.02]$.

Semelhantemente, verificamos que o Estilo Democrático apresenta ter um efeito direto com os afetos negativos dos atletas com DID.

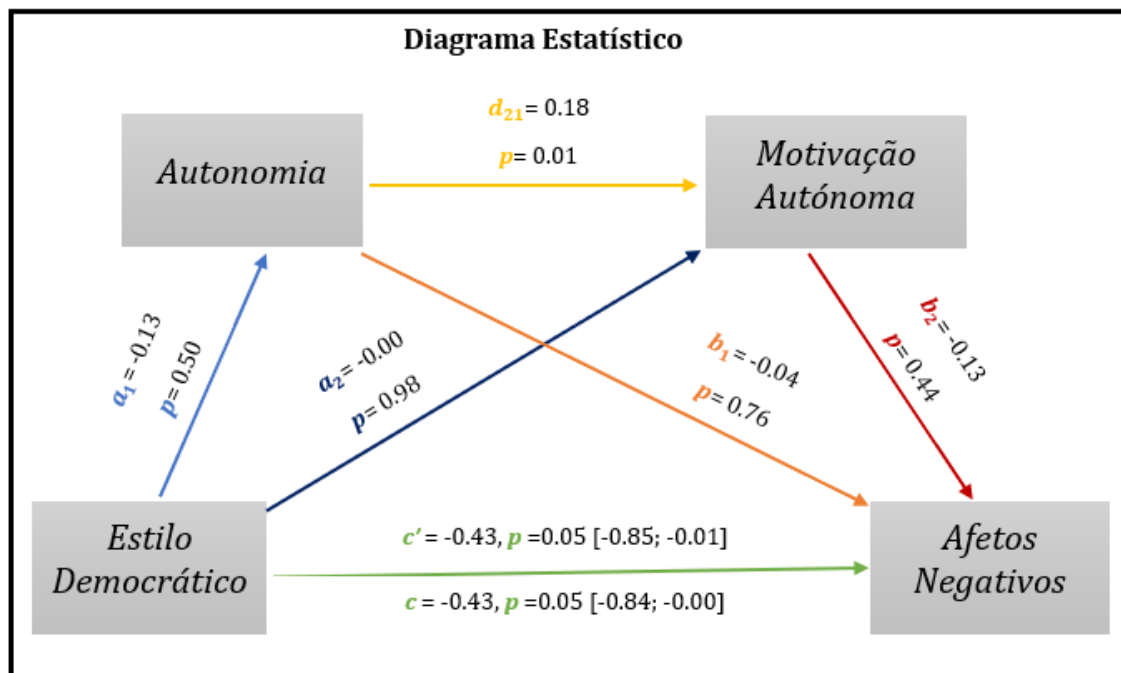


Figura 12 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos negativos (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Os resultados da **Figura 13**, observamos resultados significativos quanto ao efeito direto e efeito total, $c' = -0.41, p = 0.05, 95\% \text{ IC } [-0.83; 0.01]$ e $c = -0.41, p = 0.05, 95\% \text{ IC } [-0.83; 0.01]$, respetivamente. Apesar disso, apenas a Competência – Motivação Autônoma apresenta um caminho indireto significativo, o que não se verifica nas restantes ligações.

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.04, 95\% \text{ IC } [-0.09; 0.08]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.03, 95\% \text{ IC } [-0.07; 0.07]$ e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.05; 0.04]$.

Assim, observamos uma associação na relação do Estilo Democrático aos afetos negativos.

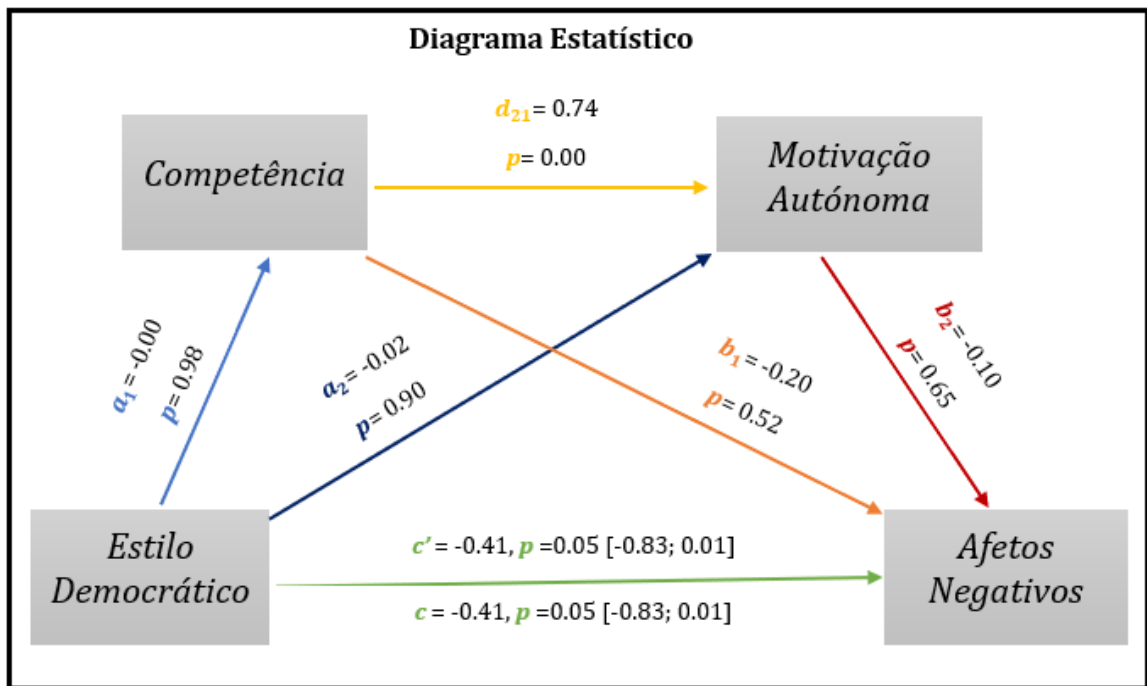


Figura 13 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Democrático (X), os Afetos negativos (Y), a Competência (M1) e a Motivação Autônoma (M2)

Em resumo, os resultados mostram que em grande parte de todos os modelos de mediação, em que a Satisfação com a vida, os afetos positivos e os afetos negativos são os *outcome*³, o Estilo Democrático tem um efeito direto significativo no aumento das Necessidades Psicológicas Básicas e da Motivação Autônoma, ainda que esta última, apresente valores superiores. Por sua vez, as Necessidades Psicológicas Básicas têm um efeito significativo no aumento da Motivação Autônoma.

Através da análise de mediação múltipla, na **Figura 14**, os resultados apontam valores significativos no que diz respeito ao efeito total ($c = -0.30, p = 0.02, 95\% \text{ IC } [0.05; 0.60]$), por outro lado o efeito direto não se apresenta significativo ($c' = 0.20, p = 0.23, 95\% \text{ IC } [-0.11; 0.44]$).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = 0.13, SE = 0.05, 95\% \text{ IC } [0.04; 0.24]$;
- ✓ 2º $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.01, SE = 0.05, 95\% \text{ IC } [-0.08; 0.11]$ e;
- ✓ 3º $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.00, SE = 0.01, 95\% \text{ IC } [-0.02; 0.01]$.

Embora aqui não assistimos a um efeito direto significativo entre o Estilo Autocrático e a satisfação com a vida dos atletas com DID, alguns efeitos indiretos e total são significativos.

³ Resultado

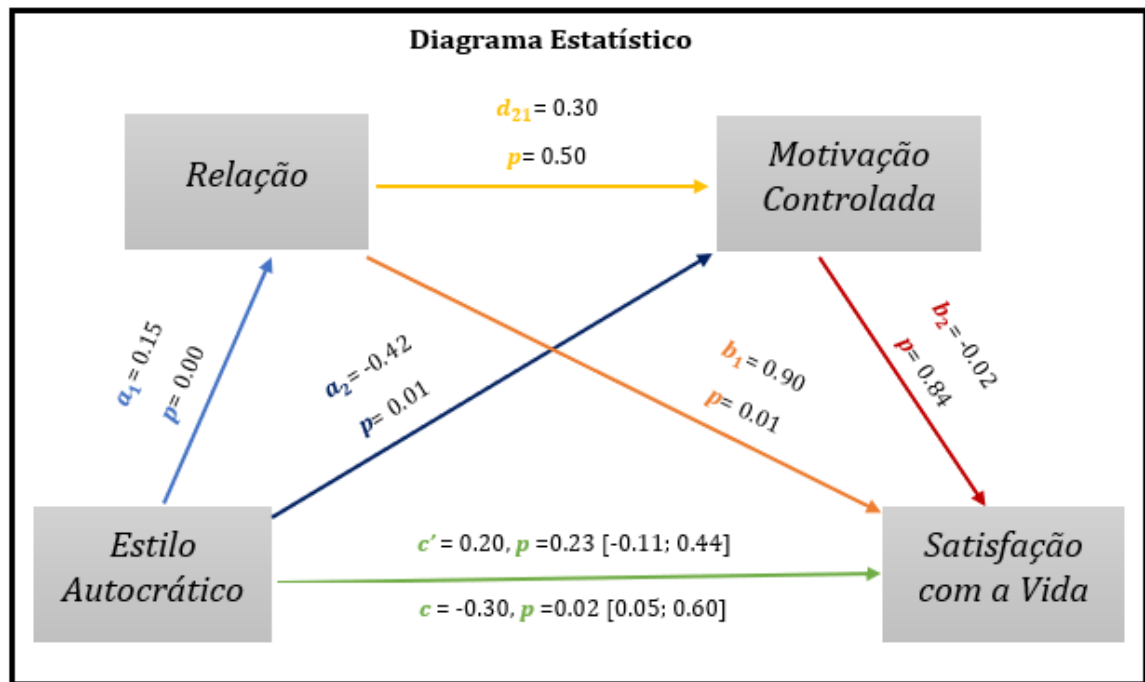


Figura 14 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Relação (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Os resultados da **Figura 15**, mostram através da análise de mediação múltipla, resultados significativos quanto ao efeito direto e efeito total, $c' = 0.30$, $p = 0.04$, 95% IC [0.02; 0.60] e $c = 0.30$, $p = 0.02$, 95% IC [0.05; 0.60], respetivamente.

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$ - $\beta = 0.02$, SE= 0.03, 95% IC [-0.02; 0.10];
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = 0.00$, SE= 0.04, 95% IC [-0.10; 0.10] e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE= 0.00, 95% IC [-0.01; 0.01].

Logo assistimos a um efeito direto significativo entre o Estilo Autocrático na satisfação com a vida destes atletas.

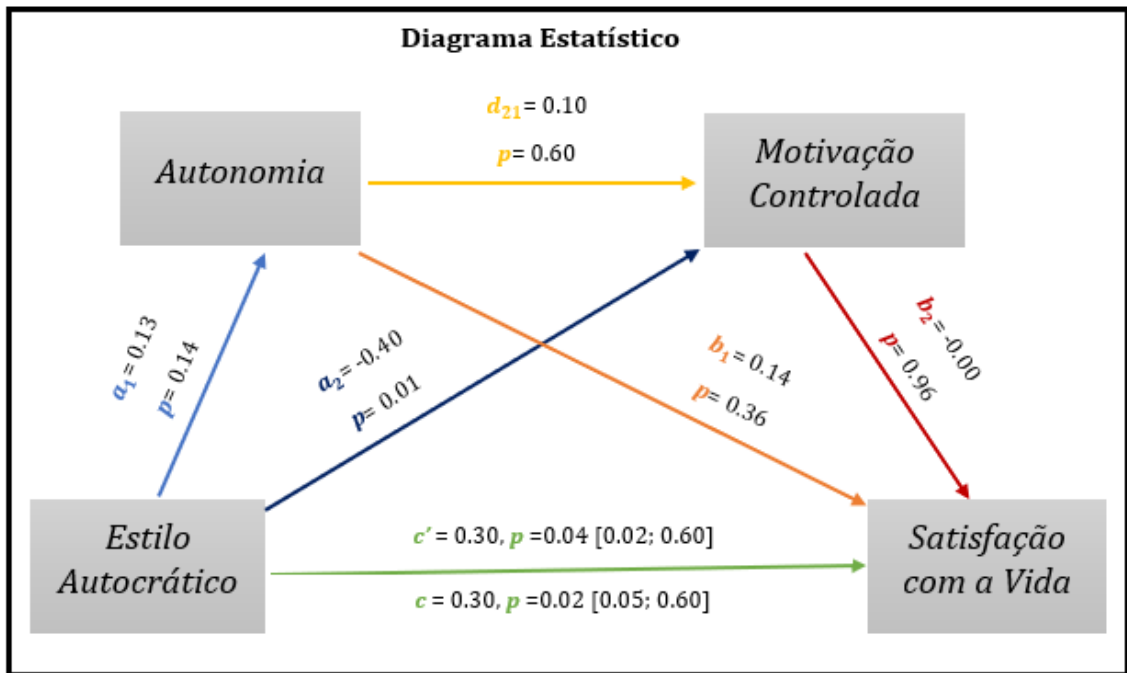


Figura 15 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Os resultados da análise, na **Figura 16**, mostram que os resultados apontam valores não significativos, quer no efeito direto ($c' = 0.20, p = 0.14, 95\% \text{ IC } [-0.07; 0.50]$), quer no efeito total ($c = 0.30, p = 0.22, 95\% \text{ IC } [0.04; 0.60]$).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = 0.11, SE = 0.05, 95\% \text{ IC } [0.02; 0.21]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.00, SE = 0.04, 95\% \text{ IC } [-0.08; 0.08]$ e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.00, SE = 0.00, 95\% \text{ IC } [-0.01; 0.01]$.

Todavia, o Estilo Autocrático não tem efeito na satisfação com a vida dos atletas do nosso estudo.

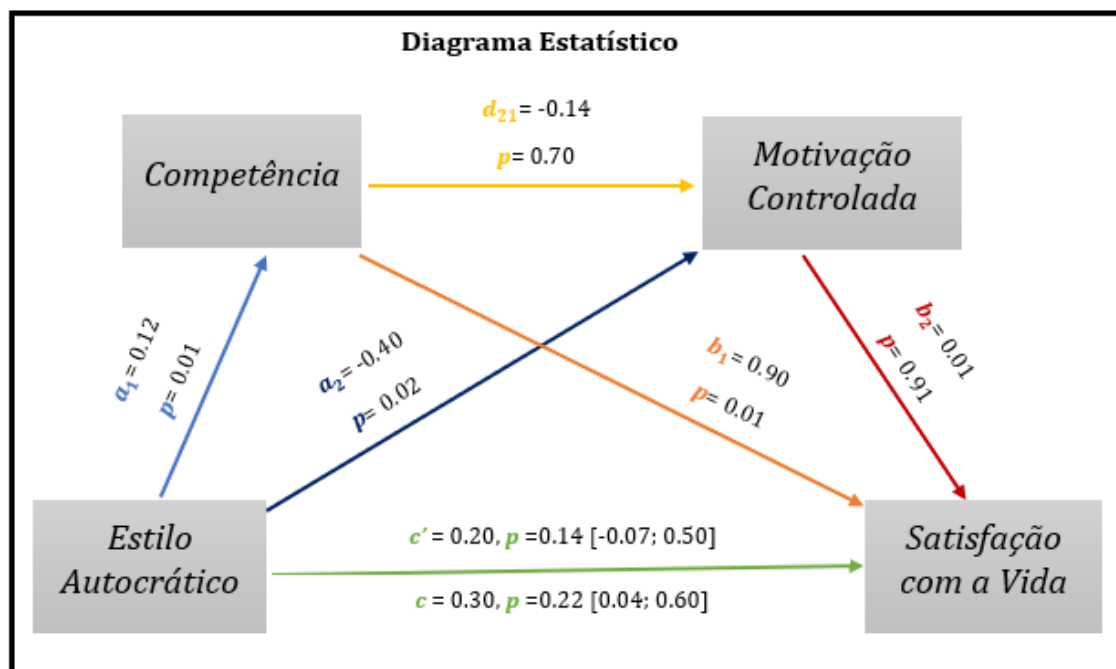


Figura 16 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), a Satisfação com a vida (Y), a Competência (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Como podemos ver na **Figura 17**, os resultados apresentam valores significativos no que diz respeito ao efeito direto e efeito total, $c' = 0.20$, $p = 0.02$, 95% IC [0.03; 0.32], $c = 0.23$, $p = 0.00$, 95% IC [0.10; 0.40], respetivamente. Embora não existam efeitos significativos na Relação para a Motivação Controlada (0.50) e na Motivação Controlada para os Afetos positivos (0.40).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$ - $\beta = 0.07$, SE= 0.03, 95% IC [0.02; 0.20];
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.02$, SE= 0.02, 95% IC [-0.07; 0.03] e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.00$, SE= 0.00, 95% IC [-0.01; 0.01].

Assim, verificamos que o Estilo Autocrático apresenta ter um efeito com os afetos positivos dos atletas com DID.

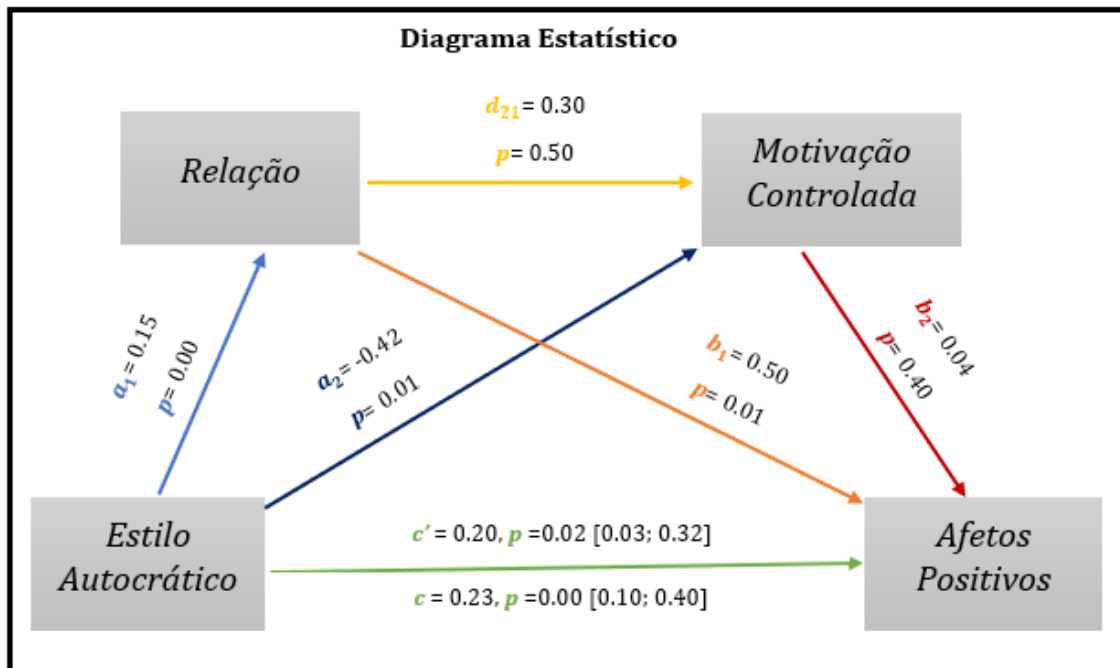


Figura 17 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos positivos (Y), a Relação (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Os resultados apresentados na **Figura 18**, identificam valores significativos no que diz respeito ao efeito direto e efeito total, $c' = 0.23, p = 0.00, 95\% \text{ IC } [0.09; 0.37]$, $c = 0.22, p = 0.00, 95\% \text{ IC } [0.08; 0.36]$, respetivamente. Embora não existam efeitos significativos no Estilo Autocrático para a Autonomia (0.14), na Autonomia para a Motivação Controlada (0.58) e na Motivação Controlada para os Afetos positivos (0.36).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = 0.03, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.01; 0.08]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.02, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.07; 0.03]$ e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.00, SE = 0.00, 95\% \text{ IC } [-0.00; 0.00]$.

Também verificamos que o Estilo Autocrático apresenta ter um efeito com os afetos positivos dos atletas com DID.

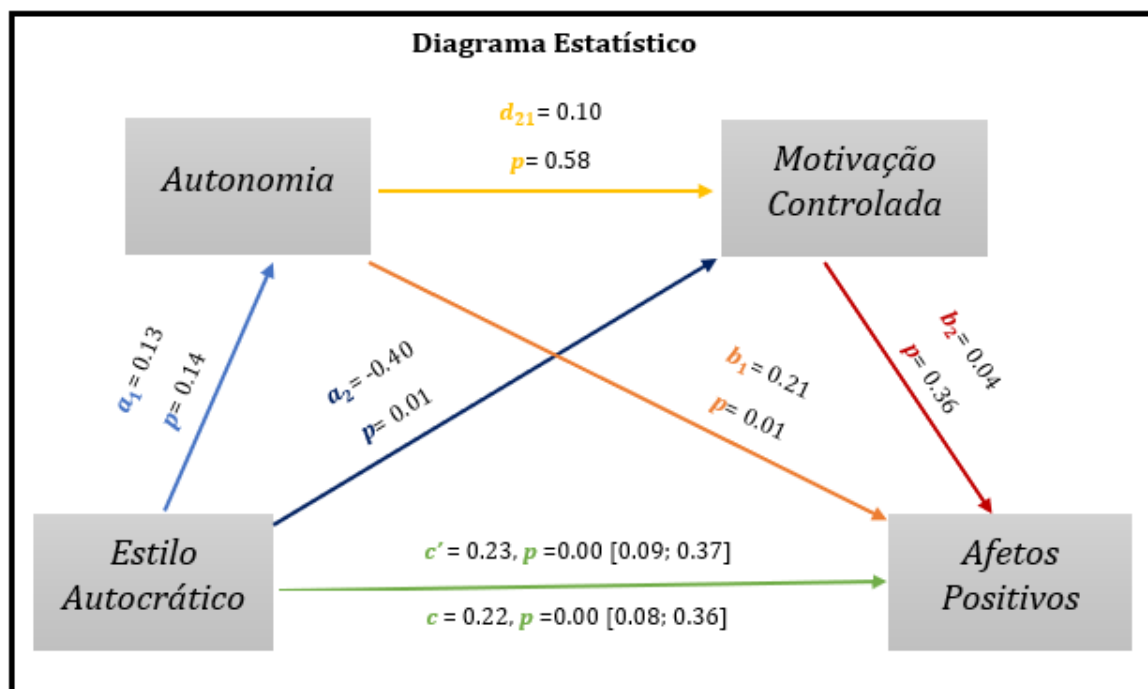


Figura 18 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos positivos (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Através da análise de mediação múltipla, na **Figura 19**, os resultados apontam valores significativos no que diz respeito ao efeito total ($c = -0.25, p = 0.00, 95\% \text{ IC } [0.11; 0.40]$), por outro lado o efeito direto não se apresenta significativo ($c' = 0.30, p = 0.00, 95\% \text{ IC } [0.14; 0.40]$).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = 0.05, SE = 0.03, 95\% \text{ IC } [0.01; 0.11]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.02, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.08; 0.14]$ e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.00, SE = 0.00, 95\% \text{ IC } [-0.01; 0.01]$.

De igual forma, verificamos que o Estilo Autocrático apresenta ter um efeito com os afetos positivos dos atletas com DID.

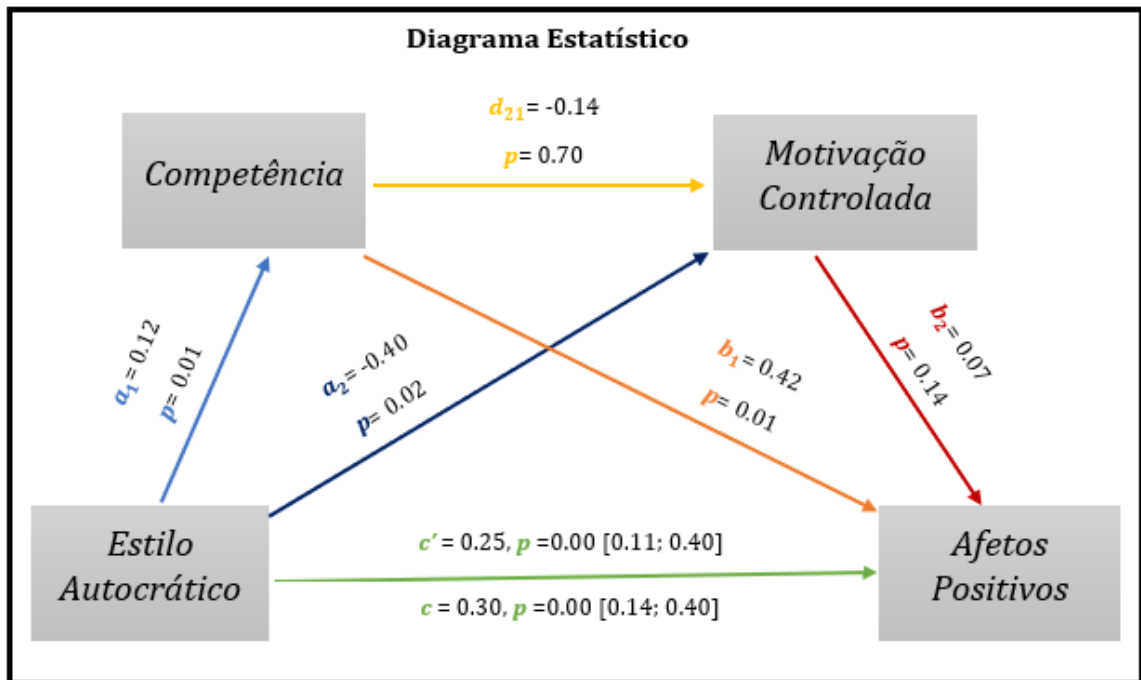


Figura 19 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos positivos (Y), a Competência (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Como podemos ver na **Figura 20**, os resultados apresentam valores significativos no que diz respeito ao efeito direto $c' = 0.30, p = 0.01, 95\% \text{ IC } [0.07; 0.50]$, por outro lado o efeito total não se apresenta significativo [$c = -0.15, p = 0.13, 95\% \text{ IC } [-0.04; 0.34]$].

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = -0.02, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.08; 0.02]$;
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.11, SE = 0.05, 95\% \text{ IC } [-0.23; -0.03]$ e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = 0.01, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.02; 0.04]$.

Neste sentido, o Estilo Autocrático apresenta ter um efeito direto com os afetos negativos dos atletas com DID.

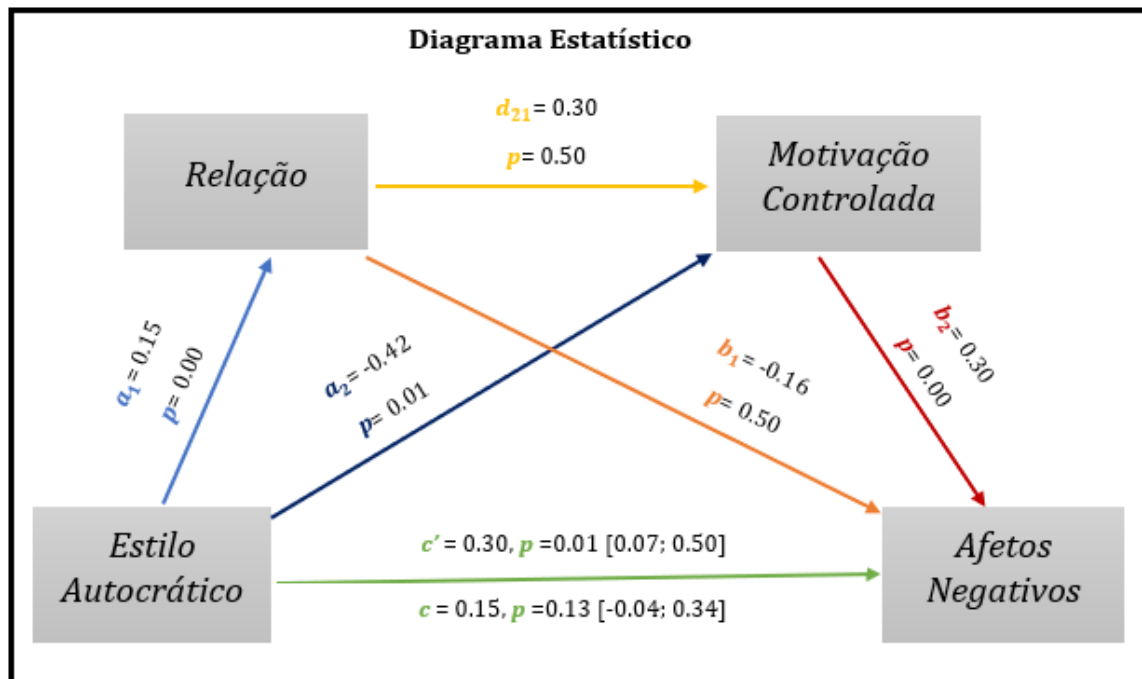


Figura 20 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos negativos (Y), a Relação (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Com base na **Figura 21**, observamos resultados que apresentam valores significativos no que diz respeito ao efeito direto $c' = 0.30, p = 0.01$, 95% IC [0.08; 0.45], por outro lado o efeito total não se apresenta significativo ($c = -0.15, p = 0.13$, 95% IC [-0.04; 0.40]).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.01$, SE= 0.02, 95% IC [-0.04; 0.03];
- ✓ 2º: $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = -0.10$, SE= 0.05, 95% IC [-0.21; -0.02] e;
- ✓ 3º: $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$ - $\beta = 0.00$, SE= 0.01, 95% IC [-0.01; 0.02].

Semelhantemente, verificamos que o Estilo Autocrático apresenta ter um efeito direto com os afetos negativos dos atletas com DID.

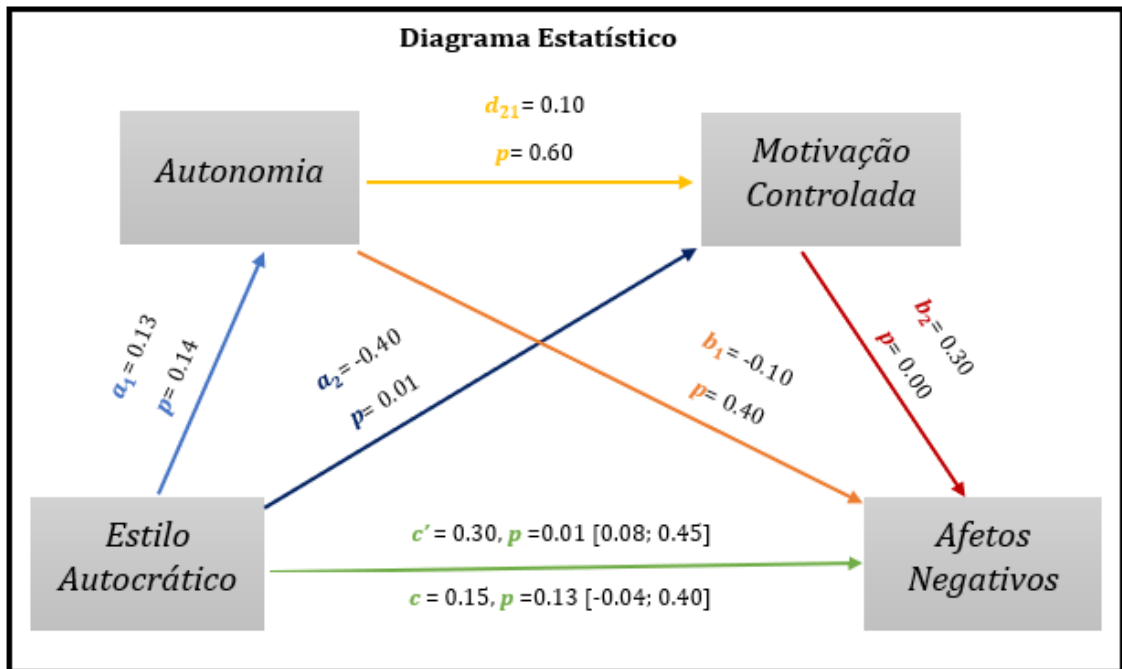


Figura 21 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos negativos (Y), a Autonomia (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Os resultados da **Figura 22**, observamos resultados apresentam valores significativos no que diz respeito ao efeito direto $c' = 0.31, p = 0.00, 95\% \text{ IC } [0.12; 0.50]$, por outro lado o efeito total não se apresenta significativo ($c = 0.20, p = 0.09, 95\% \text{ IC } [-0.02; 0.40]$).

Quanto aos efeitos indiretos, analisamos:

- ✓ 1º $a_1 b_1$ (ind1): $X \rightarrow M1 \rightarrow Y - \beta = -0.04, SE = 0.02, 95\% \text{ IC } [-0.10; 0.00]$;
- ✓ 2º $a_2 b_2$ (ind2): $X \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.10, SE = 0.05, 95\% \text{ IC } [-0.21; -0.02]$ e;
- ✓ 3º $a_1 d_{21} b_2$ (ind3): $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y - \beta = -0.00, SE = 0.01, 95\% \text{ IC } [-0.02; 0.02]$.

Também aqui observamos uma associação direta na relação do Estilo Autocrático aos afetos negativos.

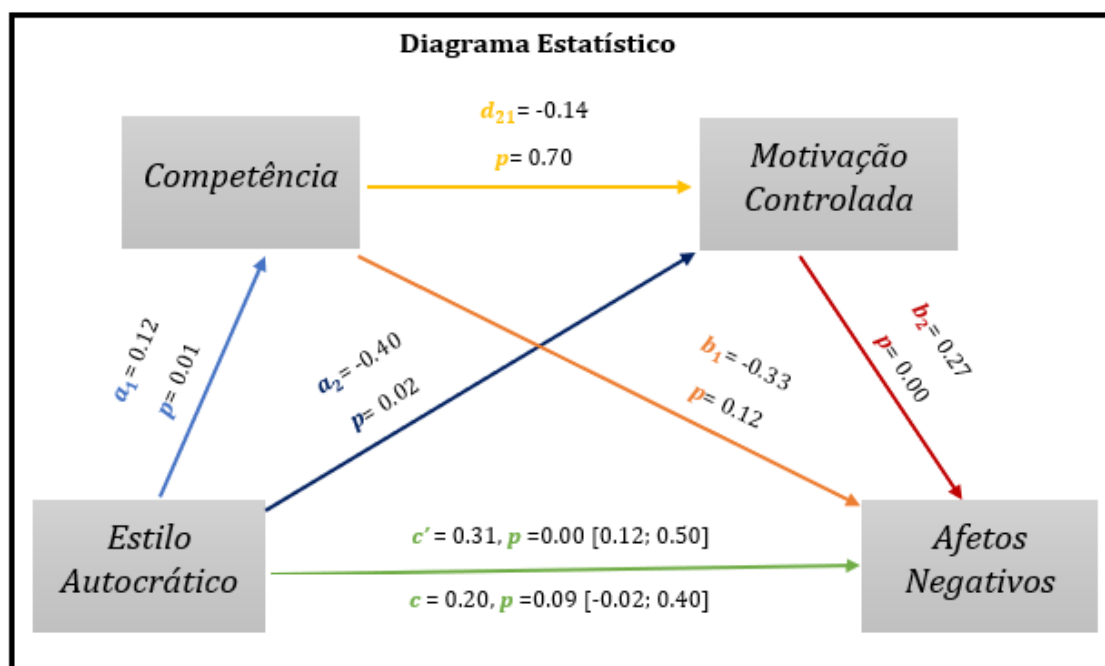


Figura 22 - Diagrama estatístico do modelo serial múltiplo para a relação entre o Estilo Autocrático (X), os Afetos negativos (Y), a Competência (M1) e a Motivação Controlada (M2)

Em suma, os resultados mostram que em grande parte de todos os modelos de mediação, em que a satisfação com a vida, os afetos positivos e os afetos negativos são os *outcome*, o Estilo Autocrático tem um efeito direto significativo no aumento das Necessidades Psicológicas Básicas e da Motivação Controlada. Contudo, o Estilo Democrático apresenta-se mais consistente neste tipo de análise, evidenciando com ele um maior número de casos com efeitos e ligações mais significativas.

Discussão

No contexto desportivo, um dos grandes desafios a ser enfrentado é a harmoniosa relação entre treinadores e atletas que, por vezes, a interação dos fatores pessoais e situacionais não é devidamente considerada, o que pode interferir na sua prática de AF, na TAD e bem-estar subjetivo dos atletas.

O estilo de liderança do treinador é muito importante para a obtenção de bons resultados para os seus atletas, mas pouco é conhecido acerca dos efeitos em atletas com DID, bem como as suas implicações na prática de AF destes atletas, podendo assim, ter efeitos no funcionamento e no desempenho do atleta.

A TAD e o bem-estar subjetivo têm efeitos favoráveis no desempenho dos atletas. O estudo de González-Cutre, Sicilia, Beas-Jiménez e Hagger (2014) mostra que existe influência positiva na Motivação Autónoma para a prática de AF, em adolescentes espanhóis. Por outro lado, na pesquisa de Rodrigues, Macedo, Teixeira, Cid, Travassos, Neiva e Monteiro (2021) existe uma demonstração de como a satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas são bons indicadores em praticantes de AF. Também

os achados de Monteiro, Borrego, Silva, Moutão, Marinho e Cid (2018), e de Alesi, Gómez-López, Borrego, Monteiro e Granero-Gallegos (2019) que verificam efeitos do clima motivacional na satisfação e motivação das Necessidades Psicológicas Básicas em atletas adolescentes.

Os objetivos do nosso estudo foram analisar se e de que forma as Necessidades Psicológicas Básicas (relação, autonomia e competência) e a Motivação Autónoma (incorporando num único índice os fatores regulação intrínseca e regulação identificada) e Motivação Controlada (incorporando num único índice os fatores de regulação introjetada e externa) medeiam a relação das variáveis do estilo de liderança Democrático e Autocrático, respetivamente, com o bem-estar subjetivo dos atletas com DID.

Relativamente às análises de mediação múltipla, os principais resultados do nosso estudo mostram que existem resultados significativos para os efeitos diretos do Estilo Democrático com a satisfação com a vida e os afetos positivos e negativos. Tais achados demonstram a importância de estratégias multicompetentes no contexto da estimulação deste tipo de liderança, por parte do treinador, para estimular a prática de AF em atletas de Desporto Adaptado com DID. Isto tem importantes implicações práticas para a equidade e igualdade de oportunidades da promoção de AF em atletas com este tipo de condição, evidenciando possíveis estratégias por parte dos treinadores e também do tipo de equipa multidisciplinar com quem os atletas trabalhem.

Os participantes do presente estudo, descrevem valores significativos ao associar as Necessidades Psicológicas Básicas com a Motivação Autónoma. Também no estudo Ferreira, Petrica e Batista (2018), os atletas de Desporto Adaptado apresentam valores elevados nestas variáveis. O que também se verifica no estudo de Batista, Santos, Honório, Rocha, Serrano e Petrica (2021) ao obterem comportamentos motivados de forma autónoma.

O estilo de liderança democrático é um estilo cooperativo, centrado no atleta e orientado para o sujeito (Garcia, 2013). Na análise de mediação múltipla, os nossos resultados indicam que o Estilo Democrático se associa ao aumento da satisfação com a vida e dos afetos positivos e negativos. Resultados semelhantes foram encontrados no estudo de Paquete, Dias, Corte-Real e Fonseca (2012) ao estudarem atletas de Boccia e Basquetebol em cadeira de rodas que percecionam níveis mais elevados dos seus treinadores no comportamento democrático. Entretanto, pesquisamos também acerca do estilo de liderança autocrático, o qual é um estilo de comando, centrado na vitória e orientado para a tarefa (Garcia, 2013). Aqui, os nossos resultados não indicam que o Estilo Autocrático se associe à satisfação com a vida destes atletas, contudo existe uma associação ao aumento de afetos positivos e negativos. Ainda que não devemos esquecer que atletas com DID terão, à partida, uma maior dificuldade em termos de autonomia, relação e competência, pois segundo Batista (2009) a sensação de bem-estar ou de satisfação com a vida está intimamente ligada à forma como o indivíduo é

capaz de lidar e absorver a ocorrência de episódios da sua vida, alguns destes inerentes à própria evolução da mesma.

Os nossos resultados vão ainda ao encontro do estudo de Sonoo, Hoshino e Vieira (2008) ao estudarem a liderança no desporto num estudo da perceção de atletas e técnicos no contexto competitivo, onde os atletas preferem treinadores com um estilo mais democrático do que autocrático. Por outro lado, o estudo de Thon, Passos, Costa, Prates, Júnior e Veira (2012), encontramos resultados idênticos, contudo, os atletas quando confrontados com as suas preferências, os atletas do género masculino preferem os treinadores autocráticos, ao invés de democráticos. Mais recentemente, no estudo de Batista, Mesquita, Pires, Nunes, Santos e Ibáñez (2019), ao analisarem os efeitos de formação e liderança do treinador de Desporto Adaptado na planificação do treinador, obtiveram resultados que comprovam que o treinador tem formação predominantemente académica, com estilo de liderança democrático, evidenciando em conjunto, um estilo de planificação flexível.

Identificar o papel do treinador na motivação, na satisfação com a vida e nos afetos positivos e negativos dos atletas, não só fornece uma nova visão para adequar estratégias no seu comportamento, como também pode sugerir pontos de intervenção e ajudar a adaptar estratégias para a prática de atletas com DID e, conseqüentemente um melhor tratamento individualizado.

Dada a prevalência do estilo de liderança do treinador de Desporto Adaptado, este pode traduzir-se num aumento da qualidade de vida dos seus atletas, tendo assim, um considerável impacto na TAD e no bem-estar subjetivo do mesmo.

Uma das forças deste estudo foi ter mostrado que a relação do Estilo Democrático com a satisfação com a vida e os afetos positivos é direta, e que, os mediadores – Necessidades Psicológicas Básicas e Motivação Autónoma assumem um papel determinante nessa ligação. Também existe uma relação neste estilo de liderança com os afetos negativos, porém, apesar dos afetos negativos não serem desejáveis na maioria das vezes, em algumas circunstâncias podem ser a resposta mais conveniente e funcional, como por exemplo o medo, que pode motivar a evitar o perigo, e a tristeza que pode fazer renovar e originar novos planos de ação após alguma perda (Diener, Oishi & Lucas, 2003; Diener, Lucas & Oishi, 2018). Outra força prende-se ao facto de incluir diferentes variáveis internas e externas aos atletas relacionadas com a prática de AF, considerando aspetos da TAD e bem-estar subjetivo. O uso desse conjunto de variáveis foi importante para indicar quais os fatores associados à AF foram positivamente afetados pela intervenção, bem como, permitiu a compreensão de como a intervenção do Estilo Democrático do treinador teve efeito no atleta com DID. Os modos pelos quais o Estilo Democrático se associa à satisfação com a vida e aos afetos positivos são dois: no primeiro, o Estilo Democrático determina um aumento da Satisfação com a vida que, por sua vez, determina as Necessidades Psicológicas Básicas e a Motivação Autónoma; no segundo, o Estilo Democrático determina um aumento dos afetos positivos, que tem um impacto no aumento da Motivação Autónoma. Nesta análise também é salientado o papel das Necessidades Psicológicas Básicas, pois todos os caminhos que ligam o Estilo Democrático à satisfação com a vida passam pela

mesma. Por outro lado, o Estilo Autocrático não se associa à satisfação com a vida nestes atletas com DID.

Quanto à relação do Estilo Autocrático, como verificámos anteriormente, não apresenta ter relação com a Satisfação com a vida. Todavia existe uma relação com os afetos positivos e negativos, onde averiguamos que esta relação é direta e significativa. Assim, não podemos afirmar que existe uma relação deste estilo perante o bem-estar subjetivo, porque apenas evidencia com os afetos positivos e negativos. As variações emocionais e ambientais resultam de processos complexos que podem ser permanentes ou temporários, onde o equilíbrio destas situações induzem o individuo a adaptar-se, promovendo o bem-estar (Batista, 2011).

Em relação ao estilo mais adequado para o alcance do sucesso, os autores sugerem que as duas dimensões deveriam ser adotadas em simultâneo, uma vez que não encontraram provas substanciais sobre qual dos tipos de liderança levava a um maior sucesso (Jesuino, 1996). Em função das características da situação e dos liderados, o mesmo sujeito pode utilizar distintos estilos de liderança (Mendo & Ortiz, 2003). Por outro lado, reportando aos estilos de liderança sugeridos por Morais (2008), o treinador “ideal” teria, na verdade, um misto de liderança orientadora (com estratégias planeadas cuidadosamente e capacidade de comunicação), humanista (preocupado com aspetos motivacionais e um bom gestor de recursos humanos) e democrática (que sabe ouvir e aceitar sugestões e que gosta de trabalhar em equipa). No estudo realizado por Feu, Ibáñez e Gozalo (2007) pretendia-se construir e validar as escalas, com as propriedades psicométricas adequadas, uma para identificar os estilos de planificação e a outra para estudar os estilos de decisão, onde se concluí que os treinadores participantes no estudo tiveram um valor mais elevados nas variáveis Autoritário e Democrático. Segundo um estudo de Azedo (2008), nesta compartimentação de estilos, o formador apenas se manifestava por um dos estilos, pois nem o estilo autocrático nem o democrático eram suficientemente flexíveis para permitir que o formador em determinadas circunstâncias fosse democrático e declarando-se autocrático, e vice-versa. O mesmo autor refere que relativamente ao envolvimento dos formandos nas tarefas, o comportamento do formador influencia a forma como os formandos se empenham, ou seja, a sua vontade de cooperarem e realizarem as tarefas propostas. No estudo de Feu, Ibáñez e Gozalo (2010), a formação, tanto formal como informal, condiciona a orientação que os treinadores adotam no desenrolar das suas funções. Ainda por outro lado, para conhecer de maneira fiável o treinador, foram criados perfis de treinador. Estes perfis catalogam o treinador de acordo com diferentes áreas, nomeadamente, o treinador tradicional, treinador tecnológico, treinador inovador/criativo, treinador comunicador de diálogo, treinador colaborador e treinador crítico (Ibáñez, 1996), embora estes perfis não devam ser considerados puros ou rígidos (Gamonal, Gómez-Carmona, Córdoba-Caro & Ibáñez, 2019).

Feu, Ibáñez, Lorenzo, Jiménez e Cañadas (2012) têm revelado através dos seus estudos que o treinador tem um papel cada vez mais importante na formação dos seus

atletas, sendo por isso responsável por um vasto leque de funções, com vista à constante e progressiva evolução do rendimento dos mesmos.

Esta investigação pode ser útil para profissionais das áreas de Ciências do Desporto, da Psicologia e de Saúde, os quais devem reforçar a importância de preservar ou melhorar a motivação e o bem-estar subjetivo dos seus atletas na prática das suas modalidades, podendo ser uma boa ferramenta para os treinadores e para a potencialização dos atletas com DID, não só na sua prática como também no seu dia-a-dia. Também pelas evidências sobre a associação entre os efeitos exercidos pelo treinador sobre a motivação autodeterminada e o bem-estar subjetivo do atleta de Desporto Adaptado.

Limitações e Recomendações

Este estudo apresenta algumas limitações. Primeiro, não podemos fazer inferências de causalidade devido ao desenho transversal do estudo. Também o uso de questionários é limitado, sendo que estamos a estudar atletas com DID, ou seja, demonstram alguma dependência relativamente a cuidadores externos, embora tenha existido, em caso de necessidade, um auxiliar durante o preenchimento dos questionários. Outra limitação foi a impossibilidade de conseguir uma amostra mais homogénea em termos de idades. Por outro lado, podemos considerar que a extensão dos instrumentos de estudo e o tempo para o seu preenchimento foi extensa. E por último, a escassez de informação acerca do tema Desporto Adaptado assim como a falta de estudos aplicados à população com DID.

O número limitado de estudos incluídos neste trabalho reflete a escassa investigação realizada em indivíduos com DID, o que determina possíveis orientações para estudos futuros. Deste modo sugerimos que se deva estudar esta temática com uma amostra representativa, assim como seria pertinente realizar investigações longitudinais ou experimentais. Para além de se estudar as implicações deste perfil de liderança do treinador no atleta, também possa ser importante na determinação aprofundada da temática em atletas com DID. Inclusive, seria pertinente verificar os efeitos do estilo de liderança do treinador na motivação autodeterminada e Bem-estar subjetivo do atleta com DID confrontando as diferentes modalidades, como também se deva considerar amostras representativas, assim também seria pertinente realizar investigação longitudinal ou experimental para uma compreensão mais aprofundada da temática.

Conclusões

A relação do Estilo Democrático com a satisfação com a vida, os afetos positivos e os afetos negativos alcançam um efeito direto, e as variáveis mediadoras, Necessidades Psicológicas Básicas e Motivação Autónoma, assumem um papel determinante nessa ligação, ao passo que o Estilo Autocrático não produz um efeito direto com a satisfação com a vida, evidenciando apenas relação com os afetos positivos e negativos. Tais

achados demonstram a importância na criação de estratégias multicompetentes no contexto da estimulação do tipo de liderança Democrático, por parte do treinador, para estimular a prática de AF em atletas de Desporto Adaptado com DID, o que conseqüentemente, terá importantes implicações práticas para a equidade e igualdade de oportunidades da promoção de AF em atletas com este tipo de condição, evidenciando possíveis estratégias por parte dos treinadores e também do tipo da equipa multidisciplinar com quem os atletas trabalhem.

Concluindo, os nossos resultados aferem a existência de um efeito de mediação entre as das Necessidades Psicológicas Básicas e a Motivação Autónoma, exercidas entre o perfil de liderança Democrático do treinador e o bem-estar subjetivo do atleta. Os nossos resultados reforçam ainda a importância de promover uma relação no estilo de liderança por parte do treinador nos seus atletas, ativando assim, um bem-estar subjetivo mais elevado por parte dos atletas.

CAPÍTULO 5

CONCLUSÕES GERAIS

5. Conclusões Gerais

A importância da prática de AF na população em geral, em especial na população com deficiência, é consensual na literatura, sendo um comportamento essencial para promover a saúde, nomeadamente as temáticas abordadas nesta investigação - a TAD e o bem-estar subjetivo. No entanto, apesar dos conhecidos benefícios, a percepção que os atletas poderão ter do seu treinador e os efeitos adjacente do treinador poderão influenciar no tipo de motivação.

As principais constatações deste trabalho enfatizam a importância de promover a AF em pessoas com DID, especialmente de ampliar a motivação autodeterminada e o bem-estar subjetivo de atletas com esta condição, de forma a melhorar a sua qualidade de vida e a sua prática de AF. Os nossos dados sugerem ainda que na prática de AF não devemos esquecer a relação treinador-atleta, mas sim potenciá-la para que as suas consequências positivas sejam produtivas para o atleta, nomeadamente no seu Bem-estar subjetivo, podendo ser eficaz na promoção de melhorias nos indicadores mencionados.

Assim, as principais conclusões desta investigação foram:

- ✓ O género não mostrou estar associado a diferenças na motivação autodeterminada e no bem-estar subjetivo **(Estudo 1)**;
- ✓ As diferenças, em função do género, apenas foram encontradas na satisfação com a vida e nos afetos negativos dos atletas **(Estudo 1)**;
- ✓ Quanto às correlações **(Estudo 2)**:
 - Existe uma associação entre o estilo de liderança autocrático e a motivação autónoma;
 - Existe uma associação entre o estilo de liderança democrático e a Satisfação com a vida de atletas com DID;
 - O estilo de liderança democrático mostrou associações negativas com a competência destes atletas;
 - Existe uma evidência estatística significativa (ainda que leve e moderada) acerca da relação entre as variáveis analisadas e o estilo autocrático;
- ✓ Os estilos democráticos e autocráticos influenciam na satisfação com a vida dos atletas **(Estudo 2)**;
- ✓ O estilo de liderança autocrático apresenta um poder preditivo nas dimensões da competência e relação das Necessidades Psicológicas Básicas, na motivação autónoma e motivação controlada e, nos afetos positivos **(Estudo 2)**;
- ✓ Os nossos resultados aferem a existência de um efeito direto de mediação entre as das Necessidades Psicológicas Básicas e a Motivação Autónoma, exercidas entre o perfil de liderança Democrático do treinador e o bem-estar subjetivo do atleta **(Estudo 3)**;

- ✓ O Estilo Autocrático não evidenciou um efeito na satisfação com a vida, evidenciando apenas relação com os afetos positivos e negativos **(Estudo 3)**.

Desta forma, e confrontando os resultados do nosso estudo, estes indicam-nos que o perfil de liderança do treinador exerce influência na motivação autodeterminada e no bem-estar subjetivo dos atletas com DID participantes na nossa investigação.

CAPÍTULO 6

SUGESTÕES PARA ESTUDOS FUTUROS

6. Sugestões para Estudos Futuros

Através da experiência adquirida ao longo desta investigação, sugerimos algumas propostas que consideramos interessantes para futuras investigações:

- i. Replicar estes estudos, mas com amostras representativas;
- ii. Seria também pertinente abranger atletas com outras tipologias de deficiências;
- iii. Estudar estas relações através da realização de investigações longitudinais ou experimentais, para uma compreensão mais aprofundada da temática;
- iv. Recorrer à investigação de natureza qualitativa como complemento da quantitativa, de modo a identificar aspetos pessoais ou particulares;
- v. Estudar esta temática confrontando as diferentes modalidades, visto que a investigação nesta temática é escassa;
- vi. Além de se mensurar a perceção do atleta, também pode ser pertinente, identificar a auto perceção do treinador sobre si, e ainda, as preferências do atleta sobre o treinador;
- vii. Avaliar os climas motivacionais promovidos pelos treinadores e que efeito exerce nas variáveis da autodeterminação e de consequência estudadas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

7. Referências Bibliográficas

- Albuquerque, B., Sousa, M., & Martins, R. (2010). Validação das escalas de satisfação com a vida e afetos para idosos rurais. *Psicologia*, 41(1), 85-92.
- Alferes, V. (2012). *Methods of randomization in experimental design*. Thousand Oaks: Sage.
- Almeida, L. & Freire, T. (2007). *Metodologia da investigação em psicologia e educação* (4ª ed.). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Álvarez, M., Castillo, I., Duda, J., & Balaguer, I. (2009). Clima motivacional, metas de logro e motivacion autodeterminada en futbolistas cadetes. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 62(1-2), 35-44.
- Andrews, F., & Withey, S. (1976). *Social indicators of well-being: Americans' perceptions of life quality*. New York: Plenum Press.
- Antaramian, S., Huebner, E., & Valois, R. (2008). Adolescent life satisfaction. *Applied Psychology: An International Review*, 57(1), 112-126.
- Appel-Silva, M., Wendt, G., & Argimon, I. (2010). A teoria da autodeterminação e as influências socioculturais sobre a identidade. *Psicologia em Revista*, 16(2), 351-369.
- Barrow, J. (1977). The variables of leadership: A review and conceptual framework. *Academic Management Review*, 2, 231-251.
- Bass, B. (2008). *The Bass handbook of leadership: Theory, research and managerial applications*. New York: Simon & Schuster.
- Batista, M. (2009). *Bem estar psicológico – relação entre a prática de judo e auto conceito*. (Diploma de estudos avançados). Facultad de Educación del Universidad de Extremadura, Badajoz.
- Batista, M. (2011). *La práctica de Judo en relación con el autoconcepto, la autoestima y el rendimiento escolar de los estudiantes de primer ciclo de primaria*. (Doctoral dissertation). Facultad de Educación del Universidade de Extremadura, Badajoz.
- Batista, M., Lercas, A., Santos, J., Honório, S., Serrano, J. & Petrica, J. (2019). Practice motivation and life satisfaction of athletes of team sports: Comparative study between adapted and regular sport. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 20-29.
- Batista, M., Román, M., Muñoz, S., Carrón, M. & Castuera, R. (2017). Diferenças em função do género das formas de motivação autodeterminada de atletas veteranos. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 19(1), 35-51.
- Batista, M., Santos, J., Honório, S., Rocha, J., Serrano, J. & Petrica, J. (2021). Lifestyle and satisfaction with life of veteran athletes: a prospective test based on the theory of self-determination. *Revista Retos*, 39, 998-1000.
- Baumeister, R., Campbell, J., Krueger, J. & Vohs, K. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychol Sci Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Bear, F., Connors, W., & Paradiso, A. (2002). *Neurociências: Desvendando o Sistema Nervoso*. Porto Alegre: Artmed.
- Belo, C., Caridade, H., Cabral, L. & Sousa, L. (2008). Deficiência Intelectual: Terminologia e Conceptualização – Eixos de Esperança. *Revista Diversidades*, 22.

Biçer, S., Asghari, A., Kharazi, P., & Asl, N. (2012). The effect of exercise on depression and anxiety of students. *Annals of Biological Research*, 3(1), 270-274.

Blanchard C., Amiot C., Perreault, S., Vallerand R. & Provencher P. (2009). *Cohesiveness, coach's interpersonal style and psychological needs: Their effects on self-determination and athletes' subjective well-being*.

Blinde, E. & McClung, L. (1997). Enhancing the physical and social self through recreational activity: Accounts of individuals with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 14(4), 327-344.

Brown, I., & Radford, J. (2009). Historical Overview of Intellectual and Developmental Disabilities, In I. Brown e Percy, M. (edts). *A Comprehensive guide to Intellectual and Developmental Disabilities* (17-33), Paul Brookes Publishing.

Brunel, P. Chantal, Y., Guay, F. & Vallerand, R. (2000). *D'ou provient la motivation situationnelle? Analyse de l'effect top down en situation naturelle*. Comunicação apresentada no Congresso Internacional da SFPS/INSEP 2000, Paris.

Campbell, J. & Lavalle, L. (1993). Who am I? The role of self-concept confusion in understanding the behavior of people with low self-esteem. In Baumeister, R. (Ed.). *Self-Esteem: The puzzle of low self-regard*. (13-20). New York: Plenum Press.

Canha, L., Simões, C., Matos, M. G., & Owens, L. (2015). Autodeterminação e Qualidade de Vida: Qual o papel das características individuais?. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 6(2), 105-129.

Caspersen, C., Pereira, M., & Curran, K. (2000). *Changes in physical activity patterns in the United States, by sex and cross-sectional age*. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 1601-09.

Castro, J. (1998). Análise de alguns aspetos da prática desportiva por pessoas deficientes. *Revista da Sociedade Brasileira de Atividades Motoras Adaptadas*, 3(3), 31-34.

Cenkseven-Onder, F. (2012). Parenting styles and life satisfaction of Turkish adolescents. *Educational Research and Reviews*, 7(26), 577-584.

Cerqueira, S. (2009). O bem-estar subjetivo e a atividade física em alunos com necessidades educativas especiais. (Dissertação de Licenciatura). Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto.

Chelladurai, P. (1984). Discrepancy between preferences and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletes in varying sports. *Journal of Sport Psychology*, 6, 27-41.

Chelladurai, P., & Saleh, S. (1978). Preferred leadership in sports. *Canadian Journal of Applied Sport Science*, 3, 85-92.

Chirkov, V., Ryan, R., & Willness, C. (2005). Cultural context and psychological needs in Canada and Brazil: Testing a self-determination approach to the internalization of cultural practices, identity, and well-being. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, 423-443.

Cid, L. (2010). *Aplicação de Modelos Teóricos Motivacionais ao Contexto do Exercício Explorar a Integração das Teorias dos Objetivos de Realização e do Comportamento Autodeterminado e a sua Relação com a Adesão ao Exercício Físico em Ginásios*. (Tese de Doutoramento), Universidade de Trás-os-montes e Alto Douro, Vila Real.

Comité Paralímpico de Portugal (2011). Regulamento geral: normas de aplicação dos estatutos. Acedido a 20 de abril de 2020 em: https://www.paralimpicos.eu/Documentos/Estatutos%20e%20Regulamento/Revis%C3%A3o%20Regulamento_Geral_Nov%202011_VFINAL.pdf.

Conselho da Europa (1988). *Carta Europeia do Desporto para todos: as pessoas deficientes*. In Desporto e Sociedade – Antologia de textos, nº 105. Ministério da Educação. Direção Geral dos Desportos, Lisboa.

Cox, A., & Williams, L. (2008). The Roles of Perceived Teacher Support, Motivational Climate, and Psychological Need Satisfaction in Students' Physical Education Motivation. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 30*, 222-239.

Craike, M. (2008). Application of Self-Determination Theory to a Study of the Determinants of Regular Participation in Leisure-Time Physical Activity. *World Leisure Journal, 50*(1), 58–69.

Deci, E., & Gagné, M. (2005). Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior, 26*, 331–362.

Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self determination theory in human behavior*. New York: Plenum Press.

Deci, E., & Ryan, R. (2000). The “What” and “why” of goal pursuits: human needs and the self determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*, 227-268.

Deci, E. & Ryan, R. (2006). Intrinsic Versus Extrinsic Goal Contents in Self-Determination Theory: Another Look at the Quality of Academic Motivation. *Educational Psychologist, 41*(1), 19-31.

Deci, E., & Ryan, R. (2008). Facilitating optimal motivation and psychological wellbeing across life’s domains. *Canadian Psychology, 49*(1), 14-23.

Deci, E., Vallerand, R., Pelletier, L., & Ryan, R. (1991). Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist, 26*(3-4), 325-346.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575.

Diener, E. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal Pers Soc Psychol, 68*, 653-63.

Diener, E. (2013). The Remarkable Changes in the Science of Subjective Well-Being. *Perspectives on Psychological Science, 8*(6), 663 –666.

Diener, E., & Chan, M. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 3*, 1–43.

Diener, E., Emmons, R., Larsen, J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75.

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology, 54*, 403-425.

Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*(2), 276-302.

Dignani, D. (2007). *Percepção dos atletas de voleibol de alto nível sobre o perfil de liderança do treinador e sua relação com a atuação nos jogos*. (Dissertação de mestrado). Universidade São Judas Tadeu, São Paulo.

Domingues, S. (2012). *Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental no 1º Ciclo – Estudo Caso*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Castelo Branco.

Duarte, S. (2015). *O papel da satisfação e frustração das necessidades psicológicas básicas no bem-estar e no mal-estar em estudantes do Ensino Secundário*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Coimbra.

Eco, U. (2003). *Como se faz uma tese em ciências humanas*. Lisboa: Presença

Espaço Lusófono (2016). *Guia das acessibilidades dos espaços desportivos – Distrito de Bragança*. INR, I.P. Acedido a 21 de abril de 2020 em: https://issuu.com/espaculusofono/docs/guia_vila_real.

Faria, M. (2015). *A Transição para a Vida Pós-Escolar dos Alunos com Dificuldades Inlectuais e Desenvolvimentais (DID) Numa Escolaridade de 12 Anos*. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Porto.

Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência (2012). *Regulamento geral de 2012*. Acedido a 20 de abril de 2020: <http://www.fpdd.org/Cache/binImagens/XPQJBcAXX1706giEJo90j18ZKU.pdf>.

Ferreira, D. (2017). *Motivação Autodeterminada, Satisfação com a vida e Integração Social de Atletas de Desporto Adaptado na Modalidade de Atletismo*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Castelo Branco.

Ferreira, E. (2010). *A percepção de competência, autonomia e pertencimento como indicadores da qualidade motivacional do aluno*. Faculdade de Filosofia e Ciências, Universidade Estadual Paulista, Marília.

Fortin, M. (2003). *O Processo de Investigação: da concepção à realização*. Loures: Lusociência.

Freire, M. (2010). *A inclusão através do desporto adaptado: o caso português do Basquetebol em cadeira de rodas*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Coimbra.

Gadermann, A., Schonert-Reichl, K. & Zumbo, B. (2010). Investigating validity evidence of the satisfaction with life scale adapted for children. *Social Indicators Research*, 96(2), 229-247.

Galinha, I. & Pais-Ribeiro, J. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo psicométrico. *Análise Psicológica*, 2(23), 219-227.

Garcia, D. (2013). *Estilos de Liderança na Equipa Profissional do Estoril-Praia*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Motricidade Humana, Lisboa.

Giacobbi, J., Stancil, M., Hardin, B. & Bryant, L. (2008). Physical activity and quality of life experienced by highly active individuals with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 25(3), 189-207.

Gomes, A. (2005). *Liderança e Relação treinador-atleta em contextos desportivos*. (Tese de Doutoramento). Universidade do Minho, Braga.

Gomes, C. (2015). *A Influência do Meio Ecológico na Experiência da Solidão e no Bem-estar subjetivo, numa Amostra de Adultos Mais Velhos*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Psicologia, Lisboa.

Guay, F., Boggiano, A. & Vallerand, R. (2001). Autonomy support, intrinsic motivation and perceived competence: Conceptual and empirical linkages. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(6), 643-650.

Guedea, M., Albuquerque, F., Trócoli, B., Noriega, J., Seabra, M., & Guedea, R. (2006). Relação de bem-estar subjetivo, estratégias de enfrentamento e apoio social em idosos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(2), 301-308.

Guimarães, R. & Boruchovitch, E. (2004). O estilo motivacional do professor e a motivação intrínseca dos estudantes: uma perspetiva da Teoria da Autodeterminação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17, 143-150.

Hagger, M. & Chatzisarantis, N. (2008). Self-determination theory and the psychology of exercise. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 79-103.

- Hassmén, P., Koivula, N., & Uutela, A. (2000). Physical exercise and psychological well-being: A population study in Finland. *Preventive Medicine, 30*, 17-25.
- Heil, E. (2008). A percepção de atletas com deficiência visual sobre o desporto adaptado. Universidade do Vale do Itajaí, Itajaí.
- Horn, T. (1992). Leadership effectiveness in the sport domain. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology*. Champaign IL: Human Kinetics.
- Hoyle, R., & Robinson, J. (2004). Mediated and moderated effects in social psychological research: Measurement, design, and analysis issues. In C. Sansone, C. C. Morf, & A. T. Panter (Eds.), *The Sage handbook of methods in social psychology* (pp. 213–233). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Huebner, E. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research, 66*(1-2), 3-33.
- Jesuíno, J. (1996). *Processos de Liderança*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Knijnik, D., Greguol, M., & Santos, S. (2000). Motivação no esporte infanto-juvenil: uma discussão sobre razões de busca e abandono da prática esportiva entre crianças e adolescentes. *Journal Health Sci. Inst, 19*(1), 7-13.
- Lakatos, M. & Marconi, M. (2003). *Fundamentos de metodologia científica*. (5ª. ed.) São Paulo: Atlas.
- Lawless, N., & Lucas, R. (2011). Predictors of regional well-being: A county level analysis. *Social Indicators Research, 101*, 341–357.
- Lawlor, D., & Hopker, S. (2001). The effectiveness of exercise as an intervention in the management of depression: Systematic review and meta-regression analysis of randomised controlled trials. *British Medical Journal, 322*, 1–8.
- Leandro, C. (2011). *Bem-estar subjetivo, auto-estima e autopercepções no domínio físico em idosos: estudo comparativo entre idosos praticantes e não praticantes de actividade física regular*. Coimbra.
- Lercas, A. (2017). *Motivação Autodeterminada e Satisfação com a vida de Atletas Desportos Coletivos – Estudo Comparativo entre Desporto Adaptado e Desporto Regular*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Castelo Branco.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 323-355*.
- Lopes, M. (2012). *Hábitos de vida dos adolescentes: Género, ano de escolaridade e prática de actividade física*. (Dissertação de Mestrado), Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa.
- Louro, C. (2001). *Acção Social na Deficiência*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Lucas, R., Diener, E. & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 616-628.
- Luckasson, R., Borthwick-Duffy, S., Buntinx, W., Coulter, D., Craig, E., Reeve, A., Schalock, R., Snell, M., Spitalnik, D., Spreat, S. & Tassé, M. (2002). *Mental Retardation: Definition, Classification, and Systems of Supports*. 10ª Edição. Washington, DC: American Association on Mental Retardation.
- Lyubomirsky, S. (2008). *La ciencia de la felicidad*. Barcelona: Ediciones Urano.

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803–855.

Marinho, S. (2000). *Psicopatologia e Deficiência - Fragmentos no Cristal*. Edições Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental Distrital de Braga, Braga.

Markland, D., & Tobin, V. (2010). Need support and behavioural regulations for exercise among exercise referral scheme clients: The mediating role of psychological need satisfaction. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 91-99.

Markland, D., Ryan, R., Tobin, V., & Rollnick, S. (2005). Motivational interviewing and self determination theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(6), 811-831.

Marques, U. (1997). A exclusão social e a atividade física. In Marques, A., Prista, A., & Junior, A. (Eds). *Educação Física: contexto e inovação – Actas do V Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*, (1), 161-176.

Martin, J. (2006). Psychosocial aspects of youth disability sport. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 23(1), 65-77.

McDonough, M. & Crocker, P. (2007). Testing self-determined motivation as a mediator of the relationship between psychological needs and affective and behavioral outcomes. *Journal Sport Psychology*, 29(5).

Melo, A. & López, R. (2002). O Esporte Adaptado. *Revista Digital, Buenos Aires*, 8(51).

Mendo, A. & Ortiz, J. (2003). *El liderazgo en los grupos deportivos*. In Mendo, A. (Ed) *Psicología del Deporte* (vol. 1). Buenos Aires: Tulio Guterman Editora.

Monteiro, D., Marinho, A., Moutão, J., Couto, N., Antunes, R., & Cid, L. (2016). Adaptation and validation of the Portuguese version of Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNEsP) to the sport domain and invariance across Football and swimming. *Motricidade*, 12(4).

Monteiro, D., Moutão, J., Baptista, P., & Cid, L. (2014). Clima motivacional, regulação da motivação e perceção de esforço dos atletas no futebol. *Motricidade*, 10(4).

Monteiro, D., Moutão, J., & Cid, L. (2018). Validation of the Behavioral Regulation Sport Questionnaire in Portuguese athletes. *Revista de psicologia del Deporte/Journal of Sport Psychology*, 27 (1), 145-150.

Monteiro, J. (2012). *O contributo do desporto adaptado para a integração social da pessoa com deficiência motora*. (Dissertação de Mestrado). Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra.

Morato, P., & Santos, S. (2007). Dificuldades Intelectuais e Desenvolvimentais: a Mudança de Paradigma na Conceção da Deficiência Mental. *Revista de Educação Especial*. 14, 51-55.

Morato, P., & Santos, S. (2012). Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental. A mudança de Paradigma na conceção de Deficiência Mental. In Sanches, I.; Costa, M.; Mota, A. e Santos, A. (org). *Para uma Educação Inclusiva: dos conceitos às práticas*. (11- 17) CEIFF. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnológica.

Moreno-Murcia, J., Marzo, J., Martínez-Galindo, C., & Marín, L. (2011). Validación de la Escala de “Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas” y del Cuestionario de la “Regulación Conductual en el Deporte” al contexto español al contexto español. *International Journal of Sport Science*. 7 (26), 355-369.

Murcia, J., Román, M., Galindo, C., Alonso, N., & Cutre, D. (2008). Peer's influence on exercise enjoyment: A self-determination theory approach. *Journal of Sports Science and Medicine*, 7, 23- 31.

Neto, F. (1993). Satisfaction with life among portuguese adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*.

- Nihira, K. (2012). AAMR Adaptive Behavior Scale: Its History. In S. Santos & P. Morato (Edts). *Comportamento Adaptativo...dez anos depois*. Lisboa: Edições Faculdade da Motricidade Humana.
- Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 225-242.
- Ntoumanis, N., Barkoukis, V., & Thogersen-Ntoumani, C. (2009). Developmental trajectories of motivation in physical education: course, demographic differences, and antecedents. *Journal of Educational Psychology*. 101(3,) 717-728.
- Ntoumanis, N., & Standage, M. (2009). Morality in Sport: A Self-Determination Theory Perspective. *Journal of Applied Social Psychology*, 21(4), 365-380.
- Nunes, A. (2014). *O Jovem com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental na Sociedade*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação João de Deus, Viseu.
- Palmer, S. (2010). Self-determination: a life-span perspective. *Focus on Exceptional Children*, 42(6).
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: Evidence for the cross-method convergence of wellbeing measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149-161.
- Pereira, C. (2012). *A prática desportiva e o bem-estar subjetivo em adolescentes*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa.
- Pereira, M. (2014). *Apoios centrados nas pessoas*. Associação de Solidariedade Social de Lafões, Oliveira de Frades.
- Pestana, M., & Gageiro, J. (2008). *Análise de Dados para Ciências Sociais. A complementaridade do SPSS, 5ª edição revista e corrigida*. Lisboa, Edições Sílabo, pp. 527-528.
- Petrica, J. (2003). A formação de professores de Educação Física: Análise da dimensão visível e invisível do ensino em função de modelos distintos de preparação para a prática. (Tese de Doutoramento, não publicada). Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real
- Pinheiro, J. (2018). *Sentir, Pensar e Agir: Núcleo de Apoio à Inclusão Social e Laboral de Jovens Portadores de Condição de Deficiência no Concelho da Covilhã*. (Tese de Doutoramento). Universidade de Ciências Sociais e Humanas da Beira Interior, Covilhã.
- Pinto, R. (2013). *O Impacto da Liderança do Treinador na Fase de Transição do Futebol de Formação para o Futebol Profissional*. (Dissertação de Mestrado). Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa.
- Pires, A., Cid, L., Borrego, C., Alves, J., & Silva, C. (2010). Validação preliminar de um questionário para avaliar as necessidades psicológicas básicas em educação física. *Motricidade*, 6(1), 33-51.
- Queirós, S. (2007). *Organização e avaliação de programas de intervenção educativa junto de crianças e jovens com Multideficiência e Surdocegas*. Vila Nova de Gaia: Instituto Piaget.
- Quivy, R. & Campenhoudt, L. (1998). *Manual de investigação em Ciências sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Ramos, S. (2013). Motivação Académica dos alunos do ensino superior. *Psicologia*, 1-15.
- Reinboth, M., & Duda, J. (2006). Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of wellbeing in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 269-286.

Ribeiro, S. (2008). Estudo Comparativo entre Crianças com Deficiência Mental e Sem Deficiência Mental, no Âmbito do Desenvolvimento Motor. Acedido a 15 de janeiro de 2020 em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0434.pdf>.

Rocha, C. (2009). *A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática da educação física escolar*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa da Faculdade de Motricidade Humana.

Ryan, R. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of personality*, 63(3), 397-427.

Ryan, R., & Deci, E. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54-67.

Ryan, R., & Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu Review Psychoogy*, 52, 141-166.

Ryan, R., & Deci, E. (2008). A Self-Determination Theory Approach to Psychotherapy: The Motivational Basis for Effective Change. *Canadian Psychology*, 186-193.

Ryan, R., Williams, G., Patrick, H., & Deci, E. (2009). Self-Determination Theory and Physical Activity: The Dynamics of Motivation in Development and Wellness. *Hellenic Journal of Psychology*, 6, 107-124.

Santos, S. (2010). A Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental na Atualidade. *Educação Inclusiva. Revista da Pró-Inclusão: Associação Nacional de Docentes de Educação Especial*, 1(2), 2-16.

Santos, A. (2012). *Análise de projetos pessoais: Adaptação para o contexto brasileiro e sua relação com o bem-estar subjetivo*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Coimbra.

Santos, J., Almeida, M., Oliveira, C., Fernandes, R. & Cruz-Santos, A. (2013). Desporto Adaptado em Portugal: do conceito à prática. *Revista Brasileira Atividade Física e Saúde*, 18(5), 623-635.

Santos, S. & Morato, P. (2012a). A escala de comportamento adaptativo – Versão Portuguesa. In Santos, S. & Morato, P. (Eds) *Comportamento Adaptativo – Dez anos depois (83-100)*. Lisboa: Edições Faculdade de Motricidade Humana.

Santos, S., & Morato, P. (2012b). A Escala de Comportamento Adaptativo Portuguesa como um instrumento fundamental na avaliação da Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental. In Mendes, E. e Almeida, M. (org). *Dimensões Pedagógicas nas Práticas de Inclusão Escolar. Coleção Inclusão Escolar*, 2, 197-214. Associação Brasileira de Pesquisadores em Educação Especial. Marília, Brasil.

Saraiva, J., Almeida, M., Oliveira, C., Fernandes, R. & Cruz-Santos, A. (2013). Desporto adaptado em Portugal: do conceito à prática. *Revista Brasileira Atividade Física e Saúde*, 18(5), 623-635.

Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32, 395- 418.

Schalock, R. (2009). La nueva definición de discapacidad intelectual, apoyos individuales y resultados personales. *Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, 40(229), 5-17.

Schalock, R., Luckasson, R., Bradley, V., Buntinx, W., Lachapelle, Y., Shogren, K., [...] & Wehmeyer, M. (2012). *User's guide to accompany the 11th edition of Intellectual disability: Definition, classification, and systems of support: Applications for clinicians, educators, organizations providing supports, policy makers, family members and advocates, and health care providers*. Washington DC: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.

Schalock, R., Luckasson, R., Shogren, K., Borthwick-Duffy, S., Bradley, V., Buntinx, W., Coulter, D., Craig, E., Gomez, S., Lachapelle, Y., Reeve, A., Snell, M., Spreat, S., Tassé, M., Thompson, J., Verdugo, M., & Yeager, M.

(2007). Perspectives: The renaming of mental retardation: Understanding the change to the term intellectual disability. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 45, 116-124,

Serpa, S., Lacoste, P., Antunes, I., Pataco, V., & Santos, F. (1988) – *Metodologia de tradução e adaptação de um teste específico de desporto – a Leadership Scale for Sports*. II Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia, Lisboa.

Serra, F. (2010). *Aplicação de Modelos Teóricos Motivacionais ao Contexto do Exercício Explorar a Integração das Teorias dos Objetivos de Realização e do Comportamento Autodeterminado e a sua Relação com a Adesão ao Exercício Físico em Ginásios*. (Tese de Doutoramento). Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real.

Shapiro, D. (2003). Participation motives of Special Olympics Athletes. *Adapted Physical, Activity Quarterly*, 20, 150-165.

Shepherd, D., Lee, B. & Kerr, J. (2006). Reversal theory: A suggested way forward for an improved understanding of interpersonal relationship in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 143-157.

Silva, A. (1991). *Desporto para Deficientes: Corolário de uma Evolução Conceptual*. (Dissertação Apresentada às Provas de Aptidão Pedagógica e Capacidade Científica). Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, Porto.

Simões, A. (1993). São os homens mais agressivos que as mulheres?. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 27(3), 387-404

Simões, F., & Alarcão, M. (2013). Satisfação de necessidades psicológicas básicas em crianças e adolescentes: adaptação e validação da ES Necessidades Psicológicas BásicasR. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(2), 261-269.

Singh, K., & Jha, S. (2008). Positive and Negative Affect, and Grit as predictors of Happiness and Life Satisfaction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34, 40-45.

Special Olympics. (n.d.). Sobre o Special Olympics. Acedido a 20 de abril de 2020 em: <https://www.specialolympics.org/about/our-mission?locale=ptn>.

Standage, M., Duda, J., & Ntoumanis, N. (2003). A Model of Contextual Motivation in Physical Education: Using Constructs from Self-Determination and Achievement Goal Theories to Predict Physical Activity Intentions. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 97-110.

Standage, M., Duda, J., & Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 75, 411-433.

Tassé, M., Schalock, R., Balboni, G., Bersani, H., Borthwick-Duffy, S., Spreat, S., Thissen, D., Widaman, F. & Zhang D. (2012). The construct of adaptive behavior: its conceptualization, measurement, and use in the field of intellectual disability. *American Journal on intellectual and developmental disabilities*, 177(4), 291-303.

Teixeira, J. & Silva, M. (2013). “Eu quero, posso e escolho”: necessidades psicológicas básicas e motivação em utentes de ginásio. *Revista Gymnasium*, 4(6).

Thompson, J., Bryant, B., Campbell, E., Craig, E., Hugues, C., Rotholz, D., Schalock, R., Silverman, W., Tassé, M. & Wehmeyer, M. (2004). *Supports Intensity Scale – User Manual*. American Association on Mental Retardation.

Tuckman, B. (2005). *Manual de investigação em Educação*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Vallerand, R. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, 271-360. New York: Academic Press.

Vallerand, R. (2000). *Le modele hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque: Implications pour la psychologie sportive*. Comunicação apresentada no Congresso Internacional da SFPS/INSEP 2000, Paris.

Vallerand, R. (2001). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise*, 263-320. Champaign: Human Kinetics.

Vallerand, R. (2007). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity. In M. S. Hagger, & N. Chatzisarantis, *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (pp. 255-280). Champaign: Human Kinetics.

Varela, A. (1991). O desporto para pessoas com deficiência. Expressão distinta do desporto. *Revista Educação Física Especial*, 5(6), 53-62.

Vaz Serra, A. (1986). A importância do auto-conceito. *Psiquiatria Clínica*, 7(2), 57-66.

Vitorino, A., Monteiro, D., Moutão, J., Morgado, S., Bento, T. & Cid, L. (2015). Atividade física adaptada na população com necessidades especiais. *Revista Científica da Federação Portuguesa de Desporto para pessoas com Deficiência – Desporto e Atividade Física para Todos*, 1(1), 47-51.

Vlachopoulos, P., & Michailidou, S. (2006). Development and Initial Validation. Measurement in physical education and exercise science, pp. 179-201.

Vlachopoulos, S., Karageorghis, C., & Terry, P. (2000). Motivation profiles in sport: a self-determination theory perspective. *Journal Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, 387-397.

Watson, D., Clark, A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect - the Panas Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

Wehmeyer, M., Shogren, K., Palmer, S., Williams-Diehm, K., Little, T., & Boulton, A. (2012). The impact of the self-determined learning model of instruction on student self-determination. *Exceptional Children*, 78(2), 135-153.

Yazicioglu, K., Yayuz, F., Goktepe, A. & Tan, A. (2012). Influence of adapted sports on quality of life and life satisfaction in sport participants and non-sport participants with physical disabilities. *Disability and Health Journal*, 5(4), 249-253.

Yin, R. (2008). *Case Study Research. Design and Methods*. London: Sage.

Yukl, G. (2002). *Leadership in organizations (5th ed)*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.

7.1. Capítulo 4

7.1.1. Estudo 1

Albuquerque, B., Sousa, M., & Martins, R. (2010). Validação das escalas de satisfação com a vida e afetos para idosos rurais. *Psicologia*, 41(1), 85-92.

Almeida, P. A., & Tonello, M. G. M. (2007). Benefícios da Natação para alunos com Lesão Medular. *Revista Digital E.F.Desportos*. Buenos Aires, nº 106.

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. (2010). *Intellectual Disability: definition, classification, and systems of supports*. (11th ed.). Washington, DC.

Batista, M., Jiménez, R., Lobato, S., Leyton, M., & Aspano, M. (2017). Diferenças em função do género das formas de motivação autodeterminada de atletas veteranos. *Ágora para la Educación Física y el Deporte* 19(1), 35-51.

Batista, M., Lercas, A., Santos, J., Honório, S., Serrano, J. & Petrica, J. (2019). Practice motivation and life satisfaction of athletes of team sports: Comparative study between adapted and regular sport. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 20-29.

Bento, J. (1991). *Desporto, Saúde, Vida: em defesa do Desporto*. Lisboa: Livros Horizonte.

Carrón, M., Muñoz, S., Batista, M., Román, M., & Castuera, R. (2017). Prediction of Intent to be Active Physically Through the Theory of Self-Determination. *Motricidade* 13(1), 179.

Castro, J. (1998). Análise de alguns aspetos da prática desportiva por pessoas deficientes. SOBAMA - *Revista da Sociedade Brasileira de Atividades Motoras Adaptadas*, 3(3), 31-34.

Cid, L., Teixeira, D., Bento, T., Vitorino, A., Rodrigues, F. & Monteiro, D. (2020). Paixão, motivação e bem-estar dos atletas de elite de desporto adaptado. *Centro de pesquisa e desenvolvimento desportivo – Comité Olímpico de Portugal*.

Deci, L. & Ryan, M. (2002). *Handbook of self-determination research*. University of Rochester Press. Library of Congress Cataloginf-in-Publication Data.

Diener, E., Emmons, R., Larsen, J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and Open Questions in the Science of Subjective Well-Being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 15.

Fernandes, M. (2017). *Motivação Autodeterminada e Satisfação com a vida de Atletas de Desporto Adaptado na Modalidade de Andebol*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Castelo Branco.

Ferreira, D., Petrica, J. & Batista, M. (2018). Self-determined motivation, satisfaction with life and Social integration of Adapted sports Athletes in Athletics. *Revista Científica da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência*, 5, 14 – 23.

Fortin, M. (2003). *O processo de investigação: da concepção à realização*. 3.^a ed. Loures: Lusociência.

Galinha, C., & Pais-Ribeiro, L. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo psicométrico. *Análise Psicológica*, 2(23), 219-227.

Guttmann L. (1976). *Textbook of Sport for the Disabled*. *British Journal of Sports Medicine*. 10(4).

Hochman, B., Nahas, F., Filho, F. & Ferreira, L. (2005). Desenhos de pesquisa. *Acta Cirúrgica Brasileira*, 20(2), 1-8.

Hutzler, Y. & Korsensky, O. (2010). Motivational correlates of physical activity in persons with intellectual disability: a systematic literature review. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(9), 767-786.

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, pp. 323-355.

Menêzes, J. (2019). *Avaliação da Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas e o Bem Estar Subjetivo em atletas de Andebol em cadeira de rodas*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto.

Moltó, A. & Bruna, M. (2017). Satisfacción vital, autodeterminación y práctica deportiva en las personas con discapacidad intelectual. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 13-19.

Monteiro, D., Marinho, A., Moutão, J., Couto, N., Antunes, R., & Cid, L. (2016). Adaptation and validation of the Portuguese version of Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNEsP) to the sport domain and invariance across Football and swimming. *Motricidade*, 12(4).

Monteiro, D., Moutão, J. M., & Cid, L. (2018). Validation of the Behavioral Regulation Sport Questionnaire in Portuguese athletes. *Revista de psicologia del Deporte/Journal of Sport Psychology*, 27(1), 145-150.

Monteiro, D., Moutão, J., Baptista, P., & Cid, L. (2014). Clima motivacional, regulação da motivação e perceção de esforço dos atletas no futebol. *Motricidade*, 10(4).

Murphy, R. & Davidshofer, O. (1988). *Psychological testing: principles and applications*. Englewood Cliffs/NJ: Prentice-Hall.

Neto, F. (1993). Satisfaction with life among portuguese adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*.

Ryan, M. & Deci, L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67.

Ryan, R. (2009). Self determination theory and well being. *Social Psychology*, 84(822).

Santos, A. (2012). *Análise de projetos pessoais: Adaptação para o contexto brasileiro e sua relação com o bem-estar subjetivo*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Coimbra.

Santos, J. (2020). *O perfil de atenção dos alunos nas aulas de Educação Física: diferenças entre os distintos momentos da aula na lecionação de modalidades desportivas diferenciadas*. (Tese de Doutoramento). Universidade da Beira Interior de Ciências Sociais e Humanas, Covilhã.

Schalock, R., Borthwick-Duffy, S., Bradley, V., Buntinx, W., Coulter, D., Craig, E., Luckasson, R., ..., Reeve, A. (2010). *Intellectual Disability: Definition, Classification, and Systems of Supports*. Washington, DC: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD).

Schalock, R., Luckasson, R., Shogren, K., Borthwick-Duffy, S., Bradley, V., Buntinx, W., et al. (2007). *User's guide: Mental Retardation – definition, classification and systems of supports (10ªed)*. Estados Unidos da América: AAIDD.

Serra, C. (2010). *Aplicação de modelos teóricos motivacionais ao contexto do exercício: Explorar a integração das teorias dos objetivos de realização e do comportamento autodeterminado e a sua relação com a adesão ao exercício físico em ginásios*. (Dissertação de Doutoramento). Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real.

Silva, A. (1991). *Desporto para Deficientes: Corolário de uma Evolução Conceptual*. (Unpublished master's thesis). Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, Porto.

Simões, A. (1993). São os homens mais agressivos que as mulheres?. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 27(3), 387-404

Special Olympics (2019). Acedido a 1 de junho de 2020 em: <https://www.specialolympics.org/about>.

Vlachopoulos, P., & Michailidou, S. (2006). Development and Initial Validation. *Measurement in physical education and exercise science*, pp. 179-201.

Watson, D., Clark, A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect - the Panas Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

7.1.2. Estudo 2

Albuquerque, B., Sousa, M., & Martins, R. (2010). Validação das escalas de satisfação com a vida e afetos para idosos rurais. *Psicologia*, 41(1), 85-92.

Amorose, A., & Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: a test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 654-670.

Barrow, J. (1977). The variables of leadership: A review and conceptual framework. *Academic Management Review*, 2, 231-251.

Bass, B. (2008). *The Bass handbook of leadership: Theory, research and managerial applications*. New York: Simon & Schuster.

Batista, M., Jiménez, R., Lobato, S., Leyton, M., & Aspano, M. (2017). Diferenças em função do género das formas de motivação autodeterminada de atletas veteranos. *Ágora para la Educación Física y el Deporte* 19(1), 35-51.

Batista, M., Lercas, A., Santos, J., Honório, S., Serrano, J. & Petrica, J. (2019). Practice motivation and life satisfaction of athletes of team sports: Comparative study between adapted and regular sport. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 20-29.

Batista, M., Santos, J., Honório, S., Rocha, J., Serrano, J. & Petrica, J. (2021). Lifestyle and satisfaction with life of veteran athletes: a prospective test based on the theory of self-determination. *Revista Retos*, 39, 998-1000.

Bear, F., Connors, W., & Paradiso, A. (2002). *Neurociências: Desvendando o Sistema Nervoso*. Porto Alegre: Artmed.

Carpentier, J., & Mageau, G. (2013). When change-oriented feedback enhances motivation, well-being and performan: A look at autonomy-supportive feedback in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 423-435.

Chelladurai, P., & Saleh, S. (1978). Preferred leadership in sports. *Canadian Journal of Applied Sport Science*, 3, 85-92.

Deci, E. & Ryan, R. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.

Deci, E. & Ryan, R. (2008). Self-Determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182-185.

Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.

Diener, E. (2013). The Remarkable Changes in the Science. *Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 663-666.

Diener, E., & Chan, M. (2011). Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1-43.

Diener, E., Emmons, R., Larsen, J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Diener, E., Lucas, R. & Oishi, S. (2018). Advances and Open Questions in the Science of Subjective Well-Being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 15.

Duda, J., & Balaguer, I. (2007). Coach-Created Motivational Climate. In S. Jowett & D. Lavallee (Eds.), *Social Psychology of Sport* (pp. 117-130). Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Eberspächer, H. (1982). *Sportpsychologie: Grundlagen, methoden and analysen*. Reinbeck: Rowohlt.

Felton, L. & Jowett, S. (2013). Attachment and well-being. The mediating effects of psychological needs satisfaction within the coach-athlete and parent-athlete relational contexts. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 57-65.

Fernandes, M. (2017). *Motivação Autodeterminada e Satisfação com a vida de Atletas de Desporto Adaptado na Modalidade de Andebol*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Castelo Branco.

Ferreira, D. (2017). *Motivação Autodeterminada, Satisfação com a vida e Integração Social de Atletas de Desporto Adaptado na Modalidade de Atletismo*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Castelo Branco.

Ferreira, D., Petrica, J. & Batista, M. (2018). Self-determined motivation, satisfaction with life and Social integration of Adapted sports Athletes in Athletics. *Revista Científica da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência*, 5, 14 – 23.

Fortin, M. (2009). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. Loures: Lusociência.

Galinha, C. & Pais-Ribeiro, L. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo psicométrico. *Análise Psicológica*, 2(23), 219-227.

Guimarães, R., & Boruchovitch, E. (2004). O estilo motivacional do professor e a motivação intrínseca dos estudantes: uma perspectiva da Teoria da Autodeterminação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17, 143-150.

Hagger, M. & Chatzisarantis, N. (2009). Assumptions in research in sport and exercise psychology. *Psychology Sport Exercise*, (10), 511–519.

Hagger, M., Anderson, M., Kyriakaki, M. & Darkings, S. (2007). Aspects of identity and their influence on intentional behaviour: comparing effects for three health behaviours. *Personality and Individual Differences*, (42), 355–367.

Hair, J., Anderson, R., Tatham, R., & Black, W. (1998). *Multivariate Data Analysis*, (5th Edition). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.

Hersey, P. & Blanchard, K. (1986). *Psicologia para administradores: a teoria e as técnicas da liderança situacional*. São Paulo: EPU.

Horn, T. (1992). Leadership effectiveness in the sport domain. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology*. Champaign IL: Human Kinetics.

Jesuíno, J. (1996). *Processos de Liderança*. Lisboa: Livros Horizonte.

Knijnik, D., Greguol, M., & Santos, S. (2000). Motivação no esporte infanto-juvenil: uma discussão sobre razões de busca e abandono da prática esportiva entre crianças e adolescentes. *J. Health Sci. Inst*, 19(1), 7-13.

Landis, J. & Koch, G. (1977). An application of hierarchical kappa-type statistics in the assessment of majority agreement among multiple observers. Accepted for publication in *Biometrics*.

- Lercas, A. (2017). *Motivação Autodeterminada e Satisfação com a vida de Atletas Desportos Coletivos – Estudo Comparativo entre Desporto Adaptado e Desporto Regular*. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, Castelo Branco.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, pp. 323-355.
- Mendo, A. & Ortiz, J. (2003). *El Liderazgo en los Grupos Deportivos*. In Mendo, A. (Ed) *Psicología del Deporte* (Vol. I). Buenos Aires: Tulio Guterman Editora.
- Menêzes, J. (2019). *Avaliação da Motivação, Necessidades Psicológicas Básicas e o Bem-estar subjetivo em atletas de Andebol em cadeira de rodas*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto.
- Monteiro, D., Marinho, A., Moutão, J., Couto, N., Antunes, R., & Cid, L. (2016). Adaptation and validation of the Portuguese version of Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNEsp) to the sport domain and invariance across Football and swimming. *Motricidade*, 12(4).
- Monteiro, D., Moutão, J., & Cid, L. (2018). Validation of the Behavioral Regulation Sport Questionnaire in Portuguese athletes. *Revista de psicología del Deporte/Journal of Sport Psychology*, 27(1), 145-150.
- Monteiro, D., Moutão, J., Baptista, P., & Cid, L. (2014). Clima motivacional, regulação da motivação e perceção de esforço dos atletas no futebol. *Motricidade*, 10(4).
- Moreno-Murcia, A., Marzo, C., Martínez-Galindo, C., & Conte Marín, L. (2011). Validación de la Escala de “Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas” y del Cuestionario de la “Regulación Conductual en el Deporte” al contexto español. (Validation of Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale and the Behavioural Regulation in Sport Questionnaire to the Spanish context). RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*.
- Neto, F. (1993). Satisfaction with life among portuguese adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*.
- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R. & Brière, N. (2001). Association among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25(4), 279–306.
- Petrica, J. (1996). A estabilidade dos comportamentos relacionados com as principais funções de ensino do professor de Educação Física. *Revista da Escola Superior de Educação de Castelo Branco – EDUCARE*, 2, 127-156.
- Reinboth, M., & Duda, J. (2006). Perceived motivacional climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 269-286.
- Rocha, C. (2009). *A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática da educação física escolar*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.
- Ryan, M. & Deci, L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67.
- Santos, A. (2012). *Análise de projetos pessoais: Adaptação para o contexto brasileiro e sua relação com o bem-estar subjetivo*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Coimbra.
- Santos, J., Maia, L., Petrica, J., Serrano, J., Batista, M., & Honório, S. (2020a). Attention in physical education classes: Differences between different individual modalities. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 37-46.

Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L. & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32(3), 395–418.

Serpa, S., Lacoste, P., Antunes, I., Pataco, V., & Santos, F. (1988) – *Metodologia de tradução e adaptação de um teste específico de desporto – a Leadership Scale for Sports*. II Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia, Lisboa.

Simões, A. (1993). São os homens mais agressivos que as mulheres?. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 27(3), 387-404

Smith, N., Tessier, D., Tzioumakis, Y., Fabra, P., Quested, E., Appleton, P., ...Duda, J. (2016). The relationship between observed and perceived assessments of the coach-created motivational environment and links to athlete motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 23,51-63.

Vallerand, R. J. (2007). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity. In M. S. Hagger, & N. Chatzissaratis, *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (pp. 255-280). Champaign: Human Kinetics.

Vitorino, A. (2018). *Paixão, motivação e bem-estar subjetivo no desporto adaptado*. (Tese de Doutoramento). Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real.

Vlachopoulos, P., & Michailidou, S. (2006). Development and Initial Validation. *Measurement in physical education and exercise science*, pp. 179-201.

Watson, D., Clark, A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect - the Panas Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

Weinberg, R. & Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

7.1.3. Estudo 3

Albuquerque, B., Sousa, M., & Martins, R. (2010). Validação das escalas de satisfação com a vida e afetos para idosos rurais. *Psicologia*, 41(1), 85-92.

Alesi, M., Gómez-López, M., Borrego, C., Monteiro, D. & Granero-Gallegos, A. (2019). Effects of a motivational climate on psychological needs satisfaction, motivation and commitment in teen handball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15), 2702.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-V*. (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Azedo, C. (2008). Caraterização dos comportamentos de liderança e a satisfação em pequenas unidades de infantaria no contexto de formação militar. (Trabalho de investigação aplicada). Academia Militar, Amadora.

Batista, M. A. (2009). *Bem-estar psicológico – relação entre a prática de judo e auto conceito*. Diploma de estudos avançados. Universidad de Extremadura - Facultad de Educación, Extremadura.

Batista, M. A. (2011). *La práctica de Judo en relación con el autoconcepto, la autoestima y el rendimiento escolar de los estudiantes de primer ciclo de primaria*. (Tese de Doutoramento). Facultad de Educación - Universidade de Extremadura, Badajoz.

Batista, M., Mesquita, H., Pires, P., Gabriela, N., Santos, J. & Ibáñez, J. (2019). Efeitos da formação e liderança do treinador de desporto adaptado na planificação do treino. In *Libro de Actas del I Congreso Internacional de Innovación en el Deporte: 25 Años Caminando Juntos*. Facultad de Ciencias del Deporte del Universidad de Extremadura, Cáceres, 30-31.

Batista, M., Santos, J., Honório, S., Rocha, J., Serrano, J. & Petrica, J. (2021). Lifestyle and satisfaction with life of veteran athletes: a prospective test based on the theory of self-determination. *Revista Retos*, 39, 998-1000.

Calahorra-Cañada, F., Torres-Luque, G., Lopez-Fernandez, I. & Carnero, E. (2016). Is physical education an effective way to increase physical activity in children with lower cardiorespiratory fitness? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sport*, 27(11), 1417-1422.

Chelladurai, P., & Saleh, S. (1978). Preferred leadership in sports. *Canadian Journal of Applied Sport Science*, 3, 85-92.

Conroy, D., & Coatsworth, J. (2006). Coach training as a strategy for promoting youth social development. *The Sport Psychologist*, 20, 128-144.

Cotman, C., Berchtold, N. & Christie, L. (2007). Exercise builds brain health: key roles of growth factor cascades and inflammation. *Elsevier*, 30(9), 464-472.

Cushion, C., Armour, K., & Jones, R. (2003). Coach education and continuing professional development: experience and learning to coach. *Quest*, 55, 215-230.

Diener, E., Emmons, R., Larsen, J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.

Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and Open Questions in the Science of Subjective Well-Being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 15. DOI: <http://doi.org/10.1525/collabra.115>.

Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência, Louro, H., Barreiros, J., Rodrigues, J., Horta, L., Rama, L., Coelho, O., Cunha, P., Pacheco, R. & Serpa, S. (2016). O desporto para pessoas com deficiência – Manual de Curso de Treinadores de Desporto. Lisboa: Instituto Português do Desporto e Juventude, I. P. Acedido a 1 de março de 2021 em: https://ipdj.gov.pt/documents/20123/123319/GrauI_09_DespDeficiencia.pdf/fb732b64-db68-8e3b-7c56-a5e6ec96ec9e?t=1574941470791.

Ferreira, D., Petrica, J. & Batista, M. (2018). Self-determined motivation, satisfaction with life and Social integration of Adapted sports Athletes in Athletics. *Revista Científica da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência*, 5, 14 – 23.

Fortin, M. (2009). Fundamentos e etapas do processo de investigação. Loures: Lusociência.

Feu, S., Ibáñez, S. & Gozalo, M. (2010). Influencia de la formación formal y no formal en las orientaciones que adoptan los entrenadores deportivos. *Revista de Educación*, 353, 615-640.

Feu, S., Ibáñez, S., Lorenzo, A., Jiménez, S., & Cañadas, M. (2012). El conocimiento profesional adquirido por el entrenador de balonmano: experiencias y formación. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 107-115.

Feu, S., Ibáñez, S.J., Graça, A. & Sampaio, J. (2007). Evaluación psicométrica del cuestionario de orientación de los entrenadores en una muestra de entrenadores españoles de balonmano. *Psicothema*, 19(4), 699-705.

Galinha, C., & Pais-Ribeiro, L. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo psicométrico. *Análise Psicológica*, 2(23), 219-227.

Gamonales, J., Gómez-Carmona, C., Córdoba-Caro, L. & Ibáñez, S. (2019). Influencia del perfil de entrenador en el diseño de las tareas en el fútbol. Estudio de caso. *Journal of Sport and Health Research*, 11(1), 69-82.

González-Cutre, D., Sicilia, Á., Beas-Jiménez, M. & Hagger, M. (2014). Broadening the trans-contextual modelo f motivation: a study with spanish adolescents. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24, 306-319.

Hayes, A. (2013). Methodology in the social sciences. Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach. New York, NY, US: Guilford Press.

Hayes, A. (2018) *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis*. Nova Iorque. Guilford Press.

Ibáñez, S. (1996). Análise do processo de formação do treinador espanhol de basquete. (Tese de Doutoramento). Universidade de Granada, Granada.

Jesuíno, J. (1996). *Processos de Liderança*. Lisboa: Livros Horizonte.

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, pp. 323-355.

Mendo, A. & Ortiz, J. (2003). *El Liderazgo en los Grupos Deportivos*. In Mendo, A. (Ed) Psicología del Deporte (Vol. I). Buenos Aires: Tulio Guterman Editora.

Monteiro, D., Borrego, C., Silva, C., Moutão, J., Marinho, D. & Cid, L. (2018). Motivational climate sport youth scale: Measurement invariance across gender and five diferente sports. *Journal of Human Kinetics*, 61, 249-261.

Monteiro, D., Marinho, A., Moutão, J., Couto, N., Antunes, R., & Cid, L. (2016). Adaptation and validation of the Portuguese version of Basic Psychological Needs Exercise Scale (BPNEsP) to the sport domain and invariance across Football and swimming. *Motricidade, 12*(4).

Monteiro, D., Moutão, J., Baptista, P., & Cid, L. (2014). Clima motivacional, regulação da motivação e percepção de esforço dos atletas no futebol. *Motricidade, 10*(4).

Morais, T. (2008). *Compromisso nunca desistir*, Booknomics,

Neto, F. (1993). Satisfaction with life among portuguese adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*.

Paquete, M., Dias, C., Corte-Real, N. & Fonseca, A. (2012). Liderança no desporto adaptado: Um estudo com atletas de Boccia e de Basquetebol em cadeira de rodas. *Revista PCD, 12*(2), 82-100.

Pires, P., Mesquita, H., Batista, M. & Nunes, G. (2019). Estilo de decisão e de planificação do treinador de desporto adaptado. In Libro de Actas del I Congreso Internacional de Innovación en el Deporte: 25 Años Caminando Juntos. Facultad de Ciencias del Deporte del Universidad de Extremadura, Cáceres, 27-28.

Preacher, K. & Hayes, A. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, 36*(4), 717-731.

Rodrigues, F., Macedo, R., Teixeira, D., Cid, L., Travassos, B., Neiva, H. & Monteiro, D. (2021). The co-occurrence of satisfaction and frustration of basic psychological needs and its relationship with exercises' motivation. *The Journal of Psychology, 155*(2), 165-185.

Santos, A. (2012). *Análise de projetos pessoais: Adaptação para o contexto brasileiro e sua relação com o bem-estar subjetivo*. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Coimbra.

Santos, J., Petrica, J., Serrano, J. & Mesquita, H. (2014). O perfil de atenção dos alunos nas aulas de educação física: diferenças entre os distintos momentos da aula na leccionação de modalidades desportivas diferenciadas. *Revista Internacional de Deportes Colectivos, (19)*, 105-118.

Santos, J., Petrica, J. & Maia, L. (2015). O perfil de atenção dos alunos nas aulas de educação física: diferenças entre os distintos momentos da aula na leccionação de modalidades desportivas individuais. *Revista de Ciencias del Deporte, 11*(1), 103-104.

Santos, J., Petrica, J., Maia, L. & Batista, M. (2016) The profile attention of students in physical education classes: differences between the different sports. Atención Primaria. Parallel Sessions: Oral Communications, 3rd World Congress of Health Research Viseu Portugal, 29-30 September 2016; 48(Espec Cong 1):25-120. p. 79.

Santos, J., Maia, L., Petrica, J., Serrano, J., Batista, M., & Honório, S. (2020a). Attention in physical education classes: Differences between different individual modalities. *Journal of Human Sport and Exercise, 14*(1), 37-46.

Santos, J., Petrica, J., Serrano, J., Batista, M., Honório, S. & Maia, L. (2020b). Psychometric validation of Atest-EF and attention profile of students during physical education classes. *Quality & Quantity, 53*(6), 3119-3130. ISSN: 0033-5177 (Print) 1573-7845 (Online). <https://doi.org/10.1007/s11135-019-00926-1>.

Santos, J., Petrica, J., Serrano, J., Batista, M., Honório, S., & Maia, L. (2020c). The attention of students during physical education class based on academic performance. *Retos, 38*, 222-228. ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041.

Santos, J., Petrica, J., Serrano, J., Batista, M., Honório, S., Lercas, A., & Maia, L. (2020d). Attention in physical education classes: Differences between collective sports. *Retos*, 37, 129-133. ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041.

Santos, S. (2019). *Como lidar com a Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental*. Cruz Quebrada: Flora Editora

Schalock, R., Luckasson, R., Bradley, V., Buntinx, W., Lachapelle, Y., Shogren, K., ... & Wehmeyer, M. (2012). *User's guide to accompany the 11th edition of Intellectual disability: Definition, classification, and systems of support: Applications for clinicians, educators, organizations providing supports, policy makers, family members and advocates, and health care providers*. Washington DC: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.

Serpa, S., Lacoste, P., Antunes, I., Pataco, V., & Santos, F. (1988) – *Metodologia de tradução e adaptação de um teste específico de desporto – a Leadership Scale for Sports*. II Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia, Lisboa.

Simões, A. (1992). Ulterior validação de uma escala de satisfação com a vida (Satisfação com a vidaS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 26(3), 503-515.

Simões, A. (1993). São os homens mais agressivos que as mulheres? *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 27(3), 387-404.

Sonoo, C., Hoshino, E. & Vieira, L. (2008). Liderança desportiva: estudo da perceção de atletas e técnicos no contexto competitivo. *Psicologia: Teoria e Prática*, 10(2), 68-82.

Thon, R., Passos, P., Costa, C., Prates, M., Júnior, R. & Vieira, L. (2012). Estilo de liderança no contexto de treinadores de natação do Paraná. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 14(4), 527-534.

Vlachopoulos, P., & Michailidou, S. (2006). Development and Initial Validation. *Measurement in physical education and exercise science*, pp. 179-201.

Watson, D., Clark, A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect - the Panas Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

Wigfield, A., Cambria, J. & Eccles, J. (2012). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. Em R. M. Ryan, *The Oxford handbook of human motivation* (pp. 463-475). Oxford: Oxford Library of Psychology.

ANEXOS

ANEXO A - Questionário aplicado aos atletas

Sexo: Masculino <input type="checkbox"/> Feminino <input type="checkbox"/>	Idade: _____	Instituição: _____
Modalidade(s): _____		
Anos de Prática desta Modalidade: ____ Anos		
Participação Internacional: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>		
Quantas horas aproximadamente treina por semana? Até 2h <input type="checkbox"/> De 3h a 5h <input type="checkbox"/> De 6h a 8h <input type="checkbox"/> 9h ou mais <input type="checkbox"/>		
Convocatório para participação internacional: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>		

Instrução Adaptada

Vou mostrar-lhe algumas questões com as quais pretendemos medir aspetos relacionados com a prática desportiva (desporto).

Pedimos que responda o mais verdadeiramente que possa, tendo em conta que:

- **O seu nome nunca vai aparecer.**
- **Não existem respostas corretas ou incorretas. Apenas queremos conhecer a sua opinião acerca do que se lhe pergunta.**
- **Eu vou ler todas as perguntas.**

As perguntas serão respondidas com uns sorrisos. Assim vamos colocar-lhe à sua frente uma folha com vários sorrisos, e só vai apontar para aquele que considerar certo para as questões que vamos ler.

Muito Obrigado Pela Sua Colaboração!

Instituto Politécnico De Castelo Branco

Escola Superior De Educação

*****NOME DO ESTUDO/QUESTIONÁRIO*****

ESCALA DE LIDERANÇA NO DESPORTO (ELD)

Versão Perceção

P. CHELLADURAI & S.D. SALEH.

Adaptação S. Serpa, P. Lacoste, I. Antunes, V. Pataco, F. Santos

*Cada enunciado, descreve um comportamento específico que o treinador pode manifestar.
Em cada um deles, existem cinco hipóteses de escolha:*



NUNCA.



RARAMENTE (cerca de 25% das vezes)



OCASIONALMENTE (50% das vezes)








FREQUENTEMENTE (cerca de 75% das vezes)








SEMPRE

*Indique, por favor, a sua preferência, colocando um “ X ”, no espaço respetivo.
Responda a todas as questões mesmo que hesite em certos casos. Note que isto não é uma
avaliação do seu treinador atual, é a sua preferência pessoal que interessa marcar.*








O MEU TREINADOR,					
1. Procura que os atletas obtenham o máximo rendimento					
2. Pergunta aos atletas as suas opiniões sobre as estratégias a utilizar em determinadas situações					
3. Auxilia os atletas nos seus problemas pessoais					
4. Felicita o atleta pelo seu bom resultado na presença de outros					
5. Explica a cada atleta os aspetos técnicos e tácitos do desporto praticado					
6. Planifica sem consultar os atletas					
7. Auxilia os membros do grupo a resolver os seus conflitos					
8. Presta atenção particular à correção dos erros dos atletas					
9. Obtém a aprovação do grupo sobre questões importantes antes de prosseguir					
10. Informa o atleta quando ele tem uma boa execução					
11. Certifica-se que o seu papel de treinador na equipa é entendido por todos os atletas					
12. Não dá explicações sobre as suas ações					
13. Zela pelo bem-estar pessoal dos atletas					
14. Ensina individualmente as técnicas da modalidade					
15. Deixa os atletas participar na tomada de decisão					
16. Procura que o atleta seja recompensado por um bom resultado					
17. Prevê antecipadamente o que deve ser feito					
18. Encoraja os atletas a apresentar sugestões sobre o desenrolar dos treinos					
19. Presta favores pessoais aos atletas					
20. Explica a cada atleta o que este deve fazer e o que não deve fazer					
21. Deixa os atletas estabelecerem os seus próprios objetivos					
22. Exprime o afeto que sente pelos atletas					
23. Espera que cada atleta cumpra rigorosamente as suas tarefas					
24. Deixa os atletas executar à sua própria maneira mesmo que cometam erros					
25. Encoraja os atletas a confiar nele					
26. Indica a cada atleta os seus pontos fortes e fracos					
27. Recusa qualquer tipo de compromisso					
28. Mostra a sua satisfação quando um atleta obtém um bom resultado					

29. Dá a cada atleta informações específicas sobre o que deverá ser feito em cada situação					
30. Pede a opinião dos atletas sobre aspetos importantes do treino					
31. Encoraja as relações amigáveis e informais com os atletas					
32. Procura coordenar os esforços dos atletas					
33. Permite que os atletas trabalhem no seu próprio ritmo					
34. Mantém uma distância na relação com os atletas					
35. Explica como a contribuição de cada atleta se integra nos objetivos gerais da equipa					
36. Convida os atletas para a sua casa					
37. Reconhece o mérito quando ele existe					
38. Explica detalhadamente o que se espera dos atletas					
39. Deixa os atletas decidir quais as tarefas a realizar durante um encontro					
40. Fala de forma a desencorajar pergunta					






Ao praticar o meu Desporto, geralmente...

	Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo, Nem	Concordo	Concordo Totalmente
					
1)... sinto que faço grandes progressos em relação ao(s) objectivo(s) que pretendo atingir.					
2)... sinto-me bem com os/as meus/minhas colegas de treino.					
3)... sinto que a forma como treino está de acordo com as minhas escolhas e os meus interesses.					
4)... sinto que realizo com sucesso as atividades dos treinos.					
5)... sinto que tenho uma relação amigável com os/as meus/minhas colegas de treino.					
6)... sinto que posso treinar da forma como pretendo.					
7)... sinto que o faço muito bem.					
8)... sinto que não tenho problemas em relacionar-me com os/as meus/minhas colegas de treino.					
9)... sinto que a forma como treino representa bem aquilo que eu quero fazer.					
10)... sinto que sou capaz de cumprir com as exigências dos treinos.					
11)... sinto que tenho uma relação de proximidade com o(a)s meus/minhas colegas de treino.					
12)... sinto que tenho a oportunidade de fazer escolhas em relação à forma como treino.					
13) ... sinto-me bem com os/as meus/minhas colegas de treino.					
14)... sinto que sou capaz de cumprir com as exigências dos treinos.					

Satisfação com a vida

	Discordo Totalmente	Discordo Bastante	Discordo	Não Concordo, Nem Bastante	Concordo	Concordo Bastante	Concordo Totalmente
							
1) Em muitos campos a minha vida está próxima do meu ideal.	1	2	3	4	5	6	7
2) As minhas condições de vida são excelentes.	1	2	3	4	5	6	7
3) Estou satisfeito com a minha vida.	1	2	3	4	5	6	7
4) Até ao momento tenho alcançado as coisas importantes que quero para a minha vida.	1	2	3	4	5	6	7
5) Se pudesse viver a minha vida de novo não mudaria quase nada.	1	2	3	4	5	6	7
6) As minhas condições de vida são excelentes.	1	2	3	4	5	6	7

De um modo geral, gostaríamos de saber como costuma sentir-se em cada uma das seguintes emoções, no seu dia-a-dia.

	Nada ou muito pouco	Um Pouco	Moderadamente	Bastante	Extremamente
					
1) Interessado(a)	1	2	3	4	5
2) Perturbado(a)	1	2	3	4	5
3) Excitado(a)	1	2	3	4	5
4) Preocupado(a)	1	2	3	4	5
5) Forte	1	2	3	4	5
6) Culpado(a)	1	2	3	4	5
7) Assustado(a)	1	2	3	4	5
8) Atento(a)	1	2	3	4	5
9) Zangado(a)	1	2	3	4	5
10)Entusiasmado(a)	1	2	3	4	5
11)Orgulhoso(a)	1	2	3	4	5
12) Irritado(a)	1	2	3	4	5
13) Alerta	1	2	3	4	5
14)Remorsos	1	2	3	4	5
15)Inspirado(a)	1	2	3	4	5
16)Nervoso(a)	1	2	3	4	5
17)Determinado(a)	1	2	3	4	5
18)Agitado(a)	1	2	3	4	5
19)Ativo(a)	1	2	3	4	5
20)Medo	1	2	3	4	5
21)Excitado(a)	1	2	3	4	5
22)Entusiasmado(a)	1	2	3	4	5
23)Agitado(a)	1	2	3	4	5

Agradecemos a sua colaboração!

ANEXO B - Consentimento informado apresentado aos atletas e instituições presentes no estudo

- Pedido de autorização -

Exmo. Senhor(a):

Assunto: Pedido de autorização para a realização de uma investigação subordinada ao tema: “Efeitos do Estilo de Liderança do Treinador na Motivação Autodeterminada e Bem-estar subjetivo de Atletas de Desporto Adaptado com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental Integrantes do Special Olympics”

Eu, Ana Margarida Martins Domingues, licenciada em Desporto e Atividade Física na especialidade de Desporto Adaptado, e aluna de mestrado na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, sob orientação do Professor Doutor João Petrica e pelo Professor Especialista Jorge Santos, venho por este meio, solicitar a autorização para a realização do estudo acima citado com os atletas da sua instituição.

Este estudo tem como objetivo avaliar os efeitos do estilo de liderança do treinador de desporto adaptado na motivação autodeterminada e no bem-estar subjetivo dos atletas com Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental.

Assume-se o compromisso de total salvaguarda do anonimato tanto dos atletas, como da instituição.

Adicionalmente, será apresentado um termo de explicação das condições de participação no estudo a todos os participantes, acompanhado de um termo de consentimento informado, no qual será, por nós, formalmente assumido o estrito cumprimento das regras de conduta ética em investigação.

Certo que compreenderá a pertinência desta investigação para a nossa prática desportiva, agradeço desde já a atenção e disponibilidade.

Com os melhores cumprimentos,

Ana Domingues

_____ (local), _____ (dia e mês) de 2018

O (A) Diretor (a) Técnico (a)