



UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO TECNOLÓGICA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ROSEANA PACHECO REIS BATISTA

**O PAPEL DO RELACIONAMENTO COM O TREINADOR NA
MOTIVAÇÃO, AUTOESTIMA E RESILIÊNCIA DE ATLETAS
PARALÍMPICOS DE ATLETISMO.**

Petrolina, PE
2020

ROSEANA PACHECO REIS BATISTA

**O PAPEL DO RELACIONAMENTO COM O TREINADOR NA
MOTIVAÇÃO, AUTOESTIMA E RESILIÊNCIA DE ATLETAS
PARALÍMPICOS DE ATLETISMO.**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco, como parte das exigências para obtenção do título de Mestre em Psicologia, da Linha II: Processos Psicossociais.

Orientador: Prof^o. Dr^o. José Roberto Andrade do Nascimento Junior

Petrolina, PE
2020

N244p Nascimento Junior, José Roberto Andrade do
O papel do relacionamento com o treinador na motivação, autoestima e resiliência de atletas paralímpicos de atletismo / Roseana Pacheco Reis Batista. – Petrolina - PE, 2020.
x, 87 f. : il. ; 29 cm.

Dissertação (Mestrado em Psicologia) Universidade Federal do Vale do São Francisco, Campus Petrolina-PE, 2020.

Orientador: Prof^o. Dr^o. José Roberto Andrade do Nascimento Junior.

1. Relações interpessoais. 2. Motivação. 3. Psicologia do Esporte. I. Título. II. Nascimento, José Roberto Andrade do. III. Universidade Federal do Vale do São Francisco.

CDD 158.2

UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO TECNOLÓGICA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

FOLHA DE APROVAÇÃO

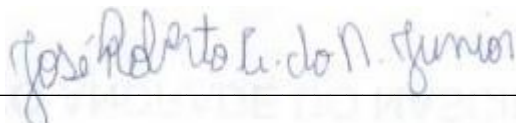
ROSEANA PACHECO REIS BATISTA

O PAPEL DO RELACIONAMENTO COM O TREINADOR NA MOTIVAÇÃO, AUTOESTIMA E RESILIÊNCIA DE ATLETAS PARALÍMPICOS DE ATLETISMO.

Trabalho apresentado à Universidade Federal do Vale do São Francisco – UNIVASF, Campus Petrolina Centro, como requisito para obtenção do título de mestre.

Aprovado em: 02 de março de 2020.

Banca Examinadora



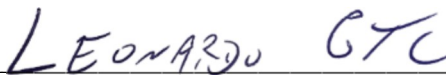
Professor Dr. José Roberto Andrade do Nascimento Junior

Universidade Federal do Vale do São Francisco, PE



Professora Dr.^a Marina Pereira Gonçalves

Universidade Federal do Vale do São Francisco, PE



Professor Dr. Leonardo Gasques Trevisan Costa

Universidade Federal do Vale do São Francisco, PE

O presente trabalho foi realizado com o apoio da Fundação de Amparo à Ciência e Tecnologia do Estado de Pernambuco (FACEPE).

Batista, R. P. R. (2020). **O papel do relacionamento com o treinador na motivação, autoestima e resiliência de atletas paralímpicos de atletismo.** (Dissertação de Mestrado em Psicologia). Universidade Federal do Vale do São Francisco, Petrolina. 87 p.

RESUMO

O relacionamento treinador-atleta (RTA) impacta os fatores psicossociais dos atletas, podendo afetar de forma positiva ou negativa aspectos como motivação, autonomia e percepção do suporte social. De acordo com a Teoria da Autodeterminação (TAD), utilizada para compreender a motivação no contexto esportivo, as relações sociais interferem nos motivos pelos quais os atletas aderem e permanecem em uma determinada atividade, afetando fatores psicológicos como a resiliência e a autoestima, importantes para o enfrentamento das adversidades no contexto esportivo e para a manutenção do bem-estar de atletas com deficiência. Posto isto, o objetivo do presente estudo foi investigar a associação do relacionamento com o treinador com a motivação, autoestima, resiliência, autonomia e suporte social de atletas paralímpicos de atletismo. Participaram do estudo 70 atletas de atletismo paralímpico com deficiência física, com média de idade de $32,45 \pm 10,45$ anos. Os instrumentos utilizados foram a Escala de Motivação para o Esporte (SMS-II), o Questionário de Relacionamento Treinador-Atleta (CART-Q versão atleta), a Escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC), a Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) e entrevistas semiestruturadas. A análise quantitativa dos dados foi realizada através dos testes de *Kolmogorov-Smirnov*, “U” de *Mann-Whitney*, e correlação de *Spearman*, ($p < 0,05$). A análise qualitativa foi realizada através de uma análise indutiva dos dados. Os resultados indicaram que as dimensões do RTA correlacionaram-se positiva e significativamente com as regulações mais autônomas da motivação. Verificou-se que os atletas que percebiam alta qualidade do RTA apresentaram maior escore nas regulações introjetada ($p=0,022$), identificada ($p=0,012$) e integrada ($p=0,005$) em comparação aos atletas com moderada qualidade. Além disso, o RTA afetou positivamente a autonomia e a percepção do suporte social dos atletas com deficiência. Concluiu-se que, no presente estudo, a qualidade do relacionamento entre o atleta com deficiência física e seu treinador é um fator interveniente na manutenção de uma motivação mais autônoma dos atletas no contexto do atletismo paralímpico.

Palavras-chave: Relações interpessoais. Motivação. Esporte paralímpico. Psicologia do Esporte.

ABSTRACT

The coach-athlete relationship (CAR) impacts the athletes' psychosocial factors, which can positively or negatively affect aspects such as motivation, autonomy and perception of the athletes' social support. According to Self-Determination Theory (TAD), used to understand motivation in the sports context, the social relationships can interfere with the reasons why athletes adhere to and remain in a certain activity, interfering with psychological factors such as resilience and self-esteem, important for coping with adversities in the sports context and for the well-being of athletes with disabilities. Thus, the objective of the present study was to investigate the association of CAR with the motivation, self-esteem, resilience, autonomy and social support of paralympic athletes of athletics. Seventy athletics athletes with physical disabilities participated in the study, with a mean age of 32.45 ± 10.45 years. The instruments used were Sport Motivation Scale (SMS-II), Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q athlete version), Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) and semi-structured interviews. Quantitative data analysis was performed using the Kolmogorov-Smirnov test, Mann-Whitney "U" test, and Spearman's rank correlation, ($p < 0.05$). The qualitative analysis was performed through an inductive analysis of data. The results indicated that the dimensions of CAR correlated positive and significantly with the more autonomous regulations of motivation. It was found that athletes who perceived high quality of CAR had a higher score in the introjected ($p = 0.022$), identified ($p = 0.012$) and integrated ($p = 0.005$) regulations compared to athletes with moderate quality. In addition, the CAR positively affected the autonomy and perception of social support of athletes with disabilities. It was concluded that, in the present study, the quality of the relationship between the athlete with physical disability and his coach is an intervening factor in maintaining a more autonomous motivation of the athletes in the context of paralympic athletics.

Keywords: Interpersonal relationships. Motivation. Paralympic sports. Sports Psychology.

LISTA DE FIGURAS

Capítulo 3

- Figura 1** – Desenvolvimento hierárquico do RTA para atletas com deficiência física de atletismo paralímpico..... 62
- Figura 2** – Desenvolvimento hierárquico do RTA para treinadores de atletismo paralímpico..... 64
- Figura 3** – Desenvolvimento hierárquico da motivação para atletas com deficiência física de atletismo paralímpico de acordo com o RTA..... 65
- Figura 4** – Desenvolvimento hierárquico da autonomia e suporte social para atletas com deficiência física de atletismo paralímpico de acordo com o RTA 66

LISTA DE TABELAS

Capítulo 2

Tabela 1 – Perfil dos atletas com deficiência física de atletismo paralímpico.....	34
Tabela 2 – Medianas e intervalos interquartis do tempo com o treinador, RTA, motivação, autoestima e resiliência dos atletas com deficiência física.....	35
Tabela 3 – Comparação e das dimensões da qualidade do RTA, da motivação, da autoestima e da resiliência em função do tempo do atleta com o treinador.....	36
Tabela 4 – Comparação da autoestima e das dimensões da motivação e da resiliência em função da qualidade do RTA de atletas com deficiência física.....	37
Tabela 5 – Correlação das dimensões da qualidade do RTA e do tempo com o treinador com as regulações de motivação, a autoestima e a resiliência.....	38

SUMÁRIO

Capítulo 1 – Introdução geral e estrutura da dissertação	
1. Introdução.....	12
1.1. Caracterização do tema.....	12
1.2. Justificativa.....	15
1.3. Delimitação da pesquisa.....	16
1.4. Limitação da pesquisa.....	17
1.5. Definição dos termos.....	17
1.6. Objetivo geral.....	18
1.7. Objetivos específicos.....	18
1.8. Estrutura da dissertação.....	19
Referências bibliográficas.....	19
Capítulo 2 – Artigo original	
O relacionamento com o treinador está associado à motivação, autoestima e resiliência de atletas paralímpicos de atletismo?.....	24
Referências bibliográficas.....	46
Capítulo 3 – Artigo original	
A diáde treinador-atleta e o impacto do relacionamento na motivação, autonomia e suporte social de atletas do atletismo paralímpico.....	54
Referências bibliográficas.....	73
Considerações finais.....	76
Apêndices.....	78
Anexos.....	84

CAPÍTULO 1

INTRODUÇÃO GERAL E ESTRUTURA DA DISSERTAÇÃO

Introdução e caracterização do tema
 Problema
Justificativa social e científica
 Delimitação do estudo
 Limitações do estudo
 Definição dos termos
 Objetivos
Estrutura da dissertação
Referências bibliográficas

1 INTRODUÇÃO

1.1. Caracterização do tema

De acordo com o Relatório Mundial sobre a Deficiência (WHO, 2012), 15% da população mundial vive com alguma deficiência. No Brasil, 6,7% da população tem algum tipo de deficiência (IBGE, 2011), sendo 1,3% de pessoas com deficiência física (Malta et al.,2016). A deficiência não é compreendida somente a partir das modificações fisiológicas que causa no indivíduo, mas também a partir do resultado das interações da pessoa com deficiência e as barreiras ambientais e comportamentais que impedem a sua participação na sociedade de forma igualitária (Martin, 2013; WHO, 2012). As deficiências físicas são classificadas a partir do comprometimento temporário ou permanente dos sistemas: ósteo-articular (má-formações ou amputações), muscular (distrofias), nervoso central ou periférico (lesão cerebral ou do sistema nervoso) (Freitas, & Santos, 2012; Marques, & Gutierrez, 2016).

O esporte é uma das formas de inclusão da pessoa com deficiência na sociedade, garantida por lei (Brasil, 2016a), com o objetivo de promover saúde, qualidade de vida e integração social (Blauwet, & Willick, 2012). O esporte paralímpico apresenta-se como uma prática esportiva para pessoa com deficiência voltada para a participação competitiva (Cardoso, & Gaya, 2014). Essa prática tem ganhado destaque no cenário internacional nas últimas décadas, e o Brasil tem ganhado visibilidade no segmento, vencendo por três vezes consecutivas os Jogos Para-Panamericanos (2007, 2011 e 2015), a principal competição das Américas (Haiachi, Cardoso, Reppold Filho, & Gaya, 2016), e conquistando a oitava colocação no ranking de medalhas nos Jogos Paralímpicos de 2016, com o atletismo conquistando o maior número de medalhas entre as modalidades.

Assim como no esporte olímpico, o esporte paralímpico apresenta atletas cada vez mais bem preparados técnica, tática e fisicamente, sendo a preparação psicológica um fator considerado como diferencial para a otimização do desempenho, sucesso e bem-estar dos atletas (Mauerberg-deCastro, Campbell & Tavares, 2016). Dentre os fatores psicológicos que afetam o bem-estar e o desempenho dos atletas, a motivação tem sido constantemente apontada por atletas e treinadores como um diferencial para o sucesso (Gillet, Berjot, Vallerand, Amoura, & Rosnet, 2012; Taylor, 2015).

De acordo com a Teoria da Autodeterminação (TAD, Deci, & Ryan, 2008), a motivação é definida como a “força” que move o indivíduo a agir, a pensar e a buscar

desenvolver-se. O foco central da teoria é a motivação intrínseca, definida como o comportamento de realizar uma determinada atividade pelo prazer inerente que a mesma proporciona (Ryan, & Deci, 2017). A TAD, a partir de sua mini teoria, a Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas (TNPB), propõe que a pressão, o controle e o autoritarismo tem efeitos negativos na motivação dos indivíduos, pois impedem a satisfação das necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento (Gagne, 2003).

O suporte à autonomia é caracterizado pelo encorajamento que o treinador fornece ao atleta para tomar controle de sua participação e de seus comportamentos no esporte, alimentando os seus interesses e preferências (Smith *et al.*, 2016). Um estudo que verificou a influência de treinadores na motivação e bem-estar de jovens ginastas, revelou que quanto mais os treinadores eram envolvidos com o apoio a autonomia dos atletas, mais intrinsecamente motivados os atletas eram (Gagne, 2003). Outro estudo realizado (Wu, Lai, & Chan, 2014), com atletas universitários chineses, demonstrou que os comportamentos dos treinadores voltados para a satisfação das necessidades de autonomia e relacionamento influenciaram indiretamente a motivação intrínseca dos atletas e promoveram um senso de parentesco entre os mesmos, ou seja, eles se sentiram mais próximos uns dos outros.

No contexto paralímpico também foi constatado que os atletas com deficiência que percebiam receber apoio à autonomia de seus treinadores mostraram-se mais envolvidos com a participação esportiva e mantiveram maior motivação e relações mais positivas com os colegas de equipe (Banack, 2009). Uma outra mini teoria da TAD, a Teoria da Avaliação Cognitiva (TAC), indica que os eventos sociocontextuais, como a comunicação assertiva e o feedback positivo, favorecem a motivação intrínseca dos atletas. De acordo com Amorose e Horn (2001), quando os treinadores baseiam seus treinamentos no feedback positivo e na instrução, os atletas sentem-se mais motivados para a realização de suas atividades, contribuindo ainda para a percepção que os mesmos possuem sobre o apoio social recebido. Em estudo realizado por Passos, Costa, Nascimento-Junior, Moreira, e Vieira (2018), com atletas de futsal do alto rendimento sem deficiência, verificou-se que o relacionamento estabelecido dentro da equipe foi considerado como um fator importante para a motivação do atleta na prática do esporte alto rendimento.

Os relacionamentos estabelecidos no contexto esportivo, especificamente com o treinador, afetam as experiências esportivas e o desempenho dos atletas (Oliveira, Borboleto, & Nunomoura, 2017). O relacionamento treinador-atleta (RTA) é definido como um estado social no qual sentimentos, pensamentos e comportamentos de treinadores e atletas encontram-se conectados em torno de um objetivo (Jowett *et al.*, 2017). As altas percepções da qualidade do RTA estão associadas a desfechos positivos para o atleta, ou seja, quando o atleta percebe que é próximo de seu treinador, tem a sua admiração e respeito e sente que pode contar com ele para uma relação a longo prazo, mais motivados esses atletas tornam-se para a prática esportiva (Yang, & Jowett, 2017).

Para o atleta com deficiência, o suporte social recebido dos familiares, treinadores e colegas de equipe torna-se um fator motivador para a permanência do atleta no esporte já que, a depender de como a deficiência afeta a funcionalidade, o atleta pode necessitar de maior ou menor suporte para o enfrentamento das barreiras e adversidades encontradas no contexto esportivo (Omar-Fauzee, Mohd-Ali, Geok, & Ibrahim, 2010). Um estudo realizado com atletas de rugby de cadeira de rodas (Machida, Irwin, & Feltz, 2013) mostrou que o suporte social, moral e físico, de assistência às barreiras e limitações físicas, foi um fator considerado importante para o desenvolvimento da resiliência nos atletas. De modo semelhante, Galli e Vealey (2008) sugeriram que as influências socioculturais, como o apoio social, interação com fatores pessoais para facilitar o processo de resiliência.

Assim como a motivação, a resiliência é uma característica psicológica importante para a manutenção da prática esportiva e o enfrentamento das adversidades decorrentes dessa prática no contexto competitivo, como os desafios e as pressões (Galli, & Gonzalez, 2014). A resiliência é entendida como uma capacidade dinâmica que auxilia os indivíduos a lidarem de forma positiva com as adversidades (Bryan, O'Shea, & McIntyre, 2019). A prática esportiva no alto rendimento, apesar de integrar o atleta com deficiência na sociedade, também o insere em um campo extremamente competitivo, cheio de pressões e avaliações constantes (Sanches, & Rubio, 2010). Assim, possuir e manter níveis adequados de resiliência durante a prática esportiva torna-se uma estratégia protetiva para a pessoa com deficiência. Além da motivação e dos relacionamentos interpessoais, a autoestima é considerada como fatores que interferem positivamente na resiliência dos indivíduos (Resnick, 2010). Os atletas que sentem-se apoiados na sua tarefa pelos seus treinadores sentem-se mais motivados, capazes e respondem de modo resiliente a

situações adversas no contexto esportivo, sentindo-se mais autoconfiantes e melhorando a autoestima (Belém, Caruzzo, Nascimento Junior, Vieira, & Vieira, 2014; White, & Bennie, 2015)

A autoestima diz respeito a uma percepção do indivíduo sobre si ou uma avaliação subjetiva que ele faz de seu próprio valor (Sedikides, & Gress, 2003). Estudos demonstram que uma forma de proporcionar o desenvolvimento de autoestima dos atletas é satisfazendo as suas necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento (Fox, & Lindwall, 2014; Jalayondeja, Jalayondeja, Suttiwong, Sullivan, & Nilanthi, 2016). O esporte promove uma maior autoestima em seus praticantes por meio da melhora na percepção de si mesmo e no aumento de sua capacitação esportiva (Hutzler & Bar-Eli, 1993). Nesse sentido, a participação esportiva promove à pessoa com deficiência uma maior autonomia, facilitação da vida diária e maior demonstração de competências, afetando positivamente a vida dessas pessoas, benefícios esses que acabam não estando ao alcance de pessoas com deficiência que não praticam atividade física, por exemplo (Ferreira, Gaspar, Campos, & Senra, 2011).

Assim, sabendo que a motivação, o RTA, a autoestima e a resiliência podem interferir na prática esportiva da pessoa com deficiência, e enfatizando a escassa produção científica encontrada na associação entre a psicologia e o esporte paralímpico, ressalta-se a relevância do presente estudo. Entende-se que a investigação aqui realizada contribuirá para a compreensão das relações que se estabelecem entre treinadores e atletas com deficiência física praticantes de atletismo, e que o produto deste estudo auxiliará na prática dos profissionais envolvidos com a preparação esportiva no contexto paralímpico.

Diante de tais considerações, essa dissertação visa responder como o relacionamento com o treinador interfere na motivação, resiliência, autoestima, autonomia e suporte social de atletas com deficiência física do atletismo paralímpico.

1.2. Justificativa

Tendo em vista que o número de atletas com deficiência que entram nas modalidades existentes no esporte paralímpico está em ascensão no Brasil, motivados pelo desejo de alavancar a carreira esportiva e melhorar o desempenho (Cardoso, Haiachi, Reppold Filho, & Gaya, 2018) e que as pesquisas na área ainda são escassas e não acompanham o crescimento do esporte (Banack, Sabiston, & Bloom, 2011), entende-se

como necessária a investigação de como os aspectos relacionais, como o relacionamento entre o treinador e o atleta com deficiência, interferem em algumas variáveis consideradas importantes para o desempenho, bem-estar e manutenção na prática esportiva, como a motivação, a resiliência, a autoestima, a autonomia e o suporte social.

Embora existam semelhanças entre atletas de alto rendimento com e sem deficiência, também existem diferenças importantes que justificam a pesquisa para examinar como a relação com os treinadores interfere nos fatores psicológicos de atletas paralímpicos (Kokun, & Shamykh, 2016). Levando em consideração que há uma necessidade de pesquisa orientada por teoria empírica – como a TAD, sobre treinadores de atletas com deficiência e como a relação entre esses personagens interfere nos aspectos psicológicos dos envolvidos na relação, entende-se a pesquisa psicológica neste contexto como relevante para a Psicologia e as Ciências do Esporte (Ferreira, Gaspar, Campos, & Senra, 2011; Kokun, & Shamykh, 2016). Há ainda uma necessidade de compreender como os fenômenos psicológicos ocorrem no esporte paralímpico, a fim de orientar e otimizar a intervenção dos profissionais que trabalham nesse contexto.

Além disso, justifica-se a relevância da pesquisa pela aproximação da pesquisadora com os temas investigados durante a graduação e pós-graduação. As experiências vivenciadas a partir do contato com a Psicologia do Esporte aplicada à pessoa com deficiência e o atletismo paralímpico permitiram compreender a necessidade do desenvolvimento de estudos nessa área, como forma de possibilitar a ampliação dos conhecimentos dos aspectos psicológicos no contexto do esporte paralímpico necessários para o planejamento das intervenções por psicólogos, educadores físicos, e demais profissionais que compõem a equipe multidisciplinar.

1.3. Delimitação da pesquisa

O presente estudo esteve delimitado a atletas com deficiência física de atletismo paralímpico e seus treinadores. O atletismo paralímpico abrange as deficiências visual, intelectual e física, porém este estudo inclui apenas atletas com deficiência física, com deficiências congênitas e adquiridas, exceto os atletas com paralisia cerebral. Os atletas com paralisia cerebral foram excluídos porque o estudo não incluiu instrumentos adequados para verificar o possível grau de comprometimento cognitivo dos atletas.

1.4. Limitações da pesquisa

Uma das limitações da pesquisa está relacionada a quantidade amostral, em decorrência dos critérios de inclusão e do pequeno número de competições disponíveis ao longo do período desse projeto. Os espaços de competições, ao mesmo tempo em que são locais onde há um aglomerado maior de atletas, possibilitando ao pesquisador maior acesso e facilidade para a coleta, muitas vezes pode tornar-se inviável e inadequado para a realização dessa atividade, visto que os atletas estão em períodos pré ou pós-competitivos, podendo levar ao enviesamento das respostas aos questionários e entrevistas. No entanto, o procedimento de coleta tentou preservar o bem-estar dos atletas nesses períodos. Outra limitação diz respeito aos questionários e inventários utilizados nessa pesquisa, que não são validados para a população com deficiência física nem para atletas paralímpicos.

1.5. Definição dos termos

Atleta paralímpico: São atletas com deficiência que participam das competições oficiais organizadas pelos órgãos responsáveis pelo esporte paralímpico.

Esporte paralímpico: O termo *paralímpico*, apesar de diferente da grafia oficial adotada no Brasil – “paraolímpico”, foi adotado pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB) em 2011 para adequação aos padrões utilizados pelo Comitê Paralímpico Internacional (International Paralympic Committee — IPC) (Brasil, 2016b).

Pessoa com deficiência: Pessoa que tem algum impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial (Brasil, 2016a). Considera-se que o conceito de deficiência é complexo e multidimensional, entendendo-a a partir de um “modelo biológico-psíquico-social”, onde funcionalidade e deficiência são compreendidas a partir da interação entre fatores biológicos, pessoais, ambientais e contextuais (WHO, 2012). Neste trabalho, adotar-se-á o termo “atleta com deficiência”, quando usado no lugar da palavra pessoa.

Relacionamento treinador-atleta (RTA): “É definido ou conceitualizado como uma situação social na qual atletas e treinadores criam meios em que seus sentimentos,

pensamentos e comportamentos sejam mutualmente ou causalmente interdependentes” (Yang, & Jowett, 2017).

Teoria da Autodeterminação (TAD): É uma abordagem teórica da motivação humana, bastante utilizada no contexto esportivo, que emprega uma metateoria organísmica que destaca a importância dos recursos internos evoluídos dos seres humanos para o desenvolvimento da autorregulação comportamental (Deci, & Ryan, 2000).

Teoria da Avaliação Cognitiva (TAC): É uma mini teoria da TAD que sugere que os ambientes sociais podem facilitar ou impedir a motivação intrínseca, apoiando ou frustrando a satisfação das necessidades psicológicas básicas (Deci, & Ryan, 2000).

Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas (TNPB): É uma mini teoria da TAD que pressupõe que as pessoas tem um conjunto ilimitado de necessidades psicológicas básicas, cuja satisfação é essencial para o desenvolvimento e bem-estar (Ryan, & Deci, 2017; Vansteenkiste, Ryan, & Soenens, 2020).

1.6. Objetivo geral

Investigar o papel do relacionamento com o treinador na motivação, resiliência e autoestima em atletas do atletismo paralímpico.

1.7. Objetivos específicos

1. Identificar o perfil sociodemográfico (idade, etiologia da deficiência, tempo com o treinador, etc.) dos atletas com deficiência física do atletismo paralímpico brasileiro;
2. Comparar a qualidade do RTA, da motivação, da autoestima e da resiliência em função do tempo do atleta com deficiência com o treinador;
3. Comparar a autoestima, as dimensões da motivação e da resiliência em função da qualidade do RTA (alta e moderada) de atletas com deficiência física.
4. Correlacionar as dimensões da qualidade do RTA e do tempo com o treinador com as regulações de motivação, a autoestima e a resiliência dos atletas paralímpicos;
5. Compreender como a díade treinador-atleta afeta a percepção da qualidade do RTA entre treinadores e atletas paralímpicos;

6. Compreender como a díade treinador-atleta afeta a autonomia e suporte social dos atletas paralímpicos.

1.8. Estrutura da dissertação

Esta dissertação está estruturada de acordo com o Regimento Interno do Colegiado de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF), em seu artigo 27, inciso 4, que sugere a apresentação sob a forma de um volume contendo: I. Descrição sucinta da pesquisa e principais resultados obtidos; II. Dois artigos científicos, ambos elaborados de acordo com as normas de periódicos científicos de reconhecida qualidade na área de Psicologia e em plenas condições de serem publicados.

No primeiro capítulo são apresentadas a introdução, a problemática da pesquisa, a justificativa, as delimitações, as limitações do estudo e os objetivos. Os dois capítulos seguintes são compostos por artigos originais regidos segundo as normas da *American Psychological Association* (APA), padrão adotado pela maioria das revistas de publicação em Psicologia nacional e internacional. Por fim, na última sessão são apresentadas as conclusões gerais da pesquisa.

Referências Bibliográficas

- Amorose, A. J., & Horn, T. S. (2001). Pre- to post-season changes in the intrinsic motivation of first year college athletes: Relationships with coaching behavior and scholarship status. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(4), 355–373. DOI: 10.1080/104132001753226247
- Banack, H. (2009). *Coaching Behaviours and the Motivation of Paralympic Athletes*. Dissertação de Mestrado (Mestrado em Educação). Montreal.
- Banack, H. R., Sabiston, C. M., & Bloom, G. A. (2011). Coach Autonomy Support, Basic Need Satisfaction, and Intrinsic Motivation of Paralympic Athletes. *Physical Education, Recreation and Dance*, 82 (4), 722-730.
- Belém, I. C., Caruzzo, N. M., Nascimento Junior, J. R. A. do, Vieira, J. L. L., & Vieira, L. F. (2014). Impact of coping strategies on resilience of elite beach volleyball athletes. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 16(4), 447-455.
- Blauwet, C., & Willick, S. E. (2012). The Paralympic Movement: Using Sports to Promote Health, Disability Rights, and Social Integration for Athletes With Disabilities. *PM&R*, 4(11), 851–856. DOI:10.1016/j.pmrj.2012.08.015

- Brasil. (2016a). Lei 13.146. *Institui a lei brasileira de inclusão da pessoa com deficiência* (Estatuto da pessoa com deficiência).
- Brasil. Senado Federal. (2016b). Paraolímpico, Paralímpico. *Manual de Comunicação da Secretaria de Comunicação Social do Senado Federal*. Disponível em: <http://www12.senado.leg.br/manualdecomunicacao/redacao-e-estilo/estilo/paraolimpico-paralimpico>.
- Bryan, C., O'Shea, D., & MacIntyre, T. (2019). Stressing the relevance of resilience: a systematic review of resilience across the domains of sport and work. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-41. DOI: 10.1080/1750984x.2017.1381140
- Cardoso, V. D., & Gaya, A. C. (2014). A classificação funcional no esporte paralímpico. *Conexões*, 12(2), 132-146.
- Cardoso, V., Haiachi, M., Reppold Filho, A., & Gaya, A. (2018). The structural and human resources support for Brazilian Paralympic athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(4), 1-11. doi:<https://doi.org/10.14198/jhse.2018.134.14>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182–185. DOI: 10.1037/a0012801
- Ferreira, J. P., Gaspar, P. M., Campos, M. J., & Senra, C. M. (2011). Auto-eficácia, competência física e auto-estima de praticantes de basquetebol com e sem deficiência física. *Motricidade*, 7(1), 55-68.
- Freitas, P. S., & Santos, S. S. (2012). Fundamentos básicos da classificação esportiva para atletas paralímpicos. Em Mello, M. T., & Oliveira Filho, C. W. (Eds.). *Esporte paralímpico* (pp. 45-49). São Paulo: Editora Atheneu.
- Fox, K. R., & Lindwall, M. (2014). Self-esteem and self-perceptions in sport and exercise. *Routledge Companion to Sport and Exercise Psychology*, 34-48.
- Gagné, M. (2003). *Motivation and Emotion*, 27(3), 199–223. DOI:10.1023/a:1025007614869
- Galli, N., & Gonzalez, S. P. (2014). Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 243–257. DOI:10.1080/1612197x.2014.946947
- Galli, N., & Vealey, R. S. (2008). "Bouncing back" from adversity: Athletes' experiences of resilience. *The Sport Psychologist*, 22(3), 316–335.
- Gillet, N., Berjot, S., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Rosnet, E. (2012). Examining the motivation-performance relationship in competitive sport: A cluster-analytic approach. *International Journal of Sport Psychology*, 43(2), 79–102.
- Haiachi, M. de C., Cardoso, V. D., Reppold Filho, A. R., & Gaya, A. C. A. (2016). *Reflexões sobre a carreira do atleta paraolímpico brasileiro*. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(10), 2999–3006.

- Hutzler, Y., & Bar-Eli, M. (1993). Psychological Benefits of Sport for Disabled People: A Review. *Medicine & Science in Sports*, 3, 217–228.
- IBGE. (2011). *Censo Demográfico 2010: características da população e dos domicílios*. Rio de Janeiro: IBGE. Recuperado de: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9662-censo-demografico-2010.html?=&t=destaques>
- Jalayondeja, C., Jalayondeja, W., Suttiwong, J., Sullivan, P. E., & Nilanthi, D. L. (2016). Physical activity, self-esteem, and quality of life among people with physical disability. *The Southeast Asian Journal of Tropical Medicine and Public Health*, 47(3), 546-558.
- Jowett, S., Adie, J. W., Bartholomew, K. J., Yang, S. X., Gustafsson, H., & Lopez-Jiménez, A. (2017). Motivational processes in the coach-athlete relationship: A multi-cultural self-determination approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 143–152.
- Kokun, O., & Shamykh, O. M. (2016). Psychological characteristics of paralympic athletes' self-realisation. *Social Welfare*, 2(6), 138-147.
- Machida, M., Irwin, B., & Feltz, D. (2013). Resilience in Competitive Athletes With Spinal Cord Injury. *Qualitative Health Research*, 23(8), 1054–1065
- Malta *et al.* (2016). Prevalência autorreferida de deficiência no Brasil, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(10), 3253-3264. DOI: 10.1590/1413-812320152110.17512016
- Martin, J. J. (2013). Benefits and barriers to physical activity for individuals with disabilities: a social-relational model of disability perspective. *Disability and Rehabilitation*, 35(24), 2030–2037. DOI:10.3109/09638288.2013.802377
- Marques, R. F. R., & Gutierrez, G. L. (2014). *O Esporte Paralímpico no Brasil: profissionalismo, administração e classificação de atletas*. São Paulo: Phorte.
- Mauerberg-DeCastro, E., Campbell, D. F., & Tavares, C. P. (2016). The global reality of the Paralympic Movement: Challenges and opportunities in disability sports. *Motriz*, 22(3), 111-123
- Oliveira, M. S., Borboletto, M. A. C., & Nunomura, M. (2017). A relação técnico-atleta na ginástica rítmica feminina. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 31(3), 639-650.
- Omar-Fauzee, M. S., Mohd-Ali, M., Geok, S. K., & Ibrahim, N. (2010). The participation motive in the Paralympics. *Journal of Alternative Perspectives in the Social Sciences*, 2(1), 250-272.
- Passos, P. C. B, Costa, L. C. A., Nascimento Júnior J. R. A., Moreira C. F., & Vieira, L. F. (2018). Futsal de alto rendimento: uma fonte de motivação autodeterminada e satisfação atlética? *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 26 (3), 75-82.
- Resnick, B. (2010). The Relationship Between Resilience and Motivation. *Resilience in Aging*, 199–215. DOI:10.1007/978-1-4419-0232-0_13

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Sanches, S. M., & Rubio, K. (2010). Reflexões sobre o conceito de resiliência: superando adversidades no contexto esportivo. *Polêmica*, 9(2), 92-98.
- Sedikides, C., & Gress, A. P. (2003). Portraits of self. In Hogg, M. A., & Cooper, J. (Eds.), *Sage Handbook of social psychology* (pp. 110-138). Londres, Reino Unido: Sage.
- Smith, N., *et al.* (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. DOI: 10.1016/j.psychsport.2015.11.001
- Taylor, I. (2015). The five self-determination mini-theories applied to sport. In S. D. Mellalieu & S. Hanton (Eds.), *Contemporary advances in sport psychology: A review* (pp. 68–90).
- Vansteenkiste, M., Ryan, R.M. & Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and Emotion*, 44, 1–31. DOI: 10.1007/s11031-019-09818-1
- White, R. L., & Bennie, A. (2015). Resilience in Youth Sport: A Qualitative Investigation of Gymnastics Coach and Athlete Perceptions. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 10(2-3), 379–393. DOI:10.1260/1747-9541.10.2-3.379
- World Health Organization – WHO. (2012). *Relatório mundial sobre a deficiência*. Lexicus serviços linguísticos (trad.). São Paulo: SEDPcD.
- Wu, A. M. S., Lai, M. H. C., & Chan, I. T. (2014). Coaching Behaviors, Satisfaction of Needs, and Intrinsic Motivation Among Chinese University Athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(3), 334–348. DOI:10.1080/10413200.2014.888107
- Yang, S. X., & Jowett, S. (2017). Understanding and enhancing coach-athlete relationships through the 3+1Cs model. Thelwell, R., Haewood, C., Greenlees, I. (Eds). *The PSYchology of Sports Coachin* (pp. 54-67). London: Routledge.

CAPÍTULO 2

ARTIGO ORIGINAL

O relacionamento com o treinador está associado à motivação, autoestima e resiliência de atletas paralímpicos de atletismo?

*Artigo nas normas da Psicologia: Ciência e Profissão
Classificação CAPES A1 – Área de avaliação em Psicologia
Classificações de periódicos quadriênio 2013-2016*

O relacionamento com o treinador está associado à motivação, autoestima e resiliência de atletas paralímpicos de atletismo?

Resumo

A Teoria da Autodeterminação (TAD) sustenta que as relações sociais podem interferir nos motivos pelos quais os atletas aderem e permanecem em uma determinada atividade. O relacionamento que o atleta mantém com o treinador é considerado importante para a satisfação das necessidades psicológicas básicas de competência, autonomia e apoio social, que favorecem não só a motivação autônoma, como a resiliência e autoestima de atletas com deficiência. Assim, o objetivo do presente estudo foi investigar a associação do relacionamento com o treinador (tempo e qualidade) com a motivação, autoestima e resiliência de atletas paralímpicos de atletismo. Participaram do estudo 70 atletas de atletismo com deficiência física, com média de idade de $32,45 \pm 10,45$ anos. Os instrumentos utilizados foram a Escala de Motivação para o Esporte (SMS-II), o Questionário de Relacionamento Treinador-Atleta (CART-Q versão atleta), a Escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC) e a Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). A análise dos dados foi realizada por meio dos testes de *Kolmogorov-Smirnov*, “U” de *Mann-Whitney*, e correlação de *Spearman*, ($p < 0,05$). Os resultados indicaram que as dimensões do RTA correlacionaram-se positiva e significativamente com as regulações mais autônomas da motivação. Verificou-se que os atletas que se percebiam com alta qualidade do RTA apresentaram maior escore nas regulações introjetada ($p=0,022$), identificada ($p=0,012$) e integrada ($p=0,005$) em comparação aos atletas com moderada qualidade. Não foi encontrada diferença significativa nas regulações de motivação, autoestima e resiliência dos atletas em função do tempo com o treinador ($p > 0,05$). Concluiu-se que a qualidade do relacionamento entre o atleta com deficiência física e seu treinador parece ser um fator interveniente apenas na manutenção de uma motivação mais autônoma dos atletas no contexto do atletismo paralímpico.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte. Motivação. Relacionamentos interpessoais. Esporte paralímpico.

Abstract

Self-Determination Theory (SDT) holds that social relationships can interfere in reasons why athletes adhere to and remain in an activity. The coach-athlete relationship (CAR) is considered important for the satisfaction of the basic psychological needs of competence, autonomy and social support, which favor not only autonomous motivation, but also the resilience and self-esteem of athletes with disabilities. Thus, the aim of the present study was to investigate the association of the relationship with the coach (time and quality) with motivation, self-esteem and resilience of paralympic athletics athletes. Seventy athletics athletes with physical disabilities participated in the study, with a mean age of 32.45 ± 10.45 years. The instruments used were the Sport Motivation Scale (SMS-II), Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q athlete version), Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) and Self-Esteem Scale of Rosenberg (EAR). Data analysis was performed using the Kolmogorov-Smirnov test, Mann-Whitney “U” test, and Spearman’s correlation ($p < 0.05$). The results indicated that the dimensions of CAR correlated positively and significantly with the more autonomous regulations of motivation. It was found that athletes who perceived themselves with high quality of RTA had a higher score in the introjected ($p = 0.022$), identified ($p = 0.012$) and integrated ($p = 0.005$) regularions compared to athletes with moderate CAR quality. No significant difference was found in the regulation of motivation, self-esteem and resilience of athletes depending on the time with the trainer ($p > 0.05$). It was concluded that the quality of the relationship between the athlete with physical disability and his trainer seems to be an intervening factor only in maintaining a more autonomous motivation of the athletes in the context of Paralympic athletics.

Keywords: Sports Psychology. Motivation. Interpersonal relationships. Paralympic sports.

Introdução

Dados da Organização das Nações Unidas (United Nations, 2018) apontam que existe mais de um bilhão de indivíduos com algum tipo de deficiência em todo o mundo. No Brasil, 6,7% da população tem alguma deficiência (IBGE, 2011), sendo que 1,3% possui algum tipo de deficiência física, com maior proporção de pessoas que adquiriram a deficiência ao longo da vida (1%) (Malta *et al.*, 2016). Uma das formas de incluir a pessoa com deficiência na sociedade, garantida por lei, é por meio do esporte (BRASIL, 2016).

O esporte paralímpico brasileiro tem ganhado destaque no cenário internacional nas últimas décadas (Baryaev, Shelkov, & Ovseev, 2009; Leite *et al.*, 2013). O Brasil conquistou o primeiro lugar de forma consecutiva nos Jogos Para-Panamericanos (2007, 2011 e 2015), a principal competição das Américas (Cardoso, Haiachi, Reppold Filho, e Gaya, 2018). Nesse cenário, o atletismo foi a modalidade que acumulou o maior número de atletas na delegação brasileira dos Jogos de 2016, conquistando quase metade do número total de medalhas do país (48,9%) (Brittain, 2016; CPB, 2019).

O atletismo é considerado uma modalidade base, já que está associado a movimentos naturais do ser humano, como andar, correr, saltar e arremessar (CBAT, 2019; Laurino, & Pochini, 2003). Essa prática esportiva vem atraindo a atenção da pessoa com deficiência, visto o aumento do número de atletas presentes nas competições nacionais com o passar dos anos, principalmente entre as pessoas com deficiência físico-motora (Facundo *et al.*, 2016; Silva *et al.*, 2019).

As deficiências físicas são decorrentes do comprometimento temporário ou permanente dos sistemas ósteo-articular (má-formações ou amputações), muscular (distrofias) ou nervoso central ou periférico (lesão cerebral ou do sistema nervoso) (Freitas, & Santos, 2012; Marques, & Gutierrez, 2016); podendo ser categorizadas em congênitas, ou seja, presentes desde o nascimento, ou adquiridas, quando a deficiência ocorre em algum momento da vida. O atletismo paralímpico, a partir da classificação funcional, nivela as capacidades físicas dos atletas a fim de tornar as competições mais justas e igualitárias (Cardoso, & Gaya, 2014; Freitas, & Santos, 2012), categorizando os atletas a partir do tipo de prova que compete e de seu nível de comprometimento.

Sendo uma prática voltada para o alto rendimento, o esporte paralímpico apresenta atletas cada vez mais bem preparados técnica, tática e fisicamente, sendo ainda necessário melhorias nas condições oferecidas, para que esses atletas se dediquem à prática esportiva

(Samulski, & Noce, 2002). Nesse sentido, a preparação psicológica é um fator considerado como diferencial para a otimização do desempenho, o sucesso e o bem-estar do atleta com deficiência (Mauerberg-deCastro, Campbell e Tavares, 2016; Pagani, & Messier, 2012). Estudo realizado por Martin e Malone (2013) indicou que atletas com deficiência que possuíam mais habilidades psicológicas, como a capacidade de concentração e de lidar com as adversidades do contexto competitivo, relatavam mais comprometimento e entusiasmo com a prática esportiva do que os atletas que possuíam menos habilidades psicológicas.

Dentre as variáveis psicológicas que afetam o bem-estar e o desempenho dos atletas, a motivação tem sido constantemente apontada como um diferencial para o sucesso esportivo (Gillet, Berjot, Vallerand, Amoura, & Rosnet, 2012; Silva, Silva, Duim, Nascimento Junior, & Araujo, 2019; Taylor, 2015), podendo ser definida como o estudo de por que e como as pessoas se comportam em direção a um objetivo (Graham, & Weiner, 1996; Kruglanski, AW, Chernikova, M., & Kopetz, 2015).

A Teoria da Autodeterminação (TAD, Deci, & Ryan, 2000) é uma das teorias mais utilizadas para compreender a motivação no contexto esportivo (Banack, 2009; Rigby, & Ryan, 2018; Smith et al., 2016). A TAD sustenta que as pessoas podem ser motivadas por diferentes razões, e que tanto fatores internos quanto ambientais podem interferir nos motivos pelos quais as pessoas aderem e permanecem em uma determinada atividade (Deci, & Ryan, 2012; Rigby, & Ryan, 2018; Ryan & Deci, 2017). Ela compreende a motivação a partir de um *continuum* de autonomia, que caracteriza o nível de autodeterminação da motivação (Edmunds, Ntoumanis, & Duda, 2006; Ryan, & Deci, 2017). Assim, entre a ausência completa de motivação (amotivação) e a sua forma mais autodeterminada, encontra-se uma variedade de regulações da motivação (Deci, & Ryan, 2000; Rigby, & Ryan, 2018; Smith et al., 2016).

Depois da amotivação, a forma menos autônoma da motivação é denominada “regulação externa”, que se caracteriza por ações com fins de obter recompensas e evitar punições. Em seguida, encontra-se a “regulação introjetada”, uma forma relativamente controlada de motivação, onde os comportamentos são emitidos para evitar culpa ou ansiedade, por exemplo (Deci, & Ryan, 2000). A “regulação identificada” é uma forma mais autônoma de motivação caracterizada pelo envolvimento em uma atividade por considerar que os resultados são importantes mas não necessariamente por apreciar a atividade (Edmunds, Ntoumanis, & Duda, 2006), como por exemplo exercitar-se para

manter a saúde (Gagne, 2003). Chegando ao polo mais autodeterminado do *continnuum*, encontra-se a “regulação intrínseca”, onde as ações são realizada pelo prazer inerente que proporcionam, como a diversão, o desafio ou o interesse pessoal (Standage, 2012).

De acordo com as pesquisas no contexto esportivo, quanto mais autônoma a motivação de um atleta, ou seja, quando ele realiza as suas atividades pelo prazer inerente que as mesmas proporcionam e não por fatores controladores externos, como pressão e recompensas (Rigby, & Ryan, 2018; Ryan, & Deci, 2012), melhor será o desempenho desse atleta e maior o seu bem-estar na prática esportiva (Gillet, Berjot, Vallerand, Amoura, & Rosnet, 2011; Deci, & Ryan, 2000). Porém, para que o atleta esteja intrinsecamente motivado, é necessário que três necessidades psicológicas básicas sejam satisfeitas: a competência, a autonomia e as relações sociais (Jowet et al., 2017; Ryan, & Deci, 2012).

Essas necessidades são abordadas pela Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas (TNPB), derivada da TAD (Deci, & Ryan, 2000). A TNPB defende que quando as necessidades básicas são satisfeitas, o atleta torna-se mais engajado em sua atividade e apresenta comportamento mais autodeterminado, afetando positivamente o seu bem-estar (Deci, & Ryan, 2012; Felton, & Jowett, 2017; Jowett *et al.*, 2017; Pulido, Sánchez-Oliva, Sánchez-Miguel, Amado, & García-Calvo, 2018).

A este respeito, um estudo realizado com atletas universitários chineses sem deficiências (Wu, Lai, & Chan, 2014) demonstrou que os treinadores que favoreciam a autonomia e relações sociais dos atletas, influenciaram indiretamente a motivação intrínseca dos mesmos. Sabe-se que a manutenção e o aprimoramento da motivação intrínseca requer condições de apoio social, pois pode ser rompida por várias condições sócio-contextuais (Deci, & Ryan, 2000). Nesse sentido, a TAD sugere através de outra mini teoria, a Teoria da Avaliação Cognitiva (TAC), que os ambientes sociais e as relações estabelecidas nesse ambiente podem facilitar ou impedir a motivação intrínseca, afetando a satisfação das necessidades psicológicas básicas (Deci, & Ryan, 2000; Taylor, 2015). Assim, a relação com os pares sociais (equipe, treinador, familiares) é considerada como um fator importante para a internalização da motivação, fazendo com que os atletas sintam-se competentes, relacionados e autônomos (no sentido de vontade que acompanha o ato) (Deci, & Ryan, 2000; Standage, & Ryan, 2012).

O relacionamento treinador-atleta (RTA) é definido cientificamente como um estado no qual os pensamentos de compromisso, sentimentos de proximidade e

comportamentos de complementaridade de treinadores e atletas são mutuamente interdependentes (Jowett & Poczwadowski, 2007; Yang, & Jowett, 2017). O RTA pode ser representado, para fins didáticos, pelo modelo teórico “3+1Cs”, que corresponde aos quatro construtos psicológicos da relação: proximidade, comprometimento, complementaridade e co-orientação (Jowett & Poczwadowski, 2007). A proximidade diz respeito ao caráter afetivo da relação, onde treinador e atleta estabelecem relações de confiança, apreço e afeto; o comprometimento indica o caráter cognitivo da relação, onde são refletidas as intenções de ambos na manutenção do relacionamento a longo prazo; e a complementaridade está relacionada ao caráter comportamental do relacionamento, indicando a cooperação mútua entre treinador e atleta (Yang, & Jowett, 2017). A co-orientação lida com as inter-percepções e inter-experiências de treinadores e atletas (Jowett, & Clark-Carter, 2006; Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005).

Um estudo com atletas paralímpicos canadenses (Banack, Sabiston, & Bloom, 2011) verificou que os atletas que recebiam de seus treinadores apoio à autonomia se mostraram mais envolvidos com a participação esportiva, mantiveram relações mais positivas com os colegas de equipe e apresentaram maior motivação intrínseca, demonstrando assim que os treinadores são influências potencialmente importantes na autodeterminação de um atleta com deficiência. Estudos com diferentes grupos de atletas indicam que os atletas que percebem o relacionamento com o treinador baseado na confiança, respeito e apoio, mostram-se mais motivados intrinsecamente para a prática esportiva (Álvarez, Balaguer, Castillo, & Duda, 2009; Jowett et al., 2017; Moura et al., 2019).

Assim como a motivação, a resiliência psicológica também é citada como uma variável importante no contexto esportivo, tanto para o enfrentamento das adversidades nesse contexto (Codonato et al., 2018; Morgan, Fletcher, & Sakar, 2013; Sanches, 2016), quanto para a manutenção do bem-estar e saúde mental dos atletas (Bryan, O’Shea, & McIntyre, 2019; Hosseini, & Besharat, 2010). De acordo com Fletcher e Sarkar (2013), a resiliência é definida como recursos e proteção contra o potencial efeito negativo de estressores desenvolvidos a partir de processos mentais e comportamentais dos atletas. Os atletas que apresentam índices considerados ideais de resiliência conseguem manter o bom funcionamento psicológico e a motivação para a realização de suas tarefas (Resnick, 2010). A resiliência também apresenta associação positiva com as relações interpessoais e a autoestima, consideradas como fatores protetivos do indivíduo (Fletcher & Sarkar,

2013; Resnick, 2010). Machida, Irwin, e Feltz (2013) verificaram que o suporte encontrado nos familiares, colegas de equipe e treinador foi fundamental para o desenvolvimento da resiliência em atletas de rugby de cadeiras de rodas. Assim, os atletas que são apoiados nas suas tarefas pelos seus treinadores, por exemplo, sentem-se mais motivados, capazes e respondem de modo mais resiliente a situações adversas no contexto esportivo (White & Bennie, 2015, Belém et. al., 2014), além de se sentirem mais autoconfiantes, aumentando os níveis de autoestima, que é um atributo psicológico afetado em indivíduos com deficiência (Nemček, 2017).

A autoestima pode ser definida como pensamentos e atitudes, que podem ser positivos ou negativos, de uma pessoa em relação a si mesma ou sobre seu próprio valor (Rosenberg, 1965; Madsen, 2014). Sabe-se que a participação esportiva promove uma maior autoestima à pessoa com deficiência por meio da melhora na percepção de si e de suas capacidades (Martin, & Manole, 2013; Nemček, 2017; Scarpa, 2011; Swanson, Colwell, & Zhao, 2008). Estudo realizado por Kolayis (2014) demonstrou que a autoestima, de jogadores de basquete em cadeira de rodas esteve correlacionada negativamente com a motivação extrínseca, a amotivação e a ansiedade-estado, indicando que a autoestima, bem como a resiliência, são fatores protetivos do atleta com deficiência.

Considerando que a motivação, a qualidade do RTA, a autoestima e a resiliência são fatores importantes tanto para o aprimoramento do desempenho no esporte competitivo quanto para a promoção de bem-estar do atleta com deficiência na prática esportiva, e que são escassos os estudos que analisam as relações entre essas variáveis no contexto paralímpico brasileiro, justifica-se a realização e relevância do presente estudo. Entende-se que esse estudo contribuirá para a compreensão do papel das relações interpessoais (RTA) para o desenvolvimento de atributos psicológicos como motivação, resiliência e autoestima, proporcionando informações importantes para o trabalho de treinadores, psicólogos e pesquisadores. Diante disso, este estudo teve como objetivo investigar a associação do relacionamento com o treinador (tempo e qualidade) com a motivação, autoestima e resiliência de atletas paralímpicos de atletismo.

Métodos

Desenho do estudo

Trata-se de um estudo descritivo com delineamento transversal e investigação metodológica (Ato, López-Garcia, & Benavente, 2013). O estudo foi desenvolvido por

meio das diretrizes do Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE) para estudos observacionais (Malta, Cardoso, Bastos, Magnanini, & Silva, 2010).

Participantes

Participaram da pesquisa 70 atletas brasileiros com deficiência física da modalidade atletismo, sendo 58 homens e 12 mulheres, com média de idade de $32,45 \pm 10,45$ anos, participantes da Fase Regional Norte-Nordeste de Atletismo do Circuito Brasil Loterias Caixa e do Campeonato Brasileiro de Atletismo do Circuito Loterias Caixa, realizados nos meses de março e setembro de 2019, respectivamente, pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB). O CPB é uma das entidades brasileiras responsáveis pela realização de eventos competitivos para atletas com deficiência. Os participantes foram selecionados de forma não-probabilística e por conveniência, sendo adotados os seguintes critérios de inclusão: 1) Ter no mínimo 18 anos; 2) Ser atleta há mais de 1 ano; 3) Já ter participado de competições de nível regional, no mínimo; 4) Ser atleta dentro das seguintes classificações funcionais, para atletismo: T42 a T46, T51 a T54, F40 a F46, e F51 a F57; e 5) Assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Instrumentos

Relacionamento treinador-atleta

Para avaliar a qualidade do RTA foi utilizado o “Questionário de Relacionamento Treinador-Atleta (CART-Q) – versão atleta”, desenvolvido por Jowett e Ntoumanis (2004), e adaptado e validado para o contexto brasileiro por Vieira et al. (2015), com consistência interna de 0,91 e alfa variando entre $\alpha = 0,70$ a $\alpha = 0,83$. O CART-Q é o instrumento mais utilizado para medir os aspectos afetivos, cognitivos e comportamentais do RTA e avaliar a qualidade dessa relação a partir de uma perspectiva direta. O instrumento é composto de 11 itens distribuídos em três dimensões: Proximidade, Comprometimento e Complementaridade. Para a proximidade, possui itens, como “Eu respeito meu treinador”; para o comprometimento: “Eu sou comprometido com meu treinador”; e para a complementaridade: “Quando eu sou treinado pelo meu treinador, eu estou à vontade”. Os itens são respondidos em uma escala do tipo Likert de 7 pontos, num *continuum* de “0” (discordo totalmente) a “7” (concordo totalmente).

Motivação

A motivação foi avaliada pela Escala de Motivação para o Esporte – II (SMS-II), criada por Pelletier, Rocchi, Vallerand, Deci, & Ryan (2013), e adaptada e validada para o contexto brasileiro por Nascimento Junior et al. (2014), com boa consistência interna ($> 0,70$). O instrumento é composto de 18 itens distribuídos em seis subescalas: regulação intrínseca, regulação integrada, regulação identificada, regulação introjetada, regulação externa e desmotivação. Ao preencher os itens, o respondente tem como questão norteadora: “Por que você pratica este esporte?”. Para a regulação intrínseca, há itens como: “Porque é muito interessante saber como eu posso melhorar”; para a regulação integrada: “Porque praticar esportes é parte fundamental na minha vida”; para a regulação identificada: “Porque é uma das melhores maneiras que escolhi para desenvolver outros aspectos de mim mesmo”; para a regulação introjetada: “Porque eu me sinto melhor quando eu pratico”; para a regulação externa: “Porque eu acho que os outros me desaprovam se eu não praticasse”; e para a desmotivação: “Eu não sei mais, tenho a impressão que sou incapaz de ter sucesso nesse esporte”. Os itens devem ser respondidos através de uma escala tipo Likert de sete pontos que varia de “1” (não corresponde totalmente) a “7” (corresponde completamente).

Resiliência

O nível de resiliência foi avaliado por meio da Escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC), desenvolvida originalmente por Connor e Davidson (2003), e adaptada e validada para a língua portuguesa (RISC-Br, Solano, 2016), com coeficiente alfa de 0,93 e coeficiente de correlação intraclasse de 0,84, indicando adequadas consistência interna e estabilidade temporal. A RISC-Br é composta por 25 itens com uma escala que varia de “totalmente falso” (zero) a “quase sempre verdadeiro” (quatro), que reflete diferentes níveis de resiliência e abrange quatro fatores: tenacidade, adaptabilidade-tolerância, amparo/confiança no apoio de fora e intuição.

A tenacidade diz respeito a persistência em atingir objetivos mesmo quando há obstáculos, e possui itens como: “Eu me esforço ao máximo, não importa qual seja o resultado”; a adaptabilidade-tolerância refere-se a capacidade que o indivíduo tem de adaptar-se e recuperar-se diante de uma adversidade, e lidar com os problemas da melhor forma possível, como demonstra o item: “Eu consigo me adaptar quando mudanças acontecem”; para o amparo/confiança no apoio de fora, que diz respeito a rede de apoio que o indivíduo tem como suporte para o enfrentamento das adversidades, há itens como:

“Eu tenho pelo menos um relacionamento próximo e seguro com alguém que me ajuda quando estou nervoso”; e para a intuição, que é uma dedução do sujeito sobre os acontecimentos ou problemas, o instrumento traz itens como: “Ao lidar com os problemas da vida, eu às vezes sigo minha intuição, sem saber por quê”.

Autoestima

A autoestima foi avaliada por meio da Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) (Rosenberg, 1965), validada para o contexto brasileiro por Hutz (2000). A escala possui 10 itens que avalia a autoestima total, sendo seis referentes a uma visão positiva de si mesmo e quatro referentes a uma visão autodepreciativa. Está disposta no formato *Likert* de quatro pontos que vai de “discordo totalmente” a “concordo totalmente”, e possui como itens afirmações como o seguinte exemplo: “Eu tenho uma atitude positiva com relação a mim mesmo”.

Questões sócio demográficas

Foi utilizado ainda um questionário contendo questões de cunho sócio demográfico (como, por exemplo: sexo, idade, escolaridade, tipo de deficiência), além de questões pertinentes à prática esportiva do atleta (ex.: modalidade, tempo de prática, classificação funcional, participação em competições, títulos esportivos, entre outros).

Procedimentos

Inicialmente a pesquisadora entrou em contato com o Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB), com o intuito de esclarecer os objetivos e procedimentos da pesquisa e obter anuência. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Vale do São Francisco, de acordo com as normas da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisa envolvendo seres humanos, sob o parecer nº 3076661. A coleta de dados foi realizada nas cidades de João Pessoa/PB e São Paulo/SP, cidades sedes das competições.

A aplicação dos questionários foi realizada de forma individual, em uma sala privativa, com a ausência dos treinadores, antes das competições, e o preenchimento dos questionários teve duração aproximada de 30 minutos. A ordem dos questionários foi

aleatorizada entre os participantes. Para evitar fontes de viés, um único avaliador aplicou os questionários.

Análise dos Dados

A análise preliminar dos dados foi realizada por meio do teste de normalidade de *Kolmogorov-Smirnov*. Dada a distribuição não-paramétrica, foi utilizada a mediana (Md) e o intervalo interquartilico (Q1-Q3) como medidas de tendência central e de dispersão. O teste “U” de *Mann-Whitney* foi utilizada para verificar a comparação da motivação, resiliência e autoestima em função do tempo com o treinador e qualidade do RTA. Para tal análise foi calculado o escore total de RTA (média das 3 dimensões) e, em seguida, os atletas foram divididos em dois grupos (alta e moderada qualidade do RTA) de acordo com o processo de “*Median Split*” (<6,58 = moderada e >6,58 = alta). A variável tempo com o treinador também foi estratificada em dois grupos de acordo com o processo de “*Median Split*” (Até 33 meses e Mais de 33 meses). A correlação de *Spearman* foi utilizada para verificar a relação do tempo com o treinador e da qualidade do RTA com a motivação, autoestima e resiliência dos atletas. Tais análises foram conduzidas no software SPSS v.22.0, adotando o nível de significância $p < 0,05$.

Resultados

A tabela 1 traz a caracterização dos participantes deste estudo, indicando que a maioria dos atletas com deficiência era do sexo masculino (83%), sendo apenas 12 mulheres atletas. A maioria dos atletas (58,6%) possui ensino médio completo. 22,8% possuem ensino superior completo, 10,0% nível fundamental incompleto e 8,6% nível fundamental completo. Observa-se também maior prevalência de atletas que adquiriram a deficiência ao longo da vida (57%). E o nível competitivo dos atletas ficou distribuído entre regional (38,5%), nacional (33%) e internacional (28,5%). A maioria dos atletas (97, 1%) já conquistou medalhas decorrente de sua participação esportiva.

Tabela 1 - Perfil dos atletas com deficiência física de atletismo paralímpico.

Características sociodemográficas	Participantes (n=70)
<i>Sexo</i>	
Masculino	58 (83%)
Feminino	12 (17%)
<i>Escolaridade</i>	

Fundamental incompleto	7 (10,0%)
Fundamental completo	6 (8,6%)
Médio completo	41 (58,6%)
Superior completo	16 (22,8%)
<i>Etiologia da deficiência</i>	
Adquirida	40 (57%)
Congênita	30 (43%)
<i>Nível competitivo</i>	
Regional	27 (38,5%)
Nacional	23 (33,0%)
Internacional	20 (28,5%)
<i>Medalhas</i>	
Sim	68 (97,1%)
Não	2 (2,9%)

A descrição das medianas e amplitudes interquartis das variáveis psicológicas analisadas neste estudos estão descritas na Tabela 2. O resultado da mediana para o tempo com o treinador foi 33 (24-57) meses. Em relação as dimensões do RTA, os valores das medianas foram, para proximidade: 7 (6,68-7,00); para comprometimento: 6,33 (5,66-7,00), e para complementaridade: 6,68 (6,25-7,00). Para as regulações da motivação, os valores das medianas foram: amotivação: 1,16 (1,0-3,58); regulação externa: 3,00 (1,5-5,75); regulação introjetada: 5,66 (5,00-6,75); regulação identificada: 7,00 (5,58-7,00); regulação integrada: 6,33 (5,58-7,00); e regulação intrínseca: 6,66 (6,00-7,00). A autoestima apresentou mediana de 25,00 (24,00-26,50). E para as subescalas da resiliência os valores apresentados foram: para a tenacidade: 3,31 (2,90-3,72); para a adaptabilidade: 2,89 (2,44-3,22); para o amparo: 3,33 (2,60-4,00); e para a intuição: 3,00 (2,50-3,50). O escore total de resiliência foi 76,50 (69,75-87,25).

Tabela 2. Medianas e intervalos interquartis do tempo com o treinador, RTA, motivação, autoestima e resiliência dos atletas com deficiência física.

VARIÁVEIS	Md (Q1-Q3)
TEMPO COM O TREINADOR	33,0 (24,0-57,0)
RTA	
Proximidade	7,00 (6,68-7,00)
Comprometimento	6,33 (5,66-7,00)
Complementaridade	6,87 (6,25-7,00)
MOTIVAÇÃO	
Amotivação	1,16 (1,0-3,58)
Regulação Externa	3,00 (1,5-5,75)
Regulação Introjetada	5,66 (5,00-6,75)
Regulação Identificada	7,00 (5,58-7,00)

Regulação Integrada	6,33 (5,58-7,00)
Regulação Intrínseca	6,66 (6,00-7,00)
AUTOESTIMA	25,00 (24,00-26,50)
RESILIÊNCIA	
Tenacidade	3,31 (2,90-3,72)
Adaptabilidade	2,89 (2,44-3,22)
Amparo	3,33 (2,60-4,00)
Intuição	3,00 (2,50-3,50)
Resiliência Total	76,50 (69,75-87,25)

Não foi encontrada diferença significativa ($p > 0,05$) ao comparar a qualidade do RTA, a motivação, a autoestima e a resiliência dos atletas em função do tempo com o treinador (Tabela 3), indicando que o tempo com o treinador não parece ser um fator interveniente nas dimensões do RTA, motivação, resiliência e autoestima de atletas de atletismo com deficiência física.

Tabela 3. Comparação e das dimensões da qualidade do RTA, da motivação, da autoestima e da resiliência em função do tempo do atleta com o treinador.

VARIÁVEIS	Tempo com o treinador		p
	Até 33 meses (n=35)	Mais de 33 meses (n=35)	
	Md (Q1; Q3)	Md (Q1; Q3)	
RTA			
Proximidade	7,00 (6,50;7,00)	7,00 (6,50;7,00)	0,964
Comprometimento	6,33 (5,66;7,00)	6,33 (5,66;7,00)	0,358
Complementaridade	6,75 (6,25;7,00)	7,00 (6,50;7,00)	0,388
MOTIVAÇÃO			
Amotivação	1,66 (1,00;3,66)	3,00 (1,33;3,33)	0,131
Regulação Externa	4,00 (2,33; 5,66)	4,33 (2,33;6,00)	0,537
Regulação Introjetada	5,33 (4,33; 7,00)	5,00 (4,66;6,00)	0,491
Regulação Identificada	6,66 (5,33;7,00)	6,66 (6,33;7,00)	0,407
Regulação Integrada	6,33 (5,66;7,00)	6,33 (5,00;7,00)	0,544
Regulação Intrínseca	7,00 (5,66;7,00)	6,66 (6,00;7,00)	0,657
AUTOESTIMA	25,00 (24,00;28,00)	25,00 (25,00;28,00)	0,418
RESILIÊNCIA			
Tenacidade	3,36 (2,90;3,72)	3,18 (2,90;3,72)	0,755
Adaptabilidade	2,89 (2,55;3,22)	2,89 (2,44;3,11)	0,506
Confiança	3,33 (2,33;4,00)	3,33 (2,66;4,00)	0,743
Intuição	3,00 (2,00;3,50)	3,00 (2,50;4,00)	0,705
Resiliência Total	79,00 (69,00;88,00)	75,00 (70,00;86,00)	0,655

*Diferença significativa ($p < 0,05$) – Teste “U” de *Mann-Whitney*.

Na comparação da motivação, autoestima e resiliência dos atletas em função da qualidade do RTA (moderada ou alta) (Tabela 4), houve diferença significativa entre os grupos apenas nas regulações introjetada ($p=0,022$), identificada ($p=0,012$) e integrada ($p=0,005$) de motivação (Tabela 4). Destaca-se que os atletas que percebiam alta qualidade de RTA apresentaram escore superior em todas as regulações mais autônomas de motivação.

Tabela 4. Comparação da autoestima e das dimensões da motivação e da resiliência em função da qualidade do RTA de atletas com deficiência física.

VARIÁVEIS	Qualidade do RTA		p
	Moderada	Alta	
	Md (Q1; Q3)	Md (Q1; Q3)	
MOTIVAÇÃO			
Amotivação	2,33 (1,33;3,66)	1,66 (1,00;3,33)	0,412
Regulação Externa	3,33 (2,00;5,00)	4,33 (2,66;6,00)	0,075
Regulação Introjetada	5,00 (4,66;5,66)	6,00 (4,66;7,00)	0,022*
Regulação Identificada	6,33 (5,66;7,00)	7,00 (6,33;7,00)	0,012*
Regulação Integrada	6,00 (5,00;6,66)	7,00 (6,00;7,00)	0,005*
Regulação Intrínseca	6,33 (6,00;7,00)	7,00 (6,00;7,00)	0,062
AUTOESTIMA	26 (24;28)	25 (25;28)	0,782
RESILIÊNCIA			
Tenacidade	3,45 (2,90;3,42)	3,18 (3,00;3,72)	0,827
Adaptabilidade	2,89 (2,44;3,11)	2,89 (2,44;3,22)	0,851
Amparo	3,33 (2,33;4,00)	3,33 (2,66;4,00)	0,690
Intuição	3,00 (2,5;3,5)	3,00 (2,5;3,5)	0,986
Resiliência Total	79,00 (68,00;87,00)	76,00 (71,00;89,00)	0,948

*Diferença significativa ($p < 0,05$) – Teste “U” de Mann-Whitney.

Ao analisar a correlação das dimensões da qualidade do RTA e do tempo com o treinador com as regulações de motivação, a autoestima e a resiliência (Tabela 5), foram encontradas as seguintes correlações significativas ($p < 0,05$): Regulação Introjetada e Proximidade ($r=0,31^{**}$); Regulação Identificada e Comprometimento ($r=0,30^{*}$); Regulação Integrada com Comprometimento ($r=0,34^{**}$) e Complementaridade ($r=0,24^{**}$); Regulação Intrínseca com Comprometimento ($r=0,27^{*}$) e Complementaridade ($r=0,25^{*}$). Esses resultados indicam que as formas mais autônomas de motivação estiveram correlacionadas positivamente com as dimensões do RTA.

Tabela 5. Correlação das dimensões da qualidade do RTA e do tempo com o treinador com as regulações de motivação, a autoestima e a resiliência.

VARIÁVEIS	Qualidade do RTA			Tempo com o treinador
	Proximidade	Comprometimento	Complementaridade	
MOTIVAÇÃO				
Amotivação	-0,09	-0,04	-0,09	0,15
Reg. Externa	0,17	0,17	0,23	0,15
Reg. Introjetada	0,31**	0,21	0,20	-0,09
Reg. Identificada	0,20	0,30*	0,21	0,13
Reg. Integrada	0,18	0,34**	0,24*	0,13
Reg. Intrínseca	0,18	0,27*	0,25*	0,08
AUTOESTIMA	-0,13	0,01	-0,10	0,03
RESILIÊNCIA				
Tenacidade	0,05	0,23	0,005	-0,05
Adaptabilidade	0,05	0,00	0,09	-0,04
Confiança	-0,02	0,01	0,13	-0,07
Intuição	-0,07	0,02	0,02	-0,02
Resiliência Total	-0,04	0,01	0,003	-0,07

Correlação significativa (* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$) – Correlação de *Spearman*.

Discussão

O objetivo do presente estudo foi investigar a associação do relacionamento com o treinador (tempo e qualidade) com a motivação, a autoestima e a resiliência de atletas paralímpicos de atletismo. Esse estudo torna-se relevante na medida em que a associação dessas variáveis no contexto do esporte paralímpico ainda é pouco investigada e a sua exploração pode auxiliar treinadores e equipe multidisciplinar a compreender melhor os aspectos psicológicos dos atletas com deficiência para o melhor planejamento das intervenções, como forma de potencializar o desempenho e proporcionar bem-estar para os atletas em sua prática esportiva. Nesse sentido, os resultados indicaram que as dimensões da qualidade do RTA correlacionaram-se positiva e significativamente com as regulações mais autônomas da motivação (regulação introjetada, regulação identificada e regulação integrada) (Tabela 5). Quando a motivação, a autoestima e a resiliência dos atletas foram comparadas em função da qualidade do RTA (Tabela 4), os atletas com percepção de alta qualidade do RTA apresentaram maiores valores apenas nas regulações mais próximas da motivação autônoma. Percebeu-se também que o tempo com o treinador não parece interferir na qualidade do RTA, motivação, autoestima e resiliência dos atletas paralímpicos (Tabela 3).

O principal achado deste estudo refere-se à associação linear das dimensões da qualidade do RTA com as regulações (identificada, integrada e intrínseca) mais próximas da motivação autônoma (tabela 5), indicando que quanto mais os atletas com deficiência física estão interessados em manter sua relação profissional e pessoal com seu treinador e quanto mais ambos estão empenhados em cooperar um com o outro para atingir seus objetivos, os atletas apresentam formas mais autônomas de motivação para a prática da atividade esportiva. A TAC pressupõe que a ação intrinsecamente motivada só é possível quando os contextos nos quais os indivíduos estão inseridos apoiam as necessidades de competência e autonomia desses sujeitos (Deci, & Ryan, 2000; Taylor, 2015). Assim, indica-se que os treinadores de atletas com deficiência emitam comportamentos que favoreçam a satisfação dessas necessidades, como por exemplo, oferecer aos atletas a opção, dar-lhe oportunidades de tomadas de iniciativas, justificar as ações tomadas, promover um ambiente esportivo orientado para a tarefa a ser realizada, e demonstrar interesse pelo atleta tanto dentro quanto fora do treino ou competição (Mageau, & Vallerand, 2013; Standage, 2012).

Em estudo realizado por Smith *et al.* (2016), percebeu-se que quando os treinadores criam um ambiente caloroso, solidário e atencioso, os atletas tendem a valorizar a atividade e a participar por interesse e prazer pessoal. Além de favorecer a motivação autônoma no esporte, esses comportamentos favorecem a reintegração da pessoa com deficiência na sociedade, podendo fazer com que ela se torne mais autônoma e competente em outras áreas de sua vida. Em estudo realizado com atletas paralímpicos (Omar-Fauzee, Mohd-Ali, Geok, e Ibrahim, 2010), demonstrou-se que quanto mais os treinadores eram envolvidos com apoio à autonomia dos atletas, mais intrinsecamente motivados os atletas mostravam-se. De acordo com a TNPB, o desenvolvimento da motivação intrínseca dos atletas está relacionada à percepção que eles tem sobre o suporte fornecido pelo treinador, através de feedback positivo e apoio das necessidades psicológicas básicas (Clancy, Herring, MacIntyre, & Campbell, 2016; Deci, & Ryan, 2000; Rigby, & Ryan, 2018). De acordo com Wu, Lai, e Chan (2014), o treinamento baseado na instrução e no apoio social promovem um senso de parentesco e, assim, impactam positivamente na motivação intrínseca do atleta.

Um achado que chamou a atenção foi a associação da proximidade entre o treinador e o atleta e a regulação introjetada (motivação extrínseca), demonstrando que quanto mais próximo o atleta se sente do treinador, tem a sua confiança e apreço, mais o

atleta apresenta essa forma de regulação, que possui um locus de controle externo ao sujeito, ou seja, a motivação pode ser controlada por fatores controladores do ambiente, no qual o comportamento é regulado por pressões internas (para obter recompensa) ou agir para evitar punições ou sansões (culpa ou vergonha), por exemplo (Gillison, Osborn, Standage, & Skevington, 2009; Rigby, & Ryan, 2018). Ryan e Deci (2000) argumentam que os contextos nos quais os indivíduos estão inseridos podem fazer com que essa forma de regulação apareça, se houver recompensas ou ameaças evidentes, ou se um grupo de referência endossar determinada atividade.

A TAD pressupõe que a principal razão pelas quais as pessoas iniciam ou mantêm determinado comportamento é porque eles são reforçados ou valorizados por pessoas significativas a quem elas se sentem ou querem sentir-se conectadas (Deci, & Ryan, 2000; Rigby, & Ryan, 2018). A regulação introjetada faz parte do processo de internalização do comportamento, que pode representar o caminho pelo qual a pessoa com deficiência passa a adotar uma determinada atividade que lhe é introduzida por outros, como a reabilitação. Assim, a TAC, que aborda os fatores sociais e ambientais que podem facilitar ou prejudicar a motivação intrínseca (Rigby, & Ryan, 2018), indica que as relações mantidas no contexto esportivo e os eventos sócio contextuais, por exemplo tipo de feedback, modos de comunicação e recompensas fornecidas pelo treinador, podem favorecer ou frustrar a satisfação das necessidades de competência, autonomia e relacionamento dos atletas (Deci, & Ryan, 2000, Standage, 2012). De acordo com a TAC, as pessoas significativas para o atleta, que encontra-se em uma posição de autoridade, como treinador, pode auxiliar no desenvolvimento da motivação intrínseca quando utiliza estratégias para minimizar a utilização de pressões, por exemplo (Mageau, & Vallerand, 2003; Deci, & Ryan, 2000)

No caso do contexto paralímpico, sabe-se que o treinador e os pares significativos exercem influência sobre as motivações pelos quais os atletas treinam e se dedicam ao esporte (Omar-Fauzee, Mohd-Ali, Geok, & Ibrahim, 2010). Uma hipótese para a relação encontrada no presente estudo é de que, por manterem um vínculo afetivo com o treinador, os atletas sintam-se pressionados a obterem ou manterem bons resultados, como forma de não decepcionar ou correr o risco de afetar negativamente a boa relação com o treinador. Mageau e Vallerand (2003) indicam ainda que as altas exigências do contexto competitivo faz com que os treinadores também sintam-se pressionados, podendo carregar o ambiente com um alto nível de estresse, onde há uma maior

possibilidade de serem emitidos comportamentos controladores. Como esses comportamentos estão associados à regulações mais externas da motivação (Rigby, & Ryan, 2018; Ryan, & Deci, 2012), e tem dificuldade de se manter ao longo do tempo, é necessário que os treinadores fiquem atentos aos seus comportamentos no dia-a-dia para que não sejam interpretados de maneira inadequada pelos atletas, como a emissão feedback negativo, a exigência de metas que o atleta não consegue cumprir, a aplicação de punições, como mantê-lo fora de uma competição, treino ou retirar algum benefício que ele possua em decorrência da prática esportiva (Mageau, & Vallerand, 2003). Estudo realizado por Gagne (2003) indicou que o envolvimento mais controlador do treinador com o atleta, com pressão e autoritarismo, pode promover uma forma de motivação controlada ou extrínseca.

Corroborando os achados da associação entre a qualidade do RTA e a motivação autônoma, observou-se que os atletas com alta percepção de qualidade do RTA apresentaram maior motivação autônoma quando comparados aos atletas com moderada qualidade do RTA (Tabela 4). Destaca-se que embora o escore total dos atletas com moderada qualidade do RTA tenha sido satisfatório (até 6,58), os resultados indicam que quanto mais próximo do escore total (7,00) de RTA, maior o comportamento autônomo do atleta em relação à prática esportiva. Este resultado indica que quanto mais alta a qualidade do relacionamento que o atleta com deficiência mantém com o treinador, mais autônoma é a motivação do atleta. No contexto esportivo, Jowett *et al.* (2017) argumentam que os atletas que percebem a relação com o treinador mediada por cuidado, comprometimento e colaboração, têm as suas necessidades básicas atendidas e a percepção sobre a competência de tarefas aumentada, que afeta positivamente o desempenho e o bem-estar desses atletas.

Dessas dimensões da motivação, a única que está mais ligada a regulação externa é a “introjetada”, que diz respeito a realização de uma determinada atividade por culpa, por exemplo (Deci, & Ryan, 2000), como citado anteriormente. No *continuum* de motivação, a “regulação identificada” e a “regulação integrada” caminham para a autodeterminação, ou seja, para a internalização da motivação, que diz respeito a capacidade da pessoa de controlar seu próprio comportamento (Banack, Sabiston, & Bloom, 2011; Ryan, & Deci, 2017; Deci, & Ryan, 2000), assim essas regulações representam formas mais autônomas da motivação (Rigby, & Ryan, 2018; Taylor, 2015). Os atletas deste estudo, de modo geral, apresentaram formas mais autônomas de

motivação (Tabela 2). Um estudo realizado com atletas húngaros da natação paralímpica (Szemes, Szájer, & Tóth, 2017), comprovou que atletas com deficiência são mais voltados a motivação intrínseca do que os seus pares sem deficiência. A TAD sugere que a internalização da motivação tem mais probabilidade de ocorrer quando há suporte ambiental para o desenvolvimento dos sentimentos de parentesco, ou seja, quando o atleta sente-se bem relacionado com os pares e com o treinador dentro do contexto esportivo (Edmunds, Ntoumanis, & Duda, 2006; Deci, & Ryan, 2000).

Estudo realizado com atletas paralímpicos (Omar-Fauzee, Mohd-Ali, Geok, e Ibrahim, 2010) demonstrou que o suporte social fornecido não apenas pelo treinador, mas também pela família e colegas, foi citado como fator motivacional importante para o envolvimento do atleta com deficiência na prática esportiva. Assim, devido à sua condição funcional, o atleta com deficiência física acaba tendo algum nível de dependência na sua inserção e prática esportiva, seja por dificuldades oriundas da deficiência, seja pela falta de acessibilidade ou estrutura nos locais de treinamento, desta forma, o apoio das pessoas de seu convívio é muito importante para esses atletas (Jaarsma, Dijkstra, Geertzen, & Dekker, 2014).

Em relação a comparação das dimensões da qualidade do RTA, da motivação, da autoestima e da resiliência em função do tempo do atleta com o treinador, o tempo de relacionamento que o atleta tem com o treinador não foi um fator interveniente para as variáveis estudadas, pois a comparação não apresentou diferenças significativas (Tabela 3). Estudo realizado com atletas sem deficiência indicam que quando em relacionamentos mais recentes com seus treinadores, entre seis meses e dois anos, os atletas são mais capazes de inferir com precisão o conteúdo de comprometimento e complementaridade com seu treinador, ou seja, eles mostram-se mais envolvidos e empáticos com a relação do que atletas com mais tempo (Jowett, & Clark-Carter, 2006). O tempo da relação entre os atletas deste estudo e seus treinadores foi de aproximadamente 33 meses. Para os atletas deste estudo, o tempo não interferiu na avaliação que fizeram da qualidade do relacionamento que mantém com os seus/as treinadores/as, pois os valores encontrados para o RTA foram altos para todas as dimensões (Tabela 1), indicando que os atletas com deficiência deste estudo mantém uma boa relação com o treinador.

Os demais achados do estudo indicam que: os atletas com deficiência deste estudo apresentou mediana para a autoestima (25 pontos) considerada como um valor médio para essa medida, de acordo com a EAR (Rosenberg, 1965). Em estudo realizado por Nemček

(2017), o valor dado para a autoestima de pessoas com deficiências de modo geral foi de 28,83 pontos. Já para a resiliência total, o valor foi de 76 pontos (Tabela 1). Os valores atribuídos para a população brasileira diz respeito a estudos realizados com familiares de pacientes com dor crônica, onde o valor médio dado para a resiliência é de 75,4 pontos (Connor, & Davidson, 2003). Utiliza-se então aqui, como parâmetro, um estudo realizado por Boghrabadi, Arabameri, e Sheikh (2015), que encontrou uma média de escore para a resiliência total de atletas sem deficiência de 72,9. A autoestima e a resiliência são fatores multidimensionais que podem ser afetados por diferentes situações, inclusive pela própria condição de “ser deficiente” na sociedade. Estima-se que os atletas com deficiência tenha um nível mais elevado de resiliência, comparado aos seus pares sem deficiência, por conta do enfrentamento e superação constantes de dificuldades que enfrenta no seu dia a dia, tanto emocionais quanto estruturais, tendo muitas vezes que antecipá-las (Martin, 2015).

Os participantes desse estudo tem média de idade de $32,45 \pm 10,45$ anos e são, em sua maioria, homens (83%). No esporte paralímpico, a longevidade do atleta é algo comum, podendo apresentar atletas com idades mais avançadas (Mauerberg-deCastro, Campbell, & Tavares, 2016). Isso acontece tanto em decorrência da característica da modalidade (atletismo), que por possuir vários tipos de provas, permite o acesso a pessoas com idade mais avançada, mas também por conta da característica da população, considerando que a inserção da pessoa com deficiência no esporte competitivo pode demorar a acontecer, seja por questões familiares, estruturais ou por conta da etiologia da deficiência. Em relação ao sexo, inúmeros estudos com atletas paralímpicos trazem amostras masculinas superiores a amostras femininas, que indica uma dificuldade de inclusão das mulheres com deficiência nesse contexto, por motivos ambientais, sociais e culturais (Facundo et al., 2016; ONU, 2019; Silva et al., 2019; Slocum, Kim, & Blauwet, 2018). A maioria dos atletas possuem doença adquirida (57%) e já participaram de competições regionais (38,5%), nacionais (33,0%) e internacionais (28,5%).

Desse modo, concluiu-se que os treinadores devem estar atentos para que seus comportamentos sejam orientados para o apoio das necessidades psicológicas básicas de competência, autonomia e relações sociais dos atletas com deficiência, como forma de aperfeiçoar o desempenho e proporcionar bem-estar aos seus atletas. Como implicações práticas, os resultados encontrados nesse estudo servem para auxiliar treinadores e equipe multidisciplinar a compreender as relações entre as variáveis psicológicas bem como para planejar as suas intervenções pautadas não só na busca pelo desempenho, mas pelo bem-

estar dos atletas com deficiência. Pautados nos resultados desse estudo, podemos perceber que as formas mais autônomas de motivação estão relacionadas positivamente com a qualidade do relacionamento que o atleta mantém com o seu treinador. O desenvolvimento da autonomia é essencial para a pessoa com deficiência, que pode precisar sentir-se no controle de sua experiência esportiva, bem como competente em seu esporte, para ser motivado a alcançar novos objetivos. Além disso, a motivação, a autoestima e os relacionamentos interpessoais que os indivíduos mantêm são fatores que interferem em seus níveis de resiliência. E a resiliência psicológica é uma característica fundamental para o enfrentamento das adversidades e para proporcionar bem-estar ao atleta com deficiência no contexto esportivo competitivo.

O presente estudo apresenta algumas limitações. Por se tratar de uma pesquisa de delineamento transversal, não pode-se inferir relação de causalidade entre as variáveis. É importante que sejam desenvolvidas pesquisas futuras com delineamentos longitudinais e experimentais, a fim de melhor compreender como se dá essas relações ao longo do tempo e com o controle das variáveis analisadas. Outra limitação do estudo diz respeito ao tamanho da amostra. Estudos futuros devem considerar formas mais efetivas e cuidadosas de coletas, como por exemplo coletas em locais de treinamento e fora do período competitivo, a fim de garantir um maior número de atletas preservando o seu bem-estar. O estudo não controlou as questões ambientais que permeiam a vida do atleta com deficiência, como os recursos financeiros e estruturais, que podem afetar a vida dos atletas e a sua percepção sobre as variáveis psicológicas abordadas nesse estudo. Por incluir apenas atletas com deficiência física, os resultados do presente estudo não pode ser generalizado para a população de atletas paralímpicos. Estudos futuros devem considerar a utilização de formas de coleta e instrumentos que permitam incluir outros tipos de deficiência, como a paralisia cerebral (física), a visual, a intelectual, a auditiva. Por fim, a última limitação diz respeito ao tipo de instrumento utilizado por esse estudo, questionários de autorrelato, que pode levar ao viés de interpretação por parte dos participantes. Assim, reforça-se a necessidade de utilização de diferentes formas de coletas em pesquisas futuras.

Considerações Finais

Sabendo que as relações que são estabelecidas dentro do contexto esportivo pode interferir na adesão e na permanência em uma atividade, além de afetar outras variáveis

psicológicas, e tendo em vista que as investigações da associação entre essas variáveis são escassas no contexto paralímpico, o trabalho pretendeu investigar como a qualidade e o tempo do relacionamento que o atleta com deficiência mantém com o treinador associa-se com os fatores psicológicos dos atletas, como motivação, resiliência e autoestima. Assim, de acordo com o presente estudo, as formas mais autodeterminadas da motivação, que sustentam os comportamentos ao longo do tempo, ou seja os comportamentos que são menos afetados por interferências externas, como pressão, recompensas e punições, estão associadas a percepção da qualidade do relacionamento que os atletas com deficiências mantém com os seus treinadores, favorecendo os bons níveis de autoestima e resiliência encontrados nesses atletas.

Sabe-se que a inserção na prática esportiva favorece a melhora da qualidade de vida da pessoa com deficiência, por permitir não apenas a sua inclusão, mas o desenvolvimento de habilidades que antes ela não possuía ou o aperfeiçoamento das suas habilidades. A interação com os familiares, com os pares, com outros atletas sem deficiência, com equipe técnica e com treinadores favorece o suporte e apoio social necessário para a manutenção da motivação do atleta. Sabendo que a motivação, bem como as necessidades psicológicas básicas são dinâmicas, e sabendo que o comportamento do treinador tem influência direta sobre os aspectos psicológicos do atleta, é necessário que o treinador mantenha-se sempre atento aos comportamentos que emite. É necessário ainda, considerar os fatores pessoais e contextuais que interagem com essas variáveis psicológicas, como a etiologia da deficiência, a funcionalidade do atleta, a acessibilidade e a infraestrutura disponível no dia a dia do atleta, nos locais de treinamento, entre outros, para que se possa ter uma compreensão mais profunda das necessidades de seus atletas. O conhecimento obtido nesse estudo auxilia a área da Psicologia, Ciências do Esporte e de seus atores (psicólogo, profissionais de educação física, atletas e familiares), na compreensão da importância das dinâmicas relacionais e de como estas interagem com os aspectos psicológicos do atleta com deficiência no contexto esportivo de alto rendimento. O psicólogo do esporte, como parte integrante da equipe multiprofissional, tendo acesso a esse conhecimento, pode auxiliar atletas, familiares e equipe multidisciplinar a estabelecerem relações saudáveis no contexto esportivo, visando não somente a otimização do desempenho, como também a promoção do bem-estar psicológico e saúde mental dos atletas com deficiência.

Referências Bibliográficas

- Álvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2009). *Coach Autonomy Support and Quality of Sport Engagement in Young Soccer Players. The Spanish Journal of Psychology*, 12(01), 138–148. DOI:10.1017/s1138741600001554
- Ato, M., Lopez, J. J., Benavente, A. (2013). A classification system for research designs in psychology. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. DOI: 0.6018/analesps.29.3.178511
- Banack, H. (2009). *Coaching Behaviours and the Motivation of Paralympic Athletes. (Dissertação). Mestrado de Artes em Cinesiologia e Educação Física. Montreal: McHill University.*
- Banack, H. R., Sabiston, C. M., & Bloom, G. A. (2011). Coach Autonomy Support, Basic Need Satisfaction, and Intrinsic Motivation of Paralympic Athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(4), 722-730. DOI:10.1080/02701367.2011.10599809
- Baryaev, A., Shelkov, O., & Evseev. S. (2009). XIII Paralympic games 2008 in Beijing: the analysis of results. In: *Annual Congress of the European College of Sport Science, European College of Sport Science*, 14 (0153). Recuperado de: <http://www.ecss.de/ASP/EDSS/C14/14-0153.pdf>
- Belem, I. C., Caruzzo, N. M., Nascimento Junior, J. R., Vieira, J. L. L., Vieira, L. F. (2014). Impact of coping strategies on resilience of elite beach volleyball athletes. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 18(4), 447-455.
- Boghrabadi, S. G., Arabameri, E., & Sheik, M (2015). *A Comparative Study on Resiliency and Stress Coping Strategies among Individual and Team Elite Athletes and Non-Athletes. Life Science Journal*, 5(3), 566-572.
- Brasil. (2016). Lei 13.146. *Institui a lei brasileira de inclusão da pessoa com deficiência (Estatuto da pessoa com deficiência).*
- Brittain, I. (2016). *The Paralympic Games Explained*. New York: Routledge.
- Bryan, C., O'Shea, D., & MacIntyre, T. (2019). Stressing the relevance of resilience: A systematic review of resilience across the domains of sport and work. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 12(1), 70–111.
- Cardoso, V. D., & Gaya, A. C. (2014). A classificação funcional no esporte paralímpico. *Conexões*, 12(2), 132-146.
- Cardoso, V., Haiachi, M., Reppold Filho, A., & Gaya, A. (2018). The structural and human resources support for Brazilian Paralympic athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(4), 1-11. doi:<https://doi.org/10.14198/jhse.2018.134.14>
- Clancy, R. B., Herring, M. P., MacIntyre, T. E., & Campbell, M. J. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 232-242.
- Codnhato, R. et al. (2018). Resilience, stress and injuries in the contexto of the Brazilian elite rhythmic gymnastics. *PLoS ONE*, 13(12), e0210174. DOI: 10.1371/journal.pone.0210174

- Comitê Paralímpico Brasileiro – CPB. (2019). Guia de imprensa para os jogos parapan-americanos de Lima 2019. Recuperado de:
<https://www.cpb.org.br/upload/link/2b9c8751537f4028a39d3774af7acceeb.pdf>
- Confederação Brasileira de Atletismo – CBAT. (2019). O Atletismo: origens. Recuperado de: <http://www.cbat.org.br/atletismo/origem.asp>.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. DOI:10.1002/da.10113
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. *The Oxford handbook of human motivation*, 85-107.
- Edmunds, J., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2006). A test of Self-Determination Theory in the exercise domain. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(9), 2240-2265. DOI: 10.1111/j.0021-9029.2006.00102.x
- Facundo, L. A. et al. (2019). Trajetória profissional de treinadores no contexto do esporte paralímpico. *Movimento*, 25, 1-12.
- Facundo, L. A. et al. (2019). Trajetória profissional de treinadores no contexto do esporte paralímpico. *Movimento*, 25, 1-12.
- Felton, L., & Jowett, S. (2017). Self-Determination Theory Perspective on Attachment, Need Satisfaction, and Well-Being in a Sample of Athletes: A Longitudinal Study. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 11(4), 304–323. DOI:10.1123/jcsp.2016-0013
- Ferreira, J. P., Gaspar, P. M., Campos, M. J., Senra, C. M. (2011). Self-efficacy, physical competence and self-esteem in basketball participants with and without physical disability. *Motricidade*, 7(1), 55-68.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23. DOI: 10.1027/1016-9040/a000124
- Freitas, P. S., & Santos, S. S. (2012). Fundamentos básicos da classificação esportiva para atletas paralímpicos. Em Mello, M. T., & Oliveira Filho, C. W. (Eds.). *Esporte paralímpico*. São Paulo: Editora Atheneu (pp. 45-49).
- Gagne, M. (2003). Autonomy Support and Need Satisfaction in the Motivation and Well-Being of Gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(4), 372–390. DOI: 10.1080/714044203
- Galli, N., & Gonzalez, S. P. (2014). Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 243–257. DOI:10.1080/1612197x.2014.946947
- Gillet, N., Berjot, S., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Rosnet, E. (2012). Examining the motivation-performance relationship in competitive sport: A cluster-analytic approach. *International Journal of Sport Psychology*, 43, 79-102.
- Gillison, F., Osborn, M., Standage, M., & Skevington, S. (2009). Exploring the experience of introjected regulation for exercise across gender in adolescence. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 309-319.

- Graham, S., & Weiner, B. (1996). Theories and Principles of Motivation. In D. C. Berliner, & R. Calfee (Eds.), *Handbook of Educational Psychology* (pp. 63-84). New York: Macmillan.
- Hosseini, S. A., & Besharat, M. A. (2010). Relation of resilience whit sport achievement and mental health in a sample of athletes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 633–638. DOI:10.1016/j.sbspro.2010.07.156
- Hutz, C. S. (2000). *Adaptação da escala de autoestima de Rosenberg*. Manuscrito não publicado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS.
- Hutzler, Y., & Bar-Eli, M. (1993). Psychological Benefits of Sport for Disabled People: A Review. *Medicine & Science in Sports*, 3, 217–228.
- IBGE. (2011). *Censo Demográfico 2010: características da população e dos domicílios*. Rio de Janeiro: IBGE. Recuperado de: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9662-censo-demografico-2010.html?=&t=destaques>
- Jaarsma, E. A., Dijkstra, P. U., Geertzen, J. H. B., & Dekker, R. (2014). Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(6), 871–881. DOI:10.1111/sms.12218
- Jowett, S., Adie, J. W., Bartholomew, K. J., Yang, S. X., Gustafsson, H., & Lopez-Jiménez, A. (2017). Motivational processes in the coach-athlete relationship: A multi-cultural self-determination approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 143–152. DOI:10.1016/j.psychsport.2017.06.004
- Jowett, S., & Clark-Carter, D. (2006). Perceptions of empathic accuracy and assumed similarity in the coach–athlete relationship. *British Journal of Social Psychology*, 45, 617–637.
- Jowett, S., & Ntoumanis, N. (2004). The Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q): development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 14(4), 245–257. DOI:10.1111/j.1600-0838.2003.00338.x
- Jowett, S., Paull, G. & Pensgaard, A. M. (2005). Coach–athlete relationship. In J. Taylor & G. S. Wilson (Eds.) *Applying sport psychology: Four perspectives*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jowett, S., & Poczwardowski, A. (2007). Understanding the Coach-Athlete Relationship. In S. Jowett, & D. Lavallee (Eds.). *Social psychology in sport*. 3-14.
- Kolayis, H. (2014). Examining how wheelchair basketball players’ self-esteem and motivation levels impact on their state and trait anxiety levels. *Biology of Sport*, 29(4), 285-290.
- Kruglanski, A. W., Chernikova, M., & Kopetz, C. (2015). Motivation Science. Emerging Trends in the Social and Behavioral Sciences. In Scott, R. A., & Kosslyn, S. M. (Eds.). *Emerging Trends in the Social and Behavior Science* (pp. 1–16). New Jersey: John Wiley & Sons. DOI: 10.1002/9781118900772.etrds0104
- Laurino, C. F. S., & Pochini, A. C. (2003). Atletismo. Em Cohen, M., & Abdalla, R. J. *Lesões nos esportes*. São Paulo: Revinter. p.688-713

- Leite, G. dos S., Amaral, D. P., Oliveira, R. S., Filho, C. W. O., & Brandao, M. R. F. (2013). Relação entre estados de humor, variabilidade da frequência cardíaca, creatina quinase de para-atletas brasileiros. *Revista de Educação Física*, 24(1), 33-40. DOI: 10.4025/reveducfis.v24.1.17021
- Machida, M., Irwin, B., & Feltz, D. (2013). Resilience in Competitive Athletes With Spinal Cord Injury. *Qualitative Health Research*, 23(8), 1054-1065. DOI:10.1177/1049732313493673
- Madsen, O. J. (2013). Self esteem. In Teo, T. *Encyclopedia of Critical Psychology* (pp. 1705-1707). DOI: 10.1007/978-1-4614-5583-7
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883-904. DOI: 10.1080/0264041031000140374
- Malta et al. (2016). Prevalência autorreferida de deficiência no Brasil, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(10), 3253-3264. DOI: 10.1590/1413-812320152110.17512016
- Malta M., Cardoso, L. O., Bastos, I., Magnanini, M. M., & Silva, C. M. (2010). Iniciativa STROBE: subsídios para a comunicação de estudos observacionais. *Revista de Saúde Pública*, 44, 559-565.
- Marques, R. F. R., & Gutierrez, G. L. (2014). *O Esporte Paralímpico no Brasil: profissionalismo, administração e classificação de atletas*. São Paulo: Phorte.
- Martin, J. J., & Malone, L. A. (2013). Elite Wheelchair Rugby Players' Mental Skills and Sport Engagement. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 7(4), 253-263. DOI:10.1123/jcsp.7.4.253
- Mauerberg-deCastro, E., Campbell, D. F., Tavares, C. P. (2016). The global reality of the Paralympic Movement: Challenges and opportunities in disability sports. *Motriz*, 22(3), 111-123.
- Moura et al. (2019). O relacionamento com o treinador pode afetar a motivação de atletas paranaenses de futsal? *Saúde e pesquisa*, 12(1), 29-38. DOI: 10.17765/2176-9206.2019v12n1p29-38
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Defining and characterizing team resilience in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 549-559. DOI:10.1016/j.psychsport.2013.01.004
- Nascimento Junior, J. R. A., Vissoci, J. R. N., Balbim, G. M., Moreira, C. R., Pelletier, L., & Vieira, L. F. (2014). Adaptação transcultural e análise das propriedades psicométricas da sport motivation scale-II no contexto brasileiro. *Revista da Educação Física/UEM*, 25(3), 441-458. DOI: 10.4025/reveducfis.v25i3.24855
- Nemček, D. (2017). Self-Esteem in People with Physical Disabilities: Differences between Active and Inactive Individuals. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 57(1), 34-47. DOI:10.1515/afepuc-2017-0004
- Nemček, D., Kraček, S., & Peráčková, J. (2017). Rosenberg Self-Esteem Scale analyses among elite and competitive athletes, recreational athletes and inactive individuals. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(5), 2305-2310. DOI: 10.7752/jpes.2017.s5249

- Omar-Fauzee, M. S., Mohd-Ali, M., Geok, S. K., Ibrahim, N. (2010). The participation motive in the paralympics. *Journal of Alternative Perspectives in the Social Sciences*, 2(1), 250-272.
- Pagani, L., & Messier, S. (2012). Links between motor skills and indicators of scholl readiness at kindergarten entry in urban disadvantaged children. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 2(1), 95.
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329–341. DOI:10.1016/j.psychsport.2012.12.002
- Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., Sánchez-Miguel, P. A., Amado, D., & García-Calvo, T. (2018). Sport commitment in young soccer players: A self-determination perspective. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(2), 243–252. DOI: 10.1177/1747954118755443
- Resnick, B. (2010). The Relationship Between Resilience and Motivation. *Resilience in Aging*, 199–215. DOI:10.1007/978-1-4419-0232-0_13
- Rigby C. S., & Ryan, R. M. (2018). Self-determination theory in human resource development: New directions and practical considerations. *Advances in Developing Human Resources*, 20(2), 133-147.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*: Guilford Publications.
- _____. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *The American Psychologist*, 55(1), 68-78. DOI: 10.1037/110003-066X.55.1.68
- Sanches, S. M. (2016). Investigando o conceito de resiliência: considerações metodológicas e aplicações no contexto esportivo. Em Peixoto, E. M., Nakano, T. C., & Balbinotti, M. A. A. (Orgs.). *Novas perspectivas para avaliação em psicologia do esporte e do exercício* (pp. 75-108). Curitiba: CRV.
- Scarpa, S. (2011). Physical self-concept and self-esteem in adolescents and young adults with and without physical disability: The role of sports participation. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 4(1), 38-53.
- Silva, A. et al. (2019). Mapeamento geográfico de atletas paralímpicos brasileiros. *Movimento*, 25, e25052. DOI: 10.22456/1982-8918.88691
- Silva, F. F., Silva, J. A., Duim, G. A. S., Nascimento Junior, J. R. A., & Araujo, P. F. (2019). Orientação motivacional de atletas usuários de cadeira de rodas. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 17(2), 13-19.
- Slocum, C., Kim, S., & Blauwet, C. (2018). Women and Athletes with High Support Needs in Paralympic Sport: Progress and Further Opportunities for Underrepresented Populations. In Brittain, I., & Beacom, A. *The Palgrave Handbook of Paralympic Studies* (pp. 371-288).
- Smith, N., et al. (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. DOI: 10.1016/j.psychsport.2015.11.001
- Solano J. P. C. (2016). *Adaptação e validação de escalas de resiliência para o contexto cultural brasileiro: escala de resiliência disposicional e escala de Connor-Davidson*. (Dissertação de Doutorado, Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Recuperado de <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5152/tde-23082016-092756/es.php>
- Standage, M. (2012). Motivation: Self-Determination Theory and Performance in Sport. Em: Murphy, S. M. (Ed.). *The Oxford Handbook of Sport and Performance Psychology*, 234. DOI:10.1093/oxfordhb/9780199731763.01
- Standage, M., & Ryan, R. M. (2012). Self-Determination Theory and Exercise Motivation: Facilitating Self-Regulatory Processes to Support and Maintain Health and Well-Being. Em Roberts, G. C., & Treasure, D. C. (Eds.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp. 233-270). Champaign, IL: Human KineticsStefanek, & Peters.
- Swanson, S. R., Colwell, T., & Zhao, Y. (2008). Motives for participation and importance of social support for athletes with physical disabilities. *Journal of Clinical Sports Psychology*, 2, 317-336.
- Taylor, I. (2015). The five self-determination mini-theories applied to sport. In: Mellalieu, S., & Hanton, S. (Eds.). *Contemporary Advances in Sport Psychology: a review*. London: Routledge, 68-90.
- Todorov, J. C., & Moreira, M. B. (2005). O conceito de motivação na psicologia. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 7(1), 119-132.
- United Nations. (2018). *Disability and development report: Realizing the sustainable development goals by, for and with persons with disabilities*. United Nations: New York. Recuperado de: <https://social.un.org/publications/UN-Flagship-Report-Disability-Final.pdf>
- Vieira, L. F., Nascimento Junior, J. R. A., Pujals C., Jowett, S., Codonhato R., & Vissoci, J. R. N. (2015). Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the Brazilian coach-athlete relationship questionnaire (CART-Q) - Athlete Version. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 17(6):635-649. DOI: 10.5007/1980-0037.2015v17n6p635
- Yang, S. X., & Jowett, S. (2017). Understanding and enhancing coach-athlete relationships through the 3+1Cs model. In Thelwell, R., Harwood, C., & Greenlees, I. *The Psychology of Sports Coaching*. London: Routledge, 54-67.
- White, R. L., & Bennie, A. (2015). Resilience in Youth Sport: A Qualitative Investigation of Gymnastics Coach and Athlete Perceptions. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 10(2-3), 379–393. DOI:10.1260/1747-9541.10.2-3.379
- Wu, A. M. S., Lai, M. H. C., & Chan, I. T. (2014). Coaching Behaviors, Satisfaction of Needs, and Intrinsic Motivation Among Chinese University Athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(3), 334–348. DOI:10.1080/10413200.2014.888107

Yang, S. X., & Jowett, S. (2017). Understanding and enhancing coach-athlete relationships through the 3+1Cs model. Thelwell, R., Haewood, C., Greenlees, I. (Eds). *The Psychology of Sports Coaching* (pp. 54-67). London: Routledge.

CAPÍTULO 3

ARTIGO ORIGINAL

A díade treinador-atleta e o impacto do relacionamento na motivação, autonomia e suporte social de atletas do atletismo paralímpico.

*Artigo nas normas da Psicologia: Teoria e Pesquisa
Classificação CAPES A1 – Área de avaliação em Psicologia
Classificações de periódicos quadriênio 2013-2016*

A díade treinador-atleta e o impacto do relacionamento na motivação, autonomia e suporte social de atletas do atletismo paralímpico.

Resumo

O relacionamento treinador-atleta é considerado o centro da relação no contexto esportivo pelo impacto que tem nos fatores biopsicossociais dos atletas, podendo afetar de forma positiva ou negativa aspectos como a motivação, autonomia e percepção do suporte social, que são importantes para a manutenção da prática esportiva, desempenho e bem-estar psicológico dos atletas com deficiência. Assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a díade treinador-atleta e o impacto do relacionamento na motivação, autonomia e suporte social de atletas do atletismo paralímpico. O estudo tem como amostra 8 atletas com deficiência física e 6 treinadores. Para a coleta de dados foi utilizada uma entrevista semiestruturada com questões norteadoras sobre as variáveis propostas. As entrevistas foram gravadas, transcritas na íntegra e analisadas posteriormente através de uma análise indutiva dos dados. Os resultados indicaram que ambos os envolvidos na díade consideraram manter uma boa relação, com as percepções alinhadas para manutenção de uma relação baseada no respeito, apreço, apoio e comprometimento. Além disso, o RTA afetou positivamente a autonomia e a percepção do suporte social dos atletas com deficiência, tanto em relação ao esporte quanto em relação as atividades realizadas no seu dia a dia.

Palavras-chave: Relacionamentos interpessoais. Suporte Social. Esporte paralímpico.

Abstract

The coach-athlete relationship (CAR) is considered the center of the relationship in the sports context due to the impact it has on the athletes' biopsychosocial factors, which can affect positively or negatively aspects such as motivation, autonomy and perception of social support, which are important for maintaining sports practice, performance and psychological well-being of athletes with disabilities. Thus, the objective of the present study was to analyze the coach-athlete dyad and the impact of the relationship on motivation, autonomy and social support of athletes in paralympic athletics. The study has as sample 8 athletes with physical disabilities and 6 coaches. For data collection, a

semi-structured interview was used with guiding questions about the proposed variables. The interviews were recorded, transcribed in full and subsequently analyzed through an inductive analysis of the data. The results indicated that both involved in the dyad considered maintaining a good relationship, with the perceptions aligned to maintain a relationship based on respect, appreciation, support and commitment. In addition, the CAR positively affected the autonomy and perception of social support of athletes with disabilities, both in relation to sport and in relation to the activities performed in their daily lives.

Keywords: Interpersonal relationships. Social Support. Paralympic sports.

Introdução

As interações sociais são entendidas como condições importantes para o desenvolvimento integral do indivíduo, tanto cognitivo quanto socioemocional (Del Prette, & Del Prette, 2001; Reis, & Collins, 2004). No contexto esportivo competitivo, as relações interpessoais interferem em uma série de respostas psicológicas, que impactam a percepção de bem-estar e a saúde dos atletas (Burns, Weissensteiner, & Cohen, 2019). Entre as relações estabelecidas nesse contexto (por exemplo, entre treinadores-familiares, atletas-atletas, familiares-atletas, etc.), o relacionamento entre treinadores e atletas, especificamente, está no “coração” do treinamento esportivo (Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005; Jowett & Shanmugam, 2016), por ser contribuinte importante para um treinamento efetivo, o desenvolvimento integral dos atletas e o desempenho competitivo bem sucedido (Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005; Jowett, 2017).

Historicamente, o estudo do relacionamento entre treinadores e atletas desenvolveu-se a partir da perspectiva da liderança, onde teorias e pesquisas focavam principalmente nas características comunicacionais do treinador ou em seus comportamentos de liderança para com os atletas (Chelladurai, 2007; Riemer, 2007; Yang, & Jowett, 2017). Desse modo, o perfil de comportamento adotado pelo treinador, mais democrático ou mais autocrático, por exemplo, determinava a qualidade do relacionamento, afetando o sucesso ou fracasso atlético dos atletas (Yang, & Jowett, 2017). Um treinador com estilo democrático emite comportamentos que permitem uma maior participação dos atletas nas decisões referentes aos objetivos, metas, métodos e táticas de treinamento (Chelladurai, 2007). Já um treinador com estilo autocrático, prioriza a autoridade pessoal e a tomada de decisão independente das opiniões dos atletas ou equipe (Thon *et al.*, 2012).

Porém, por ser um processo bidirecional e dinâmico, percebeu-se a necessidade de compreender o relacionamento a partir dos sujeitos envolvidos na relação, ou seja, a partir da interação estabelecidas entre atletas e treinadores (Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005; Jowett, & Poczwardowski, 2007). Um estudo realizado por Hampson e Jowett (2012), indicou que tanto o comportamento de liderança do treinador quanto o relacionamento entre treinador e atleta eram responsáveis pela eficácia coletiva de atletas, indicando a importância da atenção para essas duas perspectivas.

O relacionamento treinador-atleta (RTA) pode ser definido teoricamente como a situação social na qual os sentimentos, pensamentos e comportamentos dos treinadores e

atletas estão interconectados mutuamente e causalmente (Jowett, 2007; Yang, & Jowett, 2017). Ele é representado a partir de um modelo teórico, o 3+1Cs (Jowett, 2005; Jowett & Poczwardowski, 2007), que designa os componentes da relação: a proximidade, o comprometimento, a complementaridade e a co-orientação. A proximidade reflete o laço afetivo que une treinadores e atletas, manifestado por sentimentos mútuos de respeito, suporte e apreciação; o comprometimento diz respeito a intenção que treinadores e atletas apresentam sobre a manutenção do relacionamento, considerado importante para o desenvolvimento de habilidades e sucesso esportivo de ambos; a complementaridade reflete os comportamentos que são complementares ou cooperativos, como por exemplo, responsividade e abertura um para o outro; já a co-orientação captura a interdependência de sentimentos, comportamentos e pensamentos de treinadores e atletas, e reflete o grau em que eles tem um ponto em comum sobre a parceria esportiva estabelecida (Jowett & Poczwardowski, 2007; Jowett, & Shanmugam 2016; Yang, & Jowett, 2017).

A co-orientação lida com as interpercepções entre treinadores e atletas, ou seja, o modo como cada integrante do relacionamento percebe-se e percebe o outro dentro da díade (Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005; Yang, & Jowett, 2017) sendo plataforma para que outros processos psicológicos ocorram (Jowett & Poczwardowski, 2007). Nesse sentido, entende-se que dinâmica do RTA pode ser compreendida através de duas perspectivas: a direta e a metaperspectiva (Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005).

A perspectiva direta captura a percepção que um membro tem sobre o outro, por exemplo, como o atleta percebe o seu treinador; a metaperspectiva visa compreender como um membro “imagina” que o outro o percebe, e a comparação entre as duas perspectivas resulta no grau em que as pessoas envolvidas no relacionamento concordam ou discordam sobre o que é experienciado na relação (Yang, & Jowett, 2017). Em estudo realizado por Lorimer e Jowett (2009), onde foram analisadas as metaperspectivas de atletas e treinadores e a sua associação com a satisfação esportiva, os atletas que perceberam que seus treinadores gostam, confiam e os respeitam, mostraram-se comprometidos e desenvolveram um bom trabalho com eles, além de demonstrarem mais satisfação com as atividades que realizam no contexto esportivo.

Os comportamentos emitidos pelo treinador e as relações estabelecidas por treinadores e atletas são importantes para compreender os aspectos psicológicos envolvidos nessa díade (Yang, & Jowett, 2017). Um estudo realizado por Jowett, Nicolas, e Yang (2017) verificou que a qualidade do RTA e o estilo de liderança dos treinadores

estavam diretamente associados, indicando que os comportamentos emitidos pelos treinadores podem incluir dimensões relacionais e vice-versa. A complementaridade, o comprometimento e a proximidade, que determinam a qualidade do RTA, são preditores significativos para a percepção dos atletas sobre o comportamentos emitidos pelos treinadores.

O RTA é complexo e depende de vários fatores (contextuais, pessoais, culturais) que afetam diferentes aspectos da vida dos sujeitos envolvidos na díade, como a motivação, a autoestima, a coesão de grupo, a comunicação, o desempenho, entre outros fatores psicossociais (Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005). A motivação é um fator que afeta o desenvolvimento de talentos esportivos e a permanência de atletas na prática esportiva competitiva, pois o contexto em que esses atletas operam é um ambiente com altas exigências e desgastes físico e emocional (Jowett, & Shanmugam, 2016).

A autonomia é um aspecto que está positivamente relacionado à motivação dos atletas, pois promove o interesse e a manutenção na prática esportiva (Gillet, Berjot, Vallerand e Amoura, 2012). O apoio à autonomia no RTA é caracterizado pelo encorajamento que o treinador fornece ao atleta para tomar controle de sua participação e de seus comportamentos no esporte, alimentando os seus interesses e preferências no contexto esportivo (Smith et al., 2016). De acordo com Burns, Weissensteiner, e Cohen (2019), os atletas de alto rendimento mostram-se mais autônomos e altamente seletivos em relação à rede de apoio, sentindo-se mais apoiados por treinadores que se relacionaram com eles de maneira empática do que treinadores que transmitiam apenas conhecimentos técnicos, por exemplo. Um estudo realizado por Banack (2009), com atletas paralímpicos, evidenciou que os atletas relataram altas percepções sobre o comportamento do treinador que apoiaram a autonomia desses atletas, indicando uma maior possibilidade de envolvimento esportivo.

Apesar de haver semelhanças entre as características psicológicas de atletas com deficiência de alto desempenho e atletas de modalidades convencionais (Dieffenbach, & Statler, 2012), e entendendo que há uma escassez de investigações na área da instrução e treinamento da pessoa com deficiência (McMaster, Culver, & Werthner, 2012; Wareham, Burkett, Innes, & Lovell, 2017), há a necessidade de compreender como treinadores e atletas se relacionam no contexto paralímpico. Assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a díade treinador-atleta e o impacto do relacionamento na motivação, autonomia e suporte social de atletas com deficiência física do atletismo paralímpico.

Método

Participantes

A população do presente estudo foi composta por atletas paralímpicos de atletismo com deficiência física e seus respectivos treinadores, participantes da Fase Regional Norte-Nordeste Atletismo do Circuito Brasil Loterias Caixa e do Campeonato Brasileiro de Atletismo do Circuito Loterias Caixa, realizados nos meses de março e setembro de 2019, pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB). Foram selecionados 8 atletas de forma não probabilística e por conveniência. Os critérios de inclusão da amostra foi: 1) Ter no mínimo 18 anos; 2) Ser atleta há mais de 1 ano; 3) Já ter participado de competições de nível regional, no mínimo; e 4) Ser atleta dentro das seguintes classificações funcionais, para atletismo: T42 a T46, T51 a T54, F40 a F46, e F51 a F57. Selecionados os atletas participantes, os seus treinadores foram convidados a participar da pesquisa, já que tratasse da avaliação da díade treinador-atleta. Alguns atletas possuíam o mesmo treinador, assim, participaram da pesquisa apenas 6 treinadores.

Coleta de dados

Uma entrevista semiestruturada foi utilizada para obter informações sobre a percepção de atletas e treinadores sobre o RTA (perspectiva direta e metaperspectiva), motivação, autoestima e suporte social para o enfrentamento das adversidades no contexto paralímpico. Para evitar viés das respostas, o entrevistador adotou postura neutra e imparcial durante a realização das entrevistas.

Foram utilizados dois tipos de roteiros, um para os atletas e outra para os treinadores. Os roteiros de entrevista semiestruturada foram desenvolvidos ao longo das seguintes fases (Smith, 1997): abertura, questões exploratórias, pontos de elaboração e pontos de exploração, que foram adaptados à linguagem e contexto dos participantes. As sessões foram divididas em: relacionamento entre treinadores e atletas, motivos de participação, experiências no esporte paralímpico, autoestima e apoio social. Os roteiros foram desenvolvidos com base nos elementos do RTA (Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005).

Procedimentos

Inicialmente a pesquisadora entrou em contato com o Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB), com o intuito de esclarecer os objetivos e procedimentos da pesquisa e obter anuência. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Vale do São Francisco, de acordo com as normas da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisa envolvendo seres humanos, sob o parecer nº 3076661. As entrevistas foram realizadas em locais privativos. Antes do início de cada entrevista, era solicitada autorização para a gravação da entrevista e era informado que todas as informações fornecidas seriam confidenciais. Além disso, os atletas e treinadores poderiam se recusar a responder qualquer questão ou finalizar a entrevista a qualquer momento. As entrevistas tiveram uma duração de 10 a 25 minutos.

Análise de dados

Foi realizada uma análise indutiva dos dados (Bardin, 2008). Inicialmente, todas as entrevistas gravadas em áudio foram transcritas na íntegra. Como forma de se familiarizar com o conteúdo relatado pelos participantes, a pesquisadora leu e releu todas as transcrições. Em seguida, foram identificados temas emergentes (ideias principais sobre as temáticas analisadas) que caracterizavam as respostas de cada participante dentro da evolução temporal da relação entre as variáveis. Em um segundo momento, buscou-se uma concordância em todos os temas emergentes encontrados de atletas e treinadores.

Seções de temas emergentes que caracterizavam cada atleta e cada treinador foram compiladas, resultando em uma lista de temas emergentes dentro de cada subseção, abrangendo assim a soma total de respostas por todos os 8 atletas com deficiência (A1, A2, A3... A8) e 6 treinadores (T1, T2, T3... T6). Assim, uma análise indutiva foi realizada para identificar os temas emergentes comuns de maior generalidade das dimensões gerais estabelecidas. Os temas de segundo nível foram denominados “temas de ordem superior”, estabelecidos por meio dos temas emergentes. Em seguida, os temas de ordem superior foram agrupados em categorias de primeira ordem. Por fim, os temas emergentes, os temas de ordem superior e as categorias de primeira ordem foram testados novamente por meio da realização de uma análise dedutiva, na qual a pesquisadora retornou para as transcrições originais e verificou a representação de todos os temas e dimensões.

Resultados

Os resultados obtidos a partir da análise dos dados refletem as respostas de todos os 8 atletas com deficiência e 6 treinadores participantes. A partir das seis dimensões gerais pré-estabelecidas (esporte paralímpico, motivação, RTA, autonomia e suporte social para enfrentamento das adversidades), um total de 80 temas emergentes foram identificados e condensados em 17 temas de ordem superior e, posteriormente, categorizados em 14 categorias de primeira ordem. Cada tema emergente foi integralmente esquematizado nas Figuras 1-4. Os elementos de cada categoria de primeira ordem foram descritos e exemplos dos temas de ordem superior com citações dos atletas foram apresentados para ilustrar o significado das categorias encontradas.

RTA para atletas com deficiência

Em relação aos atletas, na categoria de primeira ordem da dimensão RTA, destaca-se “Comportamentos do treinador” (Figura 1), que são os comportamentos emitidos pelo treinador que os atletas com deficiência consideram adequados para a manutenção da boa qualidade do relacionamento, que além de proporcionar o bom relacionamento, promove a autonomia e dá suporte. Alguns comportamentos relatados foram: dar instruções, escutar o atleta, fazer acordos, aconselhar, entre outros. Por exemplo, A1 relatou:

...a relação da gente é boa, ele escuta a gente. É uma relação onde ele sabe o que faz. Ele passa o treino, ele diz, mas também escuta, vê as limitações, se não der coloca de outro jeito, mudança de treino... Ele também me ajuda muito na vida particular. Tem tempo, puxa para o canto, conversa, aconselha, escuta.



Figura 1. Desenvolvimento hierárquico do RTA para atletas com deficiência física de atletismo paralímpico.

Outro tema emergente reportado pelos atletas refere-se a como eles veem seus treinadores, que foram agrupados na categoria “Características dos treinadores”. Os atletas reconhecem seus treinadores como rigorosos/exigentes, respeitosos, companheiros, com bom conhecimento técnico, didático, entre outros. A3 relatou que: “Eu vejo ele como bom treinador, sabe das coisas, personalidade forte, exigente, e é muito torcedor”. Esse relato indica que além de manter características de apoio, o conhecimento técnico também é um fator importante para que o treinador seja considerado um bom profissional pelo seu atleta, mesmo que apresente comportamentos exigentes em alguns momentos.

Os atletas com deficiência se veem como atletas profissionais, dedicados, esforçados, determinados, focados e com bom potencial, ainda que com as limitações físicas que a deficiência proporciona. O relato trazido por A4 descreve essa ideia: “A gente se vê assim, que a gente não tem a mesma agilidade de uma pessoa que não tem (a deficiência), mas que a gente pode fazer”.

Em relação aos treinadores e os temas emergentes relacionados à categoria de primeira ordem “comportamentos do treinador”, os achados indicaram semelhanças aos encontrados na categoria dos atletas (Figura 2), indicando que os treinadores adotam comportamentos voltados para aconselhamento, conversa, explicação e orientação das atividades, apoio, suporte, entre outros. De acordo com o relato do T2:

(...) tratando como rendimento, eu sou bem duro com eles, quando se trata do trabalho. Quando é de vida pessoal, eu tento aconselhar, tento conversar, tento ser o/ mais parceiro que eu posso, porque eu também considero essa parte social muito importante. Acredito que quando você é mais amigo dos seus atletas, eles tendem a render melhor.

Outro treinador complementa: “(...) eu venho tentando acompanhar eles da melhor forma possível. Procurando orientar, buscando novos desafios para eles” (T6). Esses achados indicam que além de adotarem comportamentos de orientação técnica, necessária para o desenvolvimento esportivo dos atletas, os treinadores tentam acompanhar também a vida pessoal dos atletas, aconselhando e apoiando quando necessário.

Os treinadores também levantaram características pessoais que consideram importantes para a qualidade do relacionamento com o seu atleta. Eles consideram-se exigentes, amigos, parceiros, compreensivos, atenciosos, entre outros. Indicando que atletas e treinadores tem uma visão muito próxima das características pessoais importantes para a manutenção da qualidade do relacionamento.

Assim, compreendem que o suporte social é importante não só para os aspectos sociais como também para o desempenho do atleta. Além disso, os treinadores acabam avaliando o próprio comportamento dentro do relacionamento a partir do bom desempenho da equipe e da assiduidade dos atletas no treino.



Figura 2. Desenvolvimento hierárquico do RTA para treinadores/as de atletismo paralímpico.

Motivação para atletas com deficiência

A dimensão motivação para os atletas apresentou como temas de ordem superior, os motivos externos e internos aos atletas que os levam a praticar atletismo paralímpico (Figura 3). Os temas emergentes foram: reconhecimento social, ser campeão e incentivo do treinador, como motivos internos. Prazer pela prática, melhoria da saúde e convivência com a equipe, como motivos internos. Segundo o relato de A5:

Porque isso aqui, eu falo assim, que é uma válvula de escape pra gente não poder pensar em outras coisas. (...) minha válvula de escape foi treinar, foi procurar treinar e fazer alguma coisa em relação a isso (deficiência). Hoje o atletismo ele me ajuda fisicamente, né, e psicologicamente falando também.

Esse motivo, bem como praticar a atividade pelo prazer que ela proporciona e por motivos de filiação, estão associados a motivos internos ao indivíduos, voltados a autodeterminação da motivação. Os demais motivos citados pelos atletas estão associados

a motivação extrínseca, ou seja, a motivação controlada por fatores externos ao indivíduo, e que por esse motivo, pode ser interrompida mediante a retirada do reforçador.

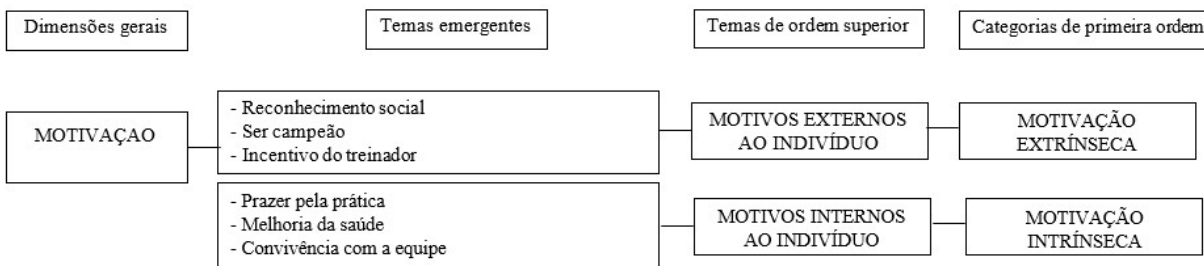


Figura 3. Desenvolvimento hierárquico da motivação para atletas com deficiência física de atletismo paralímpico de acordo com o RTA.

Em relação a como os atletas veem que seus treinadores os motivam, ou seja, como o RTA afeta a motivação, A1 indica: “Ele fica em cima, e pergunta como eu estou, como eu estou me sentindo, pergunta como está a evolução na academia. E aqui ele vê a evolução da gente e sabe se está dando certo”, indicando que o acompanhamento contínuo do treinador e a demonstração de cuidado e preocupação são significativos e motivam os atletas a continuarem treinando. Nesse sentido, A2 também relata: “Ele incentiva todo dia, quando a gente falta ele pergunta por que faltou, se está com algum problema”.

A forma como o treinador passa e planeja o treinamento para o atleta também foi evidenciado nos relatos como um fator motivador para o atleta. A3 indica que o treinador o motiva porque: “Traz um treinamento diferente, mostra uma técnica que a gente possa melhorar, diferente”. A8 relata que:

Os treinos dele me motivam, a planilha dele me motiva. Eu não fico triste quando... porque às vezes ele dá uma planilha hoje *para mim* treinar amanhã, às vezes a gente fica assim “pô, tenho que fazer aquilo amanhã” não sei o que lá, e fica com aquilo na cabeça, mas a planilha dele me motiva. Eu acordo com mais vontade de treinar.

Além disso, evidenciou-se que a relação também pode ser pautada no apoio e incentivo do treinador voltados para o favorecimento de motivos externos ao atleta dentro do contexto esportivo competitivo, como a obtenção de resultados e reconhecimento. A5 relata:

No meu caso, falando particular, ele fala: “eu sei que você consegue fazer, eu sei que você tem capacidade para isso”. Ele sempre incentiva a gente, porque ele sabe a capacidade de cada um, de cada atleta, porque ele tá treinando, então ele sabe onde o atleta pode chegar. Então assim, ele sempre incentiva a gente a querer mais, sempre a buscar mais. Porque esse é o objetivo da nossa vida pessoal também, a gente querer ser sempre mais. (...) No atletismo é o que? É procurar uma marca melhor, é estar entre os melhores, é estar lá no alto, o nosso nome aparecer. Esse é o nosso objetivo. E o objetivo dele é colocar a gente lá.

Autonomia e Suporte Social para atletas com deficiência

As dimensões autonomia e suporte social também surgiram nos relatos dos/as atletas com deficiência física da amostra. Para a autonomia, os temas emergentes foram: tomada de decisões sobre o treinamento e sobre as metas pessoais e realização de atividades do dia a dia e do treino sem o auxílio de outras pessoas. Como relatado pelo A8: “Ele me dá autonomia para pesquisar alguns treinos de força, de velocidade, de resistência. (...) E assim, eu falo para ele né, as minhas provas, as provas que eu quero focar mesmo”, indicando que a abertura do treinador para permitir que os atletas opinem sobre os treinamentos e estabeleça objetivos próprios promovem uma maior autonomia nos atletas.

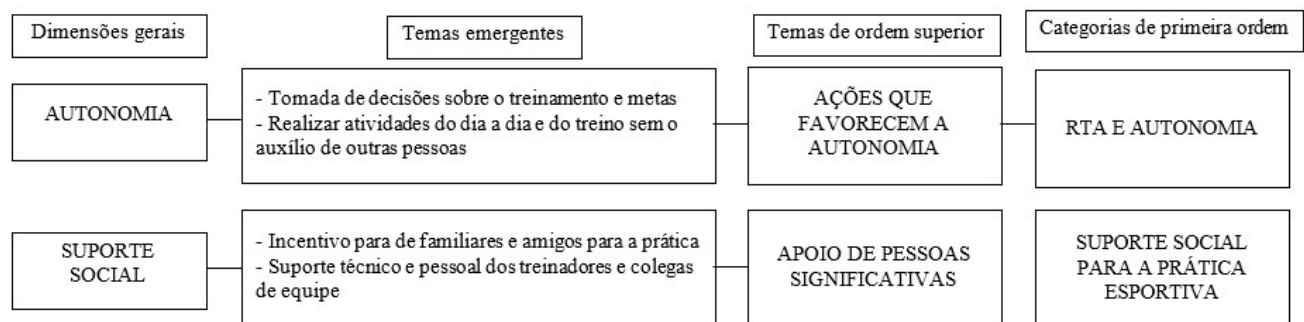


Figura 4. Desenvolvimento hierárquico da autonomia e suporte social para atletas com deficiência física de atletismo paralímpico de acordo com o RTA.

A5 relata que: “(...) eu fui vendo que eu consigo fazer, eu tinha a capacidade de fazer algumas coisas que quando eu tinha as duas pernas eu não conseguia fazer. Até hoje eu faço coisa que quando eu tinha as duas pernas, eu não fazia”. Os/as treinadores/as relatam como percebem que as suas atitudes favorecem a autonomia dos atletas. Como indica T2: “Eles fazem tudo o que precisam fazer. A gente só apoia, só dá um suporte, né? Então, se eles precisam pegar o material deles, dá a chave, eles vão pegar, depois guardar. A questão é que quando eles precisam de alguma coisa, eles pedem”.

Quanto ao suporte social, os atletas indicaram encontrar apoio para a participação esportiva e enfrentamento das adversidades na família, nos/as treinadores, nos colegas de equipe e nos amigos. Como indica A1: “Tenho minha família, minha mãe e meu pai, que é a minha base. Tenho o apoio deles e do meu treinador, dos três eu tenho apoio total”. Esse relato ressalta a importância da família no apoio do atleta dentro do esporte, sendo um dos atores principais de suporte ao atleta, junto com o treinador. Porém os colegas de equipe também foram citados como figuras importantes no incentivo e auxílio do atleta em treinamentos e competições. Como ressalta A5:

Aqui é uma equipe, porque, tipo assim, mesmo a gente tendo... pode ser adversário na competição, mas aqui é uma equipe. Então tipo assim, aqui cada um tem uma deficiência. Então tipo, ela não tem um braço, então ela precisa que eu ajude ela a pegar alguma coisa. Ah, ela não tem uma perna, você pode pegar água pra mim, que eu tô sem a perna? É um ajudando o outro, né?

Os treinadores também entendem a importância do suporte social para o/a atleta com deficiência. Segundo o relato de T4: “E não tem como você ser técnico/a paralímpico e não ter o envolvimento pessoal, é impossível!”, indicando uma característica essencial dos treinadores de pessoas com deficiência entrevistados.

Discussão

O presente estudo teve por objetivo analisar o papel do RTA na motivação, autonomia e suporte social dos atletas com deficiência física no atletismo paralímpico. Ele torna-se importante na medida em que é necessário compreender como os aspectos relacionais e psicológicos se associam no contexto do esporte de alto rendimento para pessoas com deficiência, podendo esse conhecimento ser utilizado para embasar as

atuações de treinadores e equipe multidisciplinar com a intenção de potencializar o desenvolvimento esportivo, desempenho e bem-estar para os atletas com deficiência no alto rendimento. Os resultados encontrados, a partir dos relatos de atletas e treinadores de atletismo paralímpico, sugerem que ambos consideraram manter uma boa relação e que suas percepções sobre a relação estão alinhadas, indicando que a manutenção de uma relação baseada no respeito, apreço, apoio e comprometimento é importante para a manutenção do atleta no esporte paralímpico. O RTA afetou positivamente a autonomia dos atletas com deficiência, tanto em relação ao esporte quanto em relação as atividades realizadas no seu dia a dia. Os atletas com deficiência relataram motivos intrínsecos e extrínsecos para a prática do atletismo paralímpico, sendo o suporte social oferecido por familiares, treinadores e colegas de equipe importante para o enfrentamento das adversidades que encontram nesse contexto.

Os atletas relataram características e comportamentos dos seus treinadores que são adequados para a manutenção da qualidade do relacionamento, como: dar instruções, apoiar, aconselhar, respeitar, ser amigo, atencioso, companheiro, humilde, aberto ao diálogo, entre outros. Tais comportamentos também foram citados pelos treinadores, demonstrando uma concordância entre os mesmos. Ambos concordaram também sobre o comportamento exigente apresentado pelos treinadores, porém foi considerado como uma característica positiva, já que está voltado para o aprimoramento do atleta no esporte. Por ser uma figura de bastante proximidade do atleta, o treinador acaba tendo um papel importante no desenvolvimento atlético desse sujeito, sendo muito exigido para que se comportem de maneira adequada (Duda, & Appleton, 2016). O contexto competitivo pode fazer com que os treinadores adotem um comportamento mais controlador e voltado para a exigência de obtenção de resultados (Cheon, Reeve, Lee, & Lee, 2015), porém não foi o caso dos treinadores desse estudo. Os comportamentos apresentados por eles dizem respeito a um estilo mais democrático de treinador. Os treinadores que apresentam esse estilo de liderança são mais solidários, instrutivos e preparados para dar informações, incentivos e feedback positivos aos seus atletas, favorecendo a autonomia (Baric, & Bucik, 2009), importante para a vida das pessoas com deficiência.

De acordo com a TNPB, ao satisfazer as necessidades de autonomia, competência e relacionamento, o treinador pode favorecer a potencialização do desempenho e do bem-estar dos seus atletas. Em estudo realizado com treinadores de atletas paralímpicos (Cheon, Reeve, Lee, & Lee, 2015), evidenciou-se que ao adotar um estilo comportamental

de apoio à autonomia, os treinadores afetavam positivamente a motivação, o engajamento e o desempenho de seus atletas, além de apresentarem mais satisfação na realização do próprio trabalho. O suporte à autonomia é caracterizado pelo encorajamento que o treinador fornece ao atleta para tomar controle de sua participação e de seus comportamentos no esporte, alimentando os seus interesses e preferências. (Smith *et al.*, 2016). Os treinadores desse estudo favorecem a autonomia de seus atletas na medida em que permitem que eles opinem sobre os seus treinamentos, sejam acolhidos e apoiados nas suas demandas, estabeleçam objetivos para a sua carreira esportiva e desempenhem atividades de liderança e confiança dentro da equipe. Felton e Jowett (2013), verificaram que para que o técnico crie um ambiente no qual o atleta possa satisfazer suas necessidades básicas, deve permitir que o atleta sinta que pode contribuir abertamente para as sessões de treinamento e com o que realiza.

As características apresentadas pelos treinadores são importantes, porém, por ser um processo bidirecional (Yang, & Jowett, 2017), o RTA também depende dos comportamentos emitidos pelos atletas e da relação que eles estabelecem com o treinador dentro do contexto esportivo (Jowett, Nicols, & Yang, 2017). Neste estudo, os atletas relataram apresentar comportamentos exigidos para o esporte competitivo, pois consideram-se atletas profissionais, apresentando características como: dedicação, esforço, determinação e foco. De acordo com Jowett (2017), os atletas que tratam seus treinadores com respeito, confiança, apreço, comprometimento e cooperação, se conectam com mais facilidade e tem mais probabilidade de receberem as melhores práticas que os treinadores podem oferecer. Em estudo realizado por Jowett e Cockerill (2003), quando questionados sobre quais características buscavam em um treinador, as respostas mais comuns dos atletas envolviam amizade, confiança, cooperação, compreensão, apoio para realizar os sonhos, conhecimento e experiência, indicando a importância do suporte social proporcionado pelo treinador para atender as necessidades dos atletas. De modo muito similar, os treinadores buscaram características “ideais” em seus atletas, como motivação, persistência e determinação para atingir seus objetivos (Jowett, Paull, & Pensgaard, 2005). Essas percepções e necessidades são importantes para a manutenção da díade e da compatibilidade no RTA.

Quando analisada a motivação, os atletas com deficiência desse estudo apresentaram motivos intrínsecos e extrínsecos para a prática do atletismo paralímpico. Os motivos intrínsecos estiveram associados ao prazer que a prática esportiva os/as

proporciona, os aspectos relacionais e a manutenção da saúde física e mental. De acordo com a Teoria da Autodeterminação (TAD, Deci, & Ryan, 2000), a motivação intrínseca é a forma mais autônoma de motivação, e a mais desejada, onde o sujeito pratica a atividade pelo prazer e satisfação inerente que a mesma proporciona (Gagne, 2003; Jowett *et al.*, 2017). Em estudo realizado com atletas paralímpicos (Omar-Fauzee, Mohd-Ali, Geok, & Ibrahim, 2010), verificou-se que a diversão foi o fator motivacional mais importante citado pelos atletas com deficiência para o envolvimento com o esporte, indicando que os atletas paralímpicos tem prazer com o envolvimento com o esporte, demonstrando formas de motivação mais autônoma. Os atletas ainda citaram a autorrealização e os benefícios para a saúde como motivos importantes, indicando que com a prática esportiva os atletas veem a possibilidade não só de demonstrar as suas habilidades, como a de melhorar a sua condição de saúde, ainda que trate de um esporte de alto rendimento.

Em estudo realizado por Epiphanyo, Silva, Batista e Aquino (2017), os atletas com deficiência destacaram os aspectos sociais como fontes motivadoras, encontrando nas figuras do treinador e colegas de equipe o apoio necessário para a inserção e a manutenção na prática esportiva. De modo semelhante, para os atletas do presente estudo, os aspectos relacionais apresentou importância para a motivação. Apesar de competirem apenas em provas individuais na modalidade, o fator integrador do atletismo é evidente, pois todos os atletas treinam em uma equipe que possui, muitas vezes, atletas sem e com diferentes deficiências. Esse achado também corroborou com os encontrados por Omar-Fauzee, Mohd-Ali, Geok, e Ibrahim (2010), onde os atletas paralímpicos indicaram a importância do suporte social dado pelas pessoas significantes de suas vidas. Por possuírem deficiência física, alguns atletas podem depender, em algum nível, da ajuda de familiares ou atletas de equipe para auxiliarem na realização de algumas atividades cotidianas. E isso também pode estar relacionado a falta de estrutura e acessibilidade encontrados nos diferentes ambientes que a pessoa com deficiência frequenta, como os locais de treinamento, por exemplo (Araújo, 2011).

Os atletas também apresentaram motivos extrínsecos, como a prática do esporte pelo reconhecimento social e obtenção de resultados. Os motivos extrínsecos estão associados à forma mais controlada de motivação, ou seja, eles estão sujeitos aos fatores externos aos indivíduos como recompensas, punições, e tem maior dificuldade em se manterem ao longo do tempo (Rigby, & Ryan, 2018). Acredita-se que, por se tratar de

uma prática voltada para o alto rendimento, os atletas apresentem essas motivações pela necessidade de manutenção do resultado que mantém vários benefícios, como a remuneração através de bolsas, e reconhecimento pelo resultado obtido. Supõe-se ainda que eles precisem demonstrar que são capazes de chegar ao topo, já que se comparam constantemente suas habilidades às pessoas sem deficiência.

Em relação à autonomia, os relatos mostram que, de acordo com os atletas, os relacionamentos que permitem que eles tomem decisões sobre as suas próprias metas e treinamentos, e ambientes nos quais eles possam realizar atividades por conta própria ou assumir papéis na equipe, como auxiliar no treinamento na ausência do treinador, por exemplo, fazem com que os atletas sintam-se autônomos no contexto esportivo e no dia a dia. Estudo realizado por Felton e Jowett (2013) indicaram que os comportamentos dos treinadores de suporte à autonomia do atleta previam positivamente as necessidades psicológicas básicas de competência, relacionamento e autonomia dos atletas, pois os atletas sentiam que podiam contribuir com suas sessões de treinamento e com o que tinham que realizar. Como indicado pelos atletas deste estudo. Banack (2009) sugere que os atletas com deficiência possuem altas percepções de autonomia, e um dos motivos seria porque os treinadores tem que aprender com o atleta sobre a sua deficiência e limitações para poder conseguir treiná-lo efetivamente, que favorece a comunicação e a relação simbiótica entre os mesmos.

O apoio social encontrado no contexto esportivo foi citado pelos atletas como essencial para a motivação. Familiares, treinadores e colegas de equipe incentivam e auxiliam os atletas com deficiência a transporem as barreiras encontradas no esporte paralímpico. De acordo com Garci e Mandich (2005), devido a convivência intensa, os atletas com deficiência geralmente se referem a seus colegas de equipe e treinadores como uma "segunda família". Além disso, o suporte oferecido no dia a dia por esses atletas estreitam os vínculos entre os mesmos. Quando os treinadores apoiam a autonomia dos atletas, acabam criando um ambiente onde eles sintam uma conexão mais forte com os membros da equipe, aumentando a percepção do bom relacionamento (Adie, Duda, & Ntoumanis, 2008).

O presente estudo possui algumas limitações que necessitam ser evidenciadas. Em primeiro lugar, o estudo inclui apenas atletas com deficiência física da modalidade atletismo, não sendo possível generalizar os dados para a população de atletas paralímpicos, devido a etiologia da deficiência. Estudos futuros devem considerar inserir

atletas com diferentes tipos de deficiência para considerar as suas percepções sobre o relacionamento com o treinador e como este afeta os seus aspectos psicológicos. Além de inserir outras modalidades esportivas, também coletivas e individuais. Por se tratar de um estudo observacional, não é possível estabelecer relações de causa e efeito. Estudos futuros devem considerar a utilização de delineamentos longitudinais e experimentais para desvendar os processos relacionais e interacionais entre treinadores e atletas, já que estes são interativos e são afetados por eventos contextuais, podendo passar de compatíveis para incompatíveis. Além disso, este estudo considerou apenas os efeitos dos comportamentos nos aspectos psicológicos dos atletas. Futuras pesquisas podem verificar como o relacionamento afetam as variáveis psicológicas nos treinadores.

Como implicações práticas, os achados desse estudo permitem que treinadores, equipe multidisciplinar e pesquisadores compreendam melhor como se dão os aspectos relacionais dentro do esporte competitivo para pessoas com deficiência para que possam, assim, embasar cientificamente as suas atuações e intervenções. Os treinadores, de posse desse conhecimento, podem compreender melhor como os seus comportamentos podem afetar aspectos psicológicos de seus atletas e planejarem a melhor maneira de proporcionar um ambiente de trabalho voltado ao suporte a autonomia e suporte social de seus atletas. Os psicólogos do esporte, como parte integrante da equipe multidisciplinar, pode trabalhar como mediador dessas relações, elaborando as suas intervenções junto com treinadores e atletas, no sentido de proporcionar formas mais efetivas e assertivas de comunicação e convivência entre os envolvidos na relação, além de familiares, colegas de equipe e equipe técnica, como modo de manter a boa qualidade do relacionamento ou de melhorar essas relações.

Conclusão

Diante do exposto no presente estudo, entende-se que a boa percepção da qualidade do relacionamento entre treinadores e atletas com deficiência favorece a motivação para a prática esportiva, autonomia e percepção do suporte social dos atletas. Os comportamentos emitidos pelos treinadores bem como o relacionamento estabelecidos são considerados quando o atleta faz a avaliação dessa relação. Assim, o suporte que o treinador proporciona ao atleta impacta a vida atlética e pessoal da pessoa com deficiência. As características e comportamentos do treinador, quando orientados para a satisfação das necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento, favorecem a promoção de um ambiente adequado para o aprimoramento

técnico, tático e o bem-estar psicológico de atletas com deficiência. Além dos treinadores, os familiares e colegas de equipe são peças fundamentais de incentivo e suporte para o enfrentamento das adversidades no contexto esportivo. Percebe-se que o estabelecimento de uma relação saudável no contexto do esporte paralímpico favorece com que os atores da relação cresçam como pessoas, desempenhem seu melhor nas suas atividades e obtenham satisfação em seus trabalhos.

Referências bibliográficas

- Adie, J. W., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivation and Emotion*, 32(3), 189–199. DOI:10.1007/s11031-008-9095-z
- Araújo, P. F. (2011). Desporto adaptado no Brasil. São Paulo, Phorte.
- Banack, H. (2009). *Coaching Behaviours and the Motivation of Paralympic Athletes*. Dissertação de Mestrado (Mestrado em Educação). Montreal.
- Bardin, L. (2008). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições.
- Baric, R., & Bucik, V. (2009). Motivational Differences in Athletes Trained by Coaches of Different Motivational and Leadership Profiles. *Kineziologija*, 41, 181-194.
- Burns, L., Weissensteiner, J. R., & Cohen, M. (2019). Supportive interpersonal relationships: a key component to high-performance sport. *British Journal of Sports Medicine*, bjsports-2018-100312. doi:10.1136/bjsports-2018-100312
- Chelladurai, P. (2007). Leadership in sports. In: Tenenbaum, G., & Eklund, R. C. *Handbook of Sport Psychology* (pp. 111-135). 3ed. John Wiley & Sons.
- Cheon, S. H., Reeve, J., Lee, J., & Lee, Y. (2015). Giving and receiving autonomy support in a high-stakes sport context: A field-based experiment during the 2012 London Paralympic Games. *Psychology of Sport and Exercise*, 19, 59–69.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2001). *A Psicologia das Relações Interpessoais: Vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Vozes.
- Dieffenbach, K. D., & Statler, T. A. (2012). More Similar than Different: The Psychological Environment of Paralympic Sport. *Journal of Sport Psychology in Action*, 3(2), 109–118. DOI:10.1080/21520704.2012.683322
- Duda, J. L., & Appleton, P. R. (2016). Empowering and Disempowering Coaching Climates: Conceptualization, Measurement Considerations, and Intervention Implications. *Sport and Exercise Psychology Research*, 373–388.
- Epiphanyo, E. H., Silva, E. M., Batista, R. P. R., & Aquino, S. M. C. (2017). O sentido do esporte para atletas com e sem deficiência: uma compreensão fenomenológica. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 7(1), 76-91.
- Felton, L., & Jowett, S. (2013). What do coaches do” and “how do they relate”: Their effects on athletes’ psychological needs and functioning. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 23(2), 130 - 139. DOI:10.1111/sms.12029

- Garci, T. C. H., & Mandich, A. (2005) Going for Gold: Understanding Occupational Engagement in Elite-Level Wheelchair Basketball Athletes, *Journal of Occupational Science*, 12(3), 170-175.
- Gillet, N., Berjot, S., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Rosnet, E. (2012). Examining the motivation-performance relationship in competitive sport: A cluster-analytic approach. *International Journal of Sport Psychology*, 43, 79-102.
- Hampson, R., & Jowett, S. (2012). Effects of coach leadership and coach-athlete relationship on collective efficacy. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(2), 454–460. DOI: 10.1111/j.1600-0838.2012.01527.x
- Jowett, S. (2017). Coaching effectiveness: the coach–athlete relationship at its heart. *Current Opinion in Psychology*, 16, 154–158. DOI:10.1016/j.copsyc.2017.05.006
- Jowett, S., Adie, J.W., Bartholomew, K.J., Yang, S.X., Gustafsson, H., & Lopez-Jiménez, A. (2017). Motivational processes in the coach-athlete relationship: A multi-cultural self-determination approach, *Psychology of Sport & Exercise*, 1-45.
- Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313–331. DOI: 10.1016/S1469-0292(02)00011-0
- Jowett, S., Nicolas, M., & Yang, S. (2017). Unravelling the Links between Coach Behaviours and Coach-Athlete Relationships. *European Journal of Sports & Exercise Science*, 5(3), 10-19.
- Jowett, S., Paull, G. & Pensgaard, A. M. (2005). Coach–athlete relationship. In J. Taylor & G. S. Wilson (Eds.) *Applying sport psychology: Four perspectives*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jowett, S., & Poczwardowski, A. (2007). Understanding the Coach-Athlete Relationship. In Jowette, S., & Lavallee, D. (Eds.). *Social Psychology in Sport* (p. 3–14). Human Kinetics.
- Jowett, S., & Shanmugam, V. (2016). Relational coaching in sport: Its psychological underpinnings and practical effectiveness. In: Schinke, R. J., McGannon, K. R., & Smith, B. (eds). *Routledge International Handbook of Sport Psychology*. Abingdon, Oxon: Routledge, pp. 471-484.
- Lorimer, R., & Jowett, S. (2009). Empathic Accuracy, Meta-Perspective, and Satisfaction in the Coach-Athlete Relationship. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(2), 201–212. DOI:10.1080/10413200902777289
- McMaster, S., Culver, D., & Werthner, P. (2012). Coaches of athletes with a physical disability: a look at their learning experiences. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4(2), 226–243. DOI:10.1080/2159676x.2012.686060
- Omar-Fauzee, M. S., Mohd-Ali, M., Geok, S. K., & Ibrahim, N. (2010). The participation motive in the Paralympics. *Journal of Alternative Perspectives in the Social Sciences*, 2(1), 250-272.
- Reis, H. T., & Collins, W. A. (2004). Relationships, Human Behavior, and Psychological Science. *Current Directions in Psychological Science*, 13(6), 233–237. DOI:10.1111/j.0963-7214.2004.00315.x
- Riemer, H. A. (2007). Multidimensional Model of Coach Leadership. In S. Jowette & D. Lavallee (Eds.), *Social Psychology in Sport* (p. 57–73). Human Kinetics.
- Rigby, C. S., & Ryan, R. M. (2018). Self-Determination Theory in Human Resource Development: New Directions and Practical Considerations. *Advances in Developing Human Resources*, 20(2), 133–147. doi:10.1177/1523422318756954

- Smith, J. A. (1997). Semi-structured interviews and qualitative analysis. In Smith, J. A., Harre, R., & Van Langenhove, L. (Eds.). *Rethinking methods in psychology* (p. 9-26). London: Sage.
- Smith, N., *et al.* (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. DOI: 10.1016/j.psychsport.2015.11.001
- Thon, R. A., Passos, P. C. B., Costa, L. C. A., Prates, M. E. F., Nascimento Junior, J. R. A., & Vieira, L. F. (2012). Leadership style in the context swimming coaches in the state of Paraná. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 14(5), 527-534. DOI: 10.5007/1980-0037.2012v14n5p527
- Wareham, Y., Burkett, B., Innes, P., & Lovell, G. P. (2017). Coaching athletes with disability: preconceptions and reality. *Sport in Society*, 20(9), 1185–1202. DOI:10.1080/17430437.2016.1269084
- Yang, S. X., & Jowett, S. (2017). Understanding and enhancing coach-athlete relationships through the 3+1Cs model. In Thelwell, R., Harwood, C., & Greenlees, I. *The Psychology of Sports Coaching*. London: Routledge, 54-67.

Considerações finais

A presente dissertação possibilitou a elaboração de algumas considerações a respeito de como o relacionamento entre treinadores e atletas com deficiência afetam aspectos psicológicos e sociais, como a motivação, a resiliência, a autoestima, a autonomia e a percepção do apoio social fornecido ao atleta. O esporte paralímpico apresenta-se como uma possibilidade de inserção do atleta com deficiência. Ele favorece tanto o desenvolvimento de aspectos sociais quanto psicológicos, como a melhora da saúde e do bem-estar. Porém, por se tratar de um contexto esportivo voltado para o alto rendimento, ele pode promover também o desenvolvimento de habilidades específicas voltadas para a profissionalização do atleta, podendo se tornar exclusivo nesses aspectos, pois seleciona os atletas a partir de características específicas. Nesse contexto, o relacionamento entre as pessoas que convivem com o atleta, como treinadores, familiares e colegas de equipe auxiliam na adesão e permanência dos atletas, quanto no desenvolvimento de atributos psicológicos importantes para o desempenho e bem-estar dos atletas, como a autoestima, autonomia e resiliência.

Nota-se, a partir desse estudo, que os atletas com deficiência do atletismo paralímpico tem características específicas que precisam ser consideradas, como bons índices de resiliência e autoestima, que apesar de não trazerem associações quantitativamente significantes com outras variáveis psicológicas neste estudo, elas favorecem e são favorecidas pelo ambiente acolhedor proporcionado pelo treinador no contexto de treinamento. Quando oferece suporte à autonomia, feedback positivo e suporte social, o treinador busca relacionar-se de forma mais aberta e dando oportunidades de iniciativa para os seus atletas, isso acaba proporcionando um com que os atletas tenham uma visão mais positiva sobre si mesmo e sobre as suas competências e sintam-se apoiados para enfrentar as adversidades decorrentes do esporte competitivo. Com isso, como mostrou esse estudo, os atletas acabam tendo uma boa percepção do relacionamento que mantem com os seus treinadores e essa dinâmica deve ser levada em consideração para as intervenções dos profissionais que trabalham no esporte paralímpico.

Uma das contribuições do presente estudo foi compreender como o relacionamento estabelecido com o treinador e a percepção que o atleta com deficiência

tem desse relacionamento são importantes para aspectos psicológicos que afetam a prática esportiva e bem-estar dos atletas no contexto esportivo, para poder contribuir na construção de relacionamentos mais saudáveis no esporte para pessoa com deficiência. No Brasil, apesar dos resultados expressivos dos atletas encontrados em campeonatos paralímpicos nacionais, ainda observa-se uma estrutura muito aquém do profissionalismo esperado no esporte competitivo, em questões estruturais e de suporte profissional. Os resultados encontrados neste estudo avançam na literatura porque permite desenvolver um conhecimento científico em uma área ainda pouco estudada na Psicologia do Esporte e indica a relevância da inserção do profissional de psicologia nesse âmbito de atuação. O estudo é importante para a prática porque permite que, sabendo que os atletas que desenvolvem fortes conexões com seus treinadores tem um melhor desenvolvimento esportivo tanto pessoais quanto profissionais, a equipe multidisciplinar (treinadores, psicólogos e equipe técnica) pode utilizar esse conhecimento para embasar suas intervenções e construir uma prática mais alinhada com as peculiaridades do contexto.

Apêndices**Apêndice A – Questionário de dados sociodemográficos****1. Dados pessoais**

Nome: _____

Idade: _____ Sexo: () Feminino () Masculino

2. Nível de escolaridade:

() Ensino Fundamental incompleto () Ensino Fundamental completo

() Ensino médio completo () Ensino superior completo

Outro: _____

3. Tipo de deficiência: _____

() Congênita () Adquirida

4. Modalidade: () Atletismo () Natação**Classificação funcional:** _____.**Tempo de prática:** _____ meses.**5. Participação em competições**

() Regional () Nacional () Internacional

6. Já conquistou medalhas ou premiações em competições estaduais ou nacionais?

() Sim () Não

7. Quanto tempo (em meses) com o treinador? _____ meses.

8. Tempo de treino/semana: _____.

Apêndice B – Roteiro de entrevista semiestruturada

Com atletas:

Questão 1 – Como você define a relação que mantém com o seu treinador? Fale sobre.

Questão 2 – Quais motivos levaram você a escolher o esporte que pratica e a continuar praticando hoje em dia?

Questão 3 – Você sente que tem apoio das pessoas de seu convívio (treinador, familiares e colegas) para enfrentar as adversidades que encontra na prática de seu esporte? Fale sobre.

Questão 4 – Como você vê seu treinador e como você acha que ele te vê?

Questão 5 – Como você percebe a associação entre esporte e deficiência? E como você se percebe enquanto atleta?

Com treinadores:

Questão 1 – Como você define a relação que mantém com seu atleta? Fale sobre.

Questão 2 – Como você se vê com treinador e como você acha que seu atleta te vê?

Questão 3 – Você acha que é responsável por proporcionar motivação aos seus atletas. Se sim, como vê que faz isso?

Questão 4 – Como você acha que o relacionamento entre vocês proporciona suporte e autonomia para os seus atletas?

Apêndice C – Parecer do Comitê de Ética

FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE
FEDERAL DO VALE DO SÃO
FRANCISCO



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: O PAPEL MEDIADOR DO RELACIONAMENTO TREINADOR-ATLETA NO EFEITO DA MOTIVAÇÃO SOBRE A RESILIÊNCIA E AUTOESTIMA NO ESPORTE

Pesquisador: ROSEANA PACHECO REIS BATISTA

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 03808018.4.0000.5196

Instituição Proponente: UNIVASF

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.076.661

Apresentação do Projeto:

1. O projeto de pesquisa está ligado a pós-graduação em psicologia da UNIVASF e a sua equipe executora é composta por ROSEANA PACHECO REIS BATISTA, José Roberto Andrade do Nascimento Junior, DIEGO RUBINAKES AMORIM BRITO e CARLA THAMIRES LARANJEIRA GRANJA, todos devidamente cadastrados. O projeto contempla todas as seções essenciais para a análise ética.

Objetivo da Pesquisa:

2. Os objetivos estão bem delineados, em acordo com a metodologia proposta, são exequíveis, e são possíveis de serem atingidos de acordo com o cronograma apresentado e não apresentam riscos ou danos evidentes aos participantes da pesquisa.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

3. A avaliação dos riscos e benefícios está bem delineada na metodologia do projeto.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

4. O projeto apresenta ADEQUADAMENTE os seguintes itens: tema, objeto da pesquisa, relevância social, local de realização da pesquisa, população a ser estudada, garantias éticas aos participantes da pesquisa, método a ser utilizado, cronograma, orçamento, critérios de inclusão e não inclusão dos participantes da pesquisa, critérios de encerramento ou suspensão de pesquisa e divulgação dos resultados do estudo.

Endereço: Avenida José de Sá Maniçoba, s/n

Bairro: Centro

CEP: 56.304-205

UF: PE

Município: PETROLINA

Telefone: (87)2101-6896

Fax: (87)2101-6896

E-mail: cedep@univasf.edu.br

FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE
FEDERAL DO VALE DO SÃO
FRANCISCO



Continuação do Parecer: 3.076.661

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

5. O projeto apresenta ADEQUADAMENTE todos os termos de apresentação obrigatória, a saber: TCLE, Folha de rosto, Currículo do pesquisador responsável e Declaração de compromisso do pesquisador responsável.

5.1 A carta de anuência não foi apresentada pois esta depende da aprovação do CEP, a pesquisadora deve enviar a carta ao CEP assim que recebê-la (RECOMENDAÇÃO)

5.2 O TCLE apresentado já está com a assinatura da pesquisadora digitalizada. Retirar, pois todos os TCLEs devem ter assinatura original. (RECOMENDAÇÃO)

Recomendações:

6. Solicitamos exclusão da assinatura digitalizada do TCLE, pois todos estes documentos devem conter assinatura original.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

7. O projeto atende satisfatoriamente a todos os critérios de análise ética, estando apto para a aprovação deste CEP.

Considerações Finais a critério do CEP:

É com satisfação que informamos formalmente a V^a. Sr^a. que o projeto O PAPEL MEDIADOR DO RELACIONAMENTO TREINADOR-ATLETA NO EFEITO DA MOTIVAÇÃO SOBRE A RESILIÊNCIA E AUTOESTIMA NO ESPORTE PARAOLÍMPICO foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da UNIVASF. A partir de agora, portanto, o vosso projeto pode dar início à fase prática ou experimental. Informamos ainda que no prazo máximo de 1 (um) ano a contar desta data deverá ser enviado a este comitê um relatório sucinto sobre o andamento da pesquisa.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1267662.pdf	30/11/2018 17:13:52		Aceito
Outros	Declaracao_compromisso_Roseana.pdf	30/11/2018 17:13:00	ROSEANA PACHECO REIS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Mestrado_CEP_Roseana.pdf	30/11/2018 16:29:57	ROSEANA PACHECO REIS BATISTA	Aceito

Endereço: Avenida José de Sá Maniçoba, s/n
Bairro: Centro CEP: 56.304-205
UF: PE Município: PETROLINA
Telefone: (87)2101-6896 Fax: (87)2101-6896 E-mail: cedep@univasf.edu.br

FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE
FEDERAL DO VALE DO SÃO
FRANCISCO



Continuação do Parecer: 3.076.661

Outros	Termo_de_anuencia_Roseana.pdf	30/11/2018 16:25:15	ROSEANA PACHECO REIS	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Roseana.pdf	30/11/2018 16:24:25	ROSEANA PACHECO REIS BATISTA	Aceito
Orçamento	Orcamento_Roseana.pdf	30/11/2018 16:23:30	ROSEANA PACHECO REIS	Aceito
Cronograma	Cronograma_Roseana.pdf	30/11/2018 16:22:23	ROSEANA PACHECO REIS	Aceito
Folha de Rosto	3_Folha_de_rosto_Roseana.pdf	30/11/2018 15:44:53	ROSEANA PACHECO REIS	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PETROLINA, 12 de Dezembro de 2018

Assinado por:
Luciana Duccini
(Coordenador(a))

Anexos

Anexo I – Questionário de Relacionamento Treinador-Atleta (CART-Q) – Versão Atleta

Este questionário tem como objetivo medir a qualidade e o conteúdo da relação treinador-atleta. Por favor, leia com atenção as afirmações abaixo e circule a resposta que indica se você concorda ou discorda. Não há respostas certas ou erradas. Por favor, responda às afirmações mais honestamente possível e relevante a maneira como você se sente, pessoalmente, com o seu treinador.

Concordo totalmente	Discordo totalmente Moderadamente						
	1	2	3	4	5	6	7
1. Eu sou próximo ao meu treinador.	1	2	3	4	5	6	7
2. Eu sou comprometido com meu treinador.	1	2	3	4	5	6	7
3. Eu gosto do meu treinador.	1	2	3	4	5	6	7
4. Quando eu sou treinado pelo meu treinador, Eu estou à vontade.	1	2	3	4	5	6	7
5. Eu confio no meu treinador.	1	2	3	4	5	6	7
6. Eu acho que minha carreira esportiva é promissora com meu treinador.	1	2	3	4	5	6	7
7. Quando eu sou treinado pelo meu treinador, eu estou suscetível aos seus/suas esforços.	1	2	3	4	5	6	7
8. Eu respeito meu treinador.	1	2	3	4	5	6	7
9. Eu aprecio os sacrifícios do meu treinador a fim de melhorar meu desempenho.	1	2	3	4	5	6	7
10. Quando eu sou treinado pelo meu treinador, eu estou pronto para fazer o melhor.	1	2	3	4	5	6	7
11. Quando eu sou treinado pelo meu treinador, eu adoto uma postura amigável.	1	2	3	4	5	6	7

Anexo II – SMS II – Escala de Motivação para o Esporte II

Por que você pratica este esporte?

Por favor, pense a respeito do por que você pratica este esporte e responda as questões abaixo. Utilizando a seguinte escala (1-7), indique em que medida os itens correspondem a uma das razões pela qual você está atualmente praticando este esporte.

Não corresponde totalmente	Corresponde um pouco	Corresponde moderadamente	Corresponde muito	Corresponde completamente
1	2-3	4	5-6	7

1.	Porque eu me sentiria mal se eu não achasse tempo para fazer isso.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Eu costumava ter boas razões para praticar esportes, mas agora eu me pergunto se deveria continuar.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Porque é muito interessante saber como eu posso melhorar.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Porque praticar esportes reflete a essência de quem eu sou.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Porque as pessoas com quem me importo ficariam chateadas comigo se eu não praticasse.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Porque eu descobri que é uma boa maneira para desenvolver aspectos de mim que eu valorizo.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Porque eu não sentiria que vale a pena se eu não praticasse.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Porque eu acho que os outros me desaprovariam se eu não praticasse.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Porque eu acho agradável descobrir novas estratégias de desempenho.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Eu não sei mais, tenho a impressão que sou incapaz de ter sucesso nesse esporte.	1	2	3	4	5	6	7
11.	Porque praticar esportes é parte fundamental da minha vida.	1	2	3	4	5	6	7
12.	Porque eu escolhi esse esporte como uma maneira de me desenvolver.	1	2	3	4	5	6	7
13.	Não é mais claro para mim, eu realmente acho que meu lugar não é nesse esporte.	1	2	3	4	5	6	7
14.	Porque por meio do esporte, eu estou vivendo de acordo com meus princípios mais profundos.	1	2	3	4	5	6	7
15.	Porque pessoas ao meu redor me recompensam quando eu pratico.	1	2	3	4	5	6	7
16.	Porque eu me sinto melhor quando eu pratico.	1	2	3	4	5	6	7
17.	Porque me dá prazer aprender mais este esporte.	1	2	3	4	5	6	7
18.	Porque é uma das melhores maneiras que escolhi para desenvolver outros aspectos de mim mesmo.	1	2	3	4	5	6	7

Anexo III – Escala de Resiliência de Connor-Davidson para o Brasil-25^{BRASIL} (CD-RISC-25^{BRASIL}) ©

*Quanto as afirmações abaixo são verdadeiras para você, pensando no **mês passado**?
Se algumas dessas situações não ocorreram no mês passado, responda como você acha
que teria se sentido se elas tivessem ocorrido.*

	Nem um pouco verdadeiro	Raramente verdadeiro	Às vezes verdadeiro	Frequentemente verdadeiro	Quase sempre verdadeiro
1. Eu consigo me adaptar quando mudanças acontecem.					
2. Eu tenho pelo menos um relacionamento próximo e seguro com alguém que me ajuda quando estou nervoso.					
3. Quando meus problemas não têm uma solução clara, às vezes Deus ou o destino podem me ajudar.					
4. Eu consigo lidar com qualquer problema que acontece comigo.					
5. Os sucessos do passado me dão confiança para enfrentar novos desafios e dificuldades.					
6. Eu tento ver o lado humorístico das coisas quando estou com problemas.					
7. Ter que lidar com situações estressantes me faz sentir mais forte.					
8. Eu costumo me recuperar bem de uma doença, acidentes e outras dificuldades.					
9. Eu acredito que a maioria das coisas boas ou ruins acontecem por alguma razão.					
10. Eu me esforço ao máximo, não importa qual seja o resultado.					
11. Eu acredito que posso atingir meus objetivos mesmo quando há obstáculos.					
12. Mesmo quando tudo parece sem esperanças, eu não desisto.					
13. Nos momentos difíceis ou de crise, eu sei onde procurar ajuda.					
14. Fico concentrado e penso com clareza quando estou sob pressão.					
15. Eu prefiro assumir a liderança para resolver problemas, em vez de deixar os outros tomarem as decisões.					

16. Eu não desanimo facilmente com os fracassos.					
17. Eu me considero uma pessoa forte quando tenho que lidar com desafios e dificuldades da vida.					
18. Se for necessário, eu consigo tomar decisões difíceis e desagradáveis que afetem outras pessoas.					
19. Eu consigo lidar com sentimentos desagradáveis ou dolorosos como tristeza, medo e raiva.					
20. Ao lidar com os problemas da vida, eu às vezes sigo minha intuição, sem saber por quê.					
21. Eu sei onde quero chegar na vida.					
22. Eu sinto que tenho controle sobre minha vida.					
23. Eu gosto de desafios.					
24. Eu me esforço para atingir meus objetivos, não importa que obstáculos eu encontre pelo caminho.					
25. Eu tenho orgulho das minhas conquistas.					

Anexo IV – Escala de Autoestima de Rosenberg

Leia cada frase com atenção e faça um círculo em torno da opção mais adequada

1. Eu sinto que sou uma pessoa de valor, no mínimo, tanto quanto as outras pessoas.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

2. Eu acho que eu tenho várias boas qualidades.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

3. Levando tudo em conta, eu penso que eu sou um fracasso.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

4. Eu acho que sou capaz de fazer as coisas tão bem quanto a maioria das pessoas.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

5. Eu acho que eu não tenho muito do que me orgulhar.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

6. Eu tenho uma atitude positiva com relação a mim mesmo.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

7. No conjunto, eu estou satisfeito comigo.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

8. Eu gostaria de poder ter mais respeito por mim mesmo.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

9. Às vezes eu me sinto inútil.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente

10. Às vezes eu acho que não presto para nada.

(1) Discordo Totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo Totalmente