

Relação da formação formal na liderança dos treinadores e na autodeterminação e bem-estar dos atletas com deficiência intelectual

Relationship of formal training on coaches' leadership and self-determination and well-being of athletes with intellectual disabilities

Relación de la formación reglada con el liderazgo y la autodeterminación de los entrenadores y el bienestar de los deportistas con discapacidad intelectual

*Pedro Pires, **Marco Batista, **Helena Mesquita, *Sergio J. Ibáñez

*Universidad de Extremadura (España), **Instituto Politécnico de Castelo Branco (Portugal)

Resumo. Os treinadores são amplamente reconhecidos como um dos agentes sociais mais importantes no panorama desportivo. Torna-se fundamental analisar a relação entre treinador- atleta, uma vez que esta é primordial para atletas com deficiência intelectual. O estudo tem como principal objetivo identificar a liderança dos treinadores, conhecer o grau de autodeterminação, necessidades psicológicas básicas, satisfação com a vida e afetos dos atletas com deficiência intelectual e analisar a relação da formação formal dos treinadores nas variáveis referidas anteriormente. A investigação foi descritiva e de corte transversal, com uma amostra constituída por 50 treinadores e 94 desportistas do universo dos Special Olympics Portugal. Foram utilizados vários instrumentos para medir a liderança, a autodeterminação, as necessidades psicológicas básicas, a satisfação com a vida e os afetos. Perante os resultados obtidos, constata-se que a liderança dos treinadores se percebe como uma liderança tendencialmente mais para o reforço e treino-instrução. Os atletas demonstram ter uma motivação autónoma para o desporto e privilegiam a autonomia proporcionada pela atividade desportiva. Estas premissas permitem que os atletas apresentem valores elevados de satisfação com a vida e afetos positivos. Em suma, o desporto para os atletas com deficiência intelectual tem um efeito transformador, não só no contexto desportivo como social.

Keywords: Liderança; Desporto Adaptado; Deficiência Intelectual; Treinadores; Atletas; Autodeterminação; Necessidades Psicológicas básica; Satisfação com a vida; Afetos.

Abstract. Coaches are widely recognised as one of the most important social agents in the sporting landscape. It becomes fundamental to analyse the relationship between coach-athlete, since this is primordial for athletes with intellectual disabilities. The study has as main objective to identify the coaches' leadership, to know the degree of self-determination, basic psychological needs, satisfaction with life and affections of athletes with intellectual disabilities and to analyse the relationship of the coaches' formal education in the aforementioned variables. The research is descriptive and cross-sectional, with a sample consisting of 50 coaches and 94 athletes from the universe of Special Olympics Portugal. Several instruments were used to measure leadership, self-determination, basic psychological needs, life satisfaction and affections. In view of the results obtained, it was observed that the coaches' leadership is perceived as a leadership tending more towards reinforcement and training-instruction. Athletes show an autonomous motivation for sport and favour the autonomy provided by sport activity. These premises allow athletes to show high values of life satisfaction and positive affect. In short, sport for athletes with intellectual disabilities has a transforming effect, not only in the sporting but also in the social context.

Keywords: Leadership; Adapted Sports; Intellectual Disability; Coaches; Athletes; Self-determination; Basic Psychological Needs; Satisfaction with life; Affects

Resumen. Los entrenadores son ampliamente reconocidos como uno de los agentes sociales más importantes del panorama deportivo. Es fundamental analizar la relación entrenador-deportista, pues es esencial para los deportistas con discapacidad intelectual. El estudio tiene como objetivo principal identificar el liderazgo de los entrenadores, conocer el grado de autodeterminación, las necesidades psicológicas básicas, la satisfacción con la vida y los afectos de los deportistas con discapacidad intelectual y analizar la relación de la educación formal de los entrenadores en las variables mencionadas. La investigación fue descriptiva y transversal, con una muestra formada por 50 entrenadores y 94 deportistas del universo de Special Olympics Portugal. Se utilizaron varios instrumentos para medir el liderazgo, la autodeterminación, las necesidades psicológicas básicas, la satisfacción vital y los afectos. A la vista de los resultados obtenidos, se observa que el liderazgo de los entrenadores se percibe como un liderazgo que tiende más al refuerzo y a la formación-instrucción. Los deportistas muestran una motivación autónoma por el deporte y favorecen la autonomía que proporciona la actividad deportiva. Estas premisas permiten a los deportistas mostrar altos valores de satisfacción con la vida y afectos positivos. En resumen, el deporte para los deportistas con discapacidad intelectual tiene un efecto transformador, no sólo en el contexto deportivo sino también en el social.

Fecha recepción: 19-01-22, Fecha de aceptación: 11-07-22
Pedro Rui Inês Pires
pedroruinespires@gmail.com

Palabras clave: Liderazgo; Deportes adaptados; Discapacidad intelectual; Entrenadores; Deportistas; Autodeterminación; Necessidades psicológicas básicas; Satisfação con la vida; Afectos

Introdução

A deficiência intelectual (DI) é caracterizada por um funcionamento intelectual e de comportamento adaptativo significativamente abaixo da média, detetado durante o período de desenvolvimento (ICD-11; World Health Organization, 2019; Schalock et al., 2021). O desporto apresenta-se como uma atividade com benefícios fisiológicos, psicológicos e sociais para indivíduos com DI (Brooker et al. 2015; Son et al. 2016). A ideia anteriormente exposta, é reforçada pela Convenção da ONU sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência especificamente no artigo 30º, onde se encontra refletido que o desporto é uma atividade importante, tanto para a participação social como para a qualidade de vida.

Desta forma, o desporto constitui-se como uma atividade estruturada onde os treinadores têm um papel fundamental sobre os atletas, visto que são considerados por estes como líderes e especialistas (Conroy & Coatsworth, 2006; MacDonald et al., 2014). Pires et al. (2022) mostraram que os treinadores com formação específica na área da deficiência têm comportamentos mais adequados às características das necessidades específicas dos atletas. Horn (2008) refere que os treinadores são amplamente reconhecidos como um dos agentes sociais mais importantes no panorama desportivo. Perante esta premissa, torna-se fundamental analisar a relação entre treinador-atleta, uma vez que esta é primordial para atletas com deficiência (Bloom et al., 2014; Burkett, 2013; Martin & Whalen, 2014;). Assim, Bloom et al. (2014), consideram que os atletas sentem maior ligação com treinadores que se preocupam com eles dentro e fora da área de jogo, permitindo um treino eficaz e adequado às necessidades particulares do atleta. Nesta perspetiva, Bentzen et al. (2020), consideram essencial o desenvolvimento de um modelo de treino eficaz específico para o desporto adaptado a fim de compreender quais os determinantes para a prática de um treino eficaz (Martin & Whalen, 2014).

As preocupações anteriormente expostas são agudizadas pela falta de formação formal específica para treinadores de desporto adaptado (Bentzen et al., 2020; McMaster et al. 2012; Pires et al., 2021). A formação formal, globalmente, é entendida como requerendo diretrizes de admissão, frequência obrigatória, currículos normalizados e culmina com uma certificação (Feu et al., 2010; Nelson et al., 2006). No caso do desporto adaptado, este tipo de formação é escasso e dispendioso, o que consequentemente leva a uma aprendizagem por tentativa e erro por parte dos profissionais (Douglas et al., 2017; Pires, Batista et al., 2021). Perante esta prerrogativa Bentzen et al. (2020), realizaram uma *scoping review* com o objetivo de desenvolver o conhecimento específico na área do desporto adaptado,

concluindo que dos 44 estudos analisados apenas quatro focavam conhecimentos específicos de *adapted sports coach*. Assim, torna-se imperativo a formação e investigação na área do desporto adaptado, com o intuito de adequar o processo de treino às necessidades específicas dos atletas (Gamonal et al. 2018, Hernández et al. 2021; Martins et al, 2022; Pires et al., 2021).

Deste modo, para satisfazer as necessidades reais dos seus atletas, é essencial o treinador adaptar os seus comportamentos e estratégias (Banack et al., 2011; Cregan et al., 2007; Feu et al, 2010; Tawse et al., 2012). Neste contexto, os comportamentos de liderança são essenciais para alcançar a excelência e o sucesso no desporto (Weinberg & McDermott, 2002). Em termos genéricos, os estudos sobre o tema concluem que as perceções dos atletas sobre a liderança dos treinadores variam consoante as suas próprias características individuais, bem como os contextos onde se encontram inseridos (Chelladurai, 2007). Os estudos demonstram que os treinadores também são influenciados na sua liderança pelas características específicas dos atletas (Silva et al., 2014; Vieira et al., 2014). Especificamente, Hatamleh et al. (2009) realizaram um estudo sobre as perceções de atletas com deficiência física e os comportamentos de liderança dos treinadores, e concluíram que os desportistas rejeitam comportamentos autocráticos pois inibem a sua satisfação na prática desportiva. Assim, os comportamentos de liderança dos treinadores e as vivências e o bem-estar dos atletas com condição de deficiência são primordiais para obter um treino eficaz e por isso devem ser considerados na formação dos treinadores (Shirazipour et al., 2017; Turnidge et al., 2012).

No entanto, esta situação não acontece no desporto adaptado, uma vez que não existe um modelo de treino eficaz (Bloom et al. 2014). Como forma de dar resposta à preocupação exposta, Bloom e colegas (2014), propõem a utilização do modelo 3+1 Cs (Jowett & Lavalee, 2007) na área do desporto adaptado, visto que este incide sobre a importância do treinador em adequar o processo de treino às necessidades particulares dos atletas. O modelo preconiza que a qualidade da relação entre treinador-atleta fundamental para o treino e sua eficácia, obtendo assim um conhecimento holístico da relação treinador-atleta (Jowett et al, 2012). A relação entre ambos é mediada pelo conhecimento e a liderança dos treinadores, constituindo estas duas premissas um constructo fundamental para a melhoria da competência, satisfação, felicidade e satisfação dos atletas. Jowett (2012) refere que o conhecimento sistemático deste modelo pode torná-lo num instrumento útil na formação do treinador.

Tendo em conta a importância que a relação entre treinador-atleta assume, como observado no modelo anteriormente referido, é necessário analisá-la com base num

pressuposto teórico que inclua os antecedentes motivacionais dos atletas e os seus determinantes (Allan et al., 2019; Komenda et al., 2021). Esta perspetiva é corroborada por Frielink (2018), uma vez que considera que a teoria da autodeterminação fornece conhecimentos relevantes sobre o bem-estar das pessoas com deficiência intelectual, permitindo o desenvolvimento globalizante de métodos e programas de intervenção no quotidiano (Verdugo et al., 2013). Formalmente, a teoria da autodeterminação é uma macro teoria sobre a motivação humana e que analisa as causas e as consequências do comportamento intrinsecamente motivado (Deci & Ryan, 2000, 2002, 2008). Deste modo, o modelo teórico referido explica que o comportamento humano tem como base *continuum* a motivação que varia entre a amotivação, motivação controlada (motivação extrínseca introjetada e externa) e motivação autónoma (motivação intrínseca e motivação extrínseca integrada e identificada) (Deci & Ryan, 2008). Neste contexto, considera-se basilar abordar uma micro teoria que deriva da teoria da autodeterminação, a teoria das necessidades psicológicas básicas (Ryan & Deci, 2000, 2017). Esta micro teoria constitui-se como uma das mais explicativa das motivações contemporâneas (Moreno-Murcia et al., 2011). São definidas nesta teoria três necessidades psicológicas básicas: autonomia, competência e relação (Ryan & Deci, 2000, 2017). Assume-se que estas necessidades são universais para todos os seres humanos ao longo da vida, devendo ser um meio para a promoção do bem-estar pessoal, a vitalidade e a saúde mental (Blauwet & Willick 2012, Deci 2004, Ryan & Deci, 2000, 2017). Tay e Diener (2011) referem que as necessidades psicológicas básicas são preditoras da teoria do bem-estar subjetivo. Esta teoria corresponde à avaliação que um indivíduo faz em cada momento da sua vida, e subdivide-se em duas componentes (Diener et al., 1985, 1999). A componente cognitiva corresponde à satisfação com a vida e a emocional diz respeito aos aspetos positivos e negativos (Diener et al., 1985; Galinha & Pais-Ribeiro, 2005). Moltó e Bruna (2017) realizaram um estudo onde avaliaram a influência da prática desportiva na autodeterminação e satisfação com a vida de 74 pessoas com DI e concluíram que a prática desportiva tem um impacto moderado na autodeterminação e satisfação com a vida dos indivíduos com DI que praticam desporto. Quanto às necessidades psicológicas básicas, Komenda et al., (2021) realizaram uma investigação com 168 atletas com DI durante *Special Olympics World Winter Games 2017*, onde analisaram a associação entre a autodeterminação e a satisfação com a vida, bem como se esta ligação é medida pela satisfação das necessidades psicológicas básicas. Os autores referidos concluíram que a autodeterminação está associada à satisfação com a vida e que os atletas com maior perceção de competências têm índices mais elevados de satisfação com a vida. Ainda a considerar

que a satisfação com a vida, pode ser regulada por fatores ambientais e intrapessoais como: idade, género, tipologia da deficiência e tipo de desporto (Moltó & Bruna, 2017).

Salienta-se que é fundamental incluir atletas com deficiência, em estudos na área do desporto adaptado, pois muitas vezes são excluídos dos procedimentos investigativos (Everett et al., 2019; Hernández et al., 2021; Martins et al., 2022). Os autores anteriormente mencionados, sugerem que a utilização de teorias motivacionais é uma ótima forma de dar voz aos atletas com DI, e assim fornecer um ponto de partida para melhorar a formação e o desenvolvimento do desporto adaptado.

Pires et al. (2021) reforçam a ideia anteriormente exposta, e acrescentam que para se ter uma visão holística sobre a problemática do treino no desporto para atletas com DI, é necessário analisar os aspetos inerentes à formação e liderança do treinador aliados à satisfação e motivação dos atletas.

Em suma, o estudo aqui apresentado tem como objetivos a) caracterizar os treinadores quanto à autoperceção e perceção dos atletas do estilo de liderança, b) caracterizar os atletas relativamente às suas determinantes motivacionais, bem como no que diz respeito às necessidades psicológicas básicas, satisfação com a vida e afetos dos atletas com DI e c) Examinar diferenças e efeitos da formação formal dos treinadores nas variáveis referidas anteriormente De acordo com, os objetivos definiram-se as seguintes hipóteses: Os treinadores diferem quanto à sua autoperceção de liderança em função da sua formação; Os atletas diferem quanto à motivação, necessidades psicológicas básicas e bem estar subjetivo, em função da formação dos seus treinadores; A formação formal dos treinadores exerce influência sobre a motivação, necessidades psicológicas básicas e bem estar subjetivo dos atletas.

Método

A investigação é descritiva e de corte transversal dos treinadores e atletas do *Special Olympics* Portugal, com a participação de 50 treinadores e 94 desportistas. Os dados foram recolhidos através de inquérito por questionário com uma amostra por conveniência (León & Montero, 2008). O estudo foi conduzido de acordo com as diretrizes da Declaração de Helsínquia, e aprovado pelo Comité de Ética da Universidade antes do início do estudo (Referencia:238//2019).

Participantes

No estudo participaram 50 treinadores, 15 do género feminino e 35 do género masculino ($M=38.50 \pm DP=11.08$). Os treinadores são maioritariamente formados em Educação Física e Ciências de Desporto, perfazem-

do um total de 36 (72%) do total da amostra. Apenas oito treinadores têm formação na área da deficiência (16%) e os restantes seis têm formação técnica (12%).

Quanto aos atletas participaram 94 atletas, 27 do género feminino e 67 do género masculino ($M=32.61 \pm DP=13.78$), tendo o desportista mais novo do estudo 11 anos e o mais velho com 63 anos. Quanto às modalidades no âmbito do SOP, existem 8 modalidades, 6 individuais (atletismo, ginástica, equitação, natação, golfe, ténis de mesa) e 2 coletivas (futebol e basquetebol). Neste sentido, 42.5% praticam modalidades individuais, 16% modalidades coletivas e 41.5% modalidades coletivas e individuais. De mencionar que só 2 atletas referiram praticar apenas uma modalidade individual. Todos os atletas são provenientes de instituições particulares de solidariedade social sem fins lucrativos, destinado à prestação de diversos serviços a pessoas com deficiência intelectual.

Segundo fonte dos *Special Olympics* Internacional em Portugal, encontram-se inscritos no movimento 221 treinadores e 3708 atletas. Neste contexto, a margem de erro da amostra do estudo é de 12.22% por parte dos treinadores e 9.98% dos atletas, dentro de grau de confiança de 95%. A margem de erro foi calculada através da seguinte fórmula $n=(z\alpha/2 \cdot \sigma)/E$.

Instrumentos

Os instrumentos selecionados encontram-se contextualizados com os objetivos do estudo. Em relação ao treinador, utilizámos o *Leadership Scale for Sport* (LSS) versão autoperceção. Quanto aos atletas com DI, foram aplicados os seguintes instrumentos: *Behavioral Regulation in Sport Questionnaire* (BRSQ); *Psychological Needs in Exercise Scale* (BPNES); *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) e *Positive and Negative Affects Scale* (PANAS). Deste modo, para determinar a liderança optamos pelo LSS desenvolvida por Chelladurai e Saleh (1978) e validada em português por Serpa, Lacoste, Antunes, Pataco e Santos (1988) sob o nome de Escala de Liderança no Desporto. Esta escala avalia a perceção do treinador sobre a sua própria liderança (versão autoperceção), a perceção e preferências dos atletas (versão perceção e preferências) da liderança dos seus treinadores. Nesta investigação, foi utilizada exclusivamente a escala na sua versão de autoperceção e perceção. A LSS formalmente apresenta 40 itens para cada versão e o instrumento é composto por uma escala Likert de 5 frações (1= nunca; 5= sempre).

Utilizou-se o BRSQ (Lonsdale, Hodge & Rose, 2008), que reflete os tipos de motivação da Teoria da Autodeterminação (amotivação; motivação controlada; motivação autónoma). O questionário é constituído por 24 itens, avaliados através de uma escala de Likert de 7 frações (1= discordo totalmente; 7= concordo totalmente). Esta escala

está validada para o contexto desportivo na língua portuguesa por Monteiro, Moutão e Cid (2018).

O BPNES (Vlachopoulos & Michailidou, 2006) avalia as necessidades psicológicas básicas em 3 dimensões: autonomia, competência e relação. Este é composto por 12 itens avaliados por uma escala de Likert de 5 frações (1= Discordo totalmente; 5= concordo totalmente). Quanto à sua validação para a língua portuguesa, esta foi efetuada por Monteiro, Marinho, Moutão, Couto, Antunes e Cid (2016).

Para medir a satisfação com a vida recorremos ao SWLS (Diener et al., 1985) que foi validado para língua portuguesa por Albuquerque, Sousa e Martins (2010). Estruturalmente é constituído por 5 itens e avaliado através de uma escala Likert de 7 frações (1= discordo totalmente; 7= concordo totalmente).

Por último, quando aos afetos positivos e negativos estes foram medidos através da utilização do PANAS (Watson et al., 1988). É composto por 20 itens avaliados por uma escala Likert de 5 frações (1= nada; 5= extremamente). Foi validado para língua portuguesa por Galinha e Pais-Ribeiro (2005).

Pela especificidade da população, recorreu-se a uma *smiley face scales* pelo facto de ser um sistema familiar para estes atletas (Knecht et al., 2016) e constituir-se como uma plataforma de substituição dos rótulos numéricos (Gummer et al., 2019).

Variáveis

Os treinadores foram categorizados, consoante as especificidades da formação formal. Em termos epistemológicos, a formação formal encontra-se associada a estruturas institucionais que certifica em termos profissionais o treinador (Mallett et al., 2009). Investigar empiricamente o percurso de formação formal e as suas áreas de especialidade, contribuiu no processo global do desenvolvimento do treinador (Gilbert et al., 2006). Esta categorização sustenta a necessidade de aprofundar e especificar este tipo de formação (Nelson et al., 2006), dado que na área desporto adaptado é uma área pertinente de exploração (Fairhurst et al., 2016). Concretamente, agrupamos os treinadores em três categorias: i) educação física e ciências do desporto ($n=36$); ii) formação na área da deficiência ($n= 8$); iii) formação técnica ($n=6$).

As variáveis dependentes do estudo foram definidas através do instrumento de recolha de dados utilizado no estudo (tabela 1).

Procedimento

Todos os procedimentos do estudo foram aprovados pelo conselho de bioética da Universidade antes do início do estudo (Referência: 238/2019). O recrutamento dos

Tabela 1
Definição dos instrumentos utilizados no estudo: LSS; BRSQ; BPNS; SWLS e PANAS

Designação	Descrição
Liderança (LSS)- versão percepção e auto percepção	
<i>Treino-Instrução</i>	Carateriza-se pelo comportamento do treinador destinado a melhorar a performance.
<i>Supporte Social</i>	Encontra-se associado à preocupação do treinador com o bem-estar individual dos atletas.
<i>Reforço</i>	O treinador reforça positivamente os seus atletas, reconhecendo e recompensando o seu bom desempenho.
<i>Comportamento Democrático</i>	Treinador promove a participação ativa dos atletas nas decisões relacionadas com os objetivos do grupo.
<i>Comportamento Autocrático</i>	Preconiza a independência do treinador na tomada de decisão e no estabelecimento da sua autoridade.
Autodeterminação (<i>continuum</i> motivacional) - BRSQ	
<i>Amotivação</i>	Completa falta de motivação ou intenção para agir relativamente a um determinado comportamento
<i>Motivação controlada</i>	Realização de uma atividade pelos resultados que advêm desta
<i>Motivação Autónoma</i>	Realização uma atividade pelo prazer que isso lhes dá e pela atividade em si.
Necessidade Psicológicas Básicas- BPNS	
<i>Competência</i>	Refere-se à experiência de percepções de eficácia pessoal e de mestria na realização de atividades.
<i>Relação</i>	Foca-se no desenvolvimento de laços/ vínculos emocionais significativos.
<i>Autonomia</i>	Permite ao indivíduo experienciar a autodeterminação e a regulação do comportamento autónomo através dos recursos internos.
Bem-estar subjetivo	
<i>Satisfação com a vida (SWLS)</i>	Corresponde à avaliação que o sujeito faz em cada momento da satisfação com a vida.
<i>Afetos (PANAS)</i>	Concerne à dimensão emocional e manifesta-se pelos afetos positivos e negativo.

participantes foi efetuado através de métodos múltiplos. Após análise do calendário de provas dos SOP, efetuou-se a seleção dos eventos com abrangência nacional, que incluísem no programa várias modalidades desportivas e com a duração de mais de um dia. Neste caso, a prova que preenchia todos os critérios foram os 6^{os} Jogos de Inverno Special Olympics Portugal 2018.

Foi solicitada autorização ao SOP para proceder à distribuição presencial do material de investigação no evento selecionado consoante os critérios estabelecidos. Realizou-se um ofício explicando o objetivo do estudo, autorização institucional para a recolha dos dados e assinatura do termo de consentimento informado por parte dos atletas ou dos seus tutores legais e treinadores.

Com a conclusão deste processo, efetuou-se o recrutamento de assistentes de investigação para proceder à recolha de dados, sendo constituído por estudantes de licenciatura e mestrado do curso de Desporto e Atividade Física da especialidade em Desporto Adaptado e uma atleta com DI. Uma vez que, a recolha de dados tinha particularidade específicas, fruto da inclusão de atletas com DI, foram ministradas sessões de esclarecimento teóricas sobre o procedimento e protocolo a seguir na recolha de dados. Nesta perspetiva, e após as sessões teóricas, os assistentes aplicaram os questionários de recolha de dados a três atletas com deficiência intelectual, não inseridos na amostra final. Este procedimento, teve como principal objetivo a adaptação de alguns procedimentos de aplicação consoante as sugestões dos atletas com deficiência. De salientar, que a inclusão de uma atleta com deficiência, teve como principal objetivo auxiliar na interpretação das afirmações dos questionários no momento da aplicação aos participantes do estudo.

Durante o evento efetuou-se a aplicação do questionário aos atletas pelos assistentes de investigação, com a presença de um técnico de cada instituição/ clube com o intuito de auxiliar no processo. A aplicação do instrumento decorreu

durante os 3 dias de provas, realizada numa sala independente, de forma a manter a privacidade do praticante e o respondente podia interromper o procedimento e retomar sempre que assim o entendesse.

Relativamente aos treinadores, foram contactados pessoalmente e caso aceitassem participar no estudo, ser-lhes ia fornecido todo o material necessário (carta de apresentação do estudo, consentimento informado e inquérito por questionário). Os treinadores dispuseram de todo o tempo do evento para escolher o momento de preenchimento e os assistentes encontravam-se presentes para o esclarecimento de qualquer procedimento. Antes do final dos eventos, foram entregues os inquéritos por questionário preenchidos pelos treinadores participantes. A opção de recolha presencial foi efetuada antes do surgimento do contexto pandémico.

Com o intuito de incluir mais treinadores, e após o processo presencial, foi disponibilizada uma versão online do inquérito por questionário. Deste modo, solicitou-se aos *Special Olympics* Portugal colaboração no envio de um e-mail a todos os treinadores pedindo a participação no estudo, bem como todo o material de investigação. De notar, que os treinadores que preencheram o questionário presencialmente foram excluídos do processo online.

Análise Estatística

Foi estudada a consistência interna de todos os questionários utilizados no estudo com a utilização do coeficiente *Alfa de Cronbach*, verificando-se um valor $\alpha > .70$, sendo designada uma fiabilidade ótima (Nunnally e Bernstein, 1994; Hill e Hill, 2005). Detalhando os resultados, o LSS apresenta os seguintes α consoante as dimensões: treino-instrução de .82, suporte social de .74; reforço de .70; comportamento democrático de .72 e autocrático de .60. No BRSQ, verifica-se um α de .62 na dimensão amotivação, na motivação controlada de .78 e na motivação autónoma

de .81. Por sua vez, no BPNES a dimensão competência apresenta um α de .64, na relação de .75 e na autonomia de .60. Por último, a SWLS apresenta um α de .82, enquanto no PANAS verifica-se um α .63 nos afetos positivos e de .84 nos afetos negativos.

A primeira exploração do comportamento dos dados, foi efetivada através da estatística descritiva nomeadamente com as medidas de tendência central, nomeadamente a média (M) e o desvio-padrão (σ). Ainda nesta fase, foi efetuado o teste de normalidade Kolmogorov Smirnov, para verificação do suposto de normalidade da amostra. A extração dos resultados, realizou-se a partir dos dados obtidos com a estatística descritiva. Os dados revelaram uma distribuição não normal, assim utilizou-se o teste Kruskal-Wallis, entre as variáveis dependentes com a variável independente formação formal (Field, 2017), categorizada em 3 níveis como descrito na secção das variáveis. A comparação entre grupos da variável independente desenvolveu-se com *pairwise comparisons*. Recorreu-se ao η^2 com o intuito de analisar a magnitude do tamanho do efeito dos resultados, sendo estes classificados em: sem efeito se $0 < \eta^2 \leq .04$; mínimo se $.04 < \eta^2 \leq 0.25$; moderado se $.25 < \eta^2 \leq .64$ e forte se $\eta^2 > .64$ (Ferguson, 2009).

Resultados

Na estatística descritiva sobre a LSS na versão autopercção, os treinadores demonstram valores médios superiores no reforço ($M=4.52 \pm \sigma = .34$), seguido do treino instrução ($M=4.12 \pm \sigma = .46$), comportamento democrático

($M=3.96 \pm \sigma = .58$), suporte social ($M=3.19 \pm \sigma = .63$) e comportamento autocrático ($M=1.77 \pm \sigma = .88$). Na versão perceção dos atletas sobre os treinadores, constata-se que os valores médios superiores são no reforço ($M=4.80 \pm \sigma = .62$), seguido de suporte social ($M=4.73 \pm \sigma = .62$), treino instrução ($M=4.60 \pm \sigma = .60$) comportamento democrático ($M=4.60 \pm \sigma = .95$) e comportamento autocrático ($M=2.13 \pm \sigma = 1.28$). No BRSQ, observa-se que os atletas demonstram valores médios superiores na motivação autónoma ($M=6.70 \pm \sigma = .50$), seguido da motivação controlada ($M=2.04 \pm \sigma = 1.23$) e amotivação ($M=1.90 \pm \sigma = 1.20$). No BPNES, verifica-se que os atletas demonstram valores médios mais elevados na competência ($M=6.70 \pm \sigma = .50$), depois na relação ($M=4.74 \pm \sigma = .46$) e autonomia ($M=4.19 \pm \sigma = .73$). Na SWLS, constatam-se valores médios de $M=6.15 \pm \sigma = 1.12$; e no PANAS de $M=4.17 \pm \sigma = .57$ nos afetos positivos e $M=1.86 \pm \sigma = .79$ nos afetos negativos.

A tabela 2 representa respetivamente, os valores médios entre as variáveis dependentes em função da formação formal.

A tabela 3 apresenta os resultados do valor do teste correlação de Kruskal-Wallis, a *pairs comparisons* e o p-value entre os grupos da formação formal. Posteriormente, calculou-se a magnitude do efeito (η^2). Foram designados, consoante a formação formal, treinadores: (1) com formação técnica; (2) com formação em educação física e ciências do desporto e (3) com formação na área da deficiência.

Tabela 2

Estatística descritiva da relação entre as variáveis com a formação formal. Formação dos treinadores: Formação em Educação Física / Ciências do Desporto; Formação na área da deficiência; Formação Técnica.

	Formação Técnica		Educação Física / Ciências do Desporto		Formação na área da deficiência	
Liderança (LSS)- Autoperceção						
Treino-Instrução	M=3.53	$\sigma=0.26$	M=3.99	$\sigma=0.37$	M=4.38	$\sigma=0.38$
Suporte Social	M=2.25	$\sigma=0.00$	M=3.02	$\sigma=0.61$	M=3.42	$\sigma=0.52$
Reforço	M=3.80	$\sigma=0.00$	M=4.66	$\sigma=0.24$	M=4.58	$\sigma=0.26$
Comportamento Democrático	M=3.14	$\sigma=.13$	M=3.70	$\sigma=0.86$	M=4.21	$\sigma=0.09$
Comportamento Autocrático	M=1.00	$\sigma=0.00$	M=1.52	$\sigma=0.45$	M=2.01	$\sigma=0.94$
Liderança (LSS)- Perceção						
Treino-Instrução	M= 4.75	$\sigma=0.43$	M=4.71	$\sigma=0.44$	M=4.53	$\sigma=0.67$
Suporte Social	M=5.00	$\sigma=0.00$	M=4.65	$\sigma=0.93$	M=4.72	$\sigma=0.47$
Reforço	M=5.00	$\sigma=0.00$	M=4.82	$\sigma=0.43$	M=4.76	$\sigma=0.49$
Comportamento Democrático	M=3.94	$\sigma=0.88$	M=3.83	$\sigma=1.14$	M=4.18	$\sigma=0.84$
Comportamento Autocrático	M=2.44	$\sigma=1.53$	M=2.76	$\sigma=1.44$	M=1.53	$\sigma=1.04$
Autodeterminação (BRSQ)						
Amotivação	M=1.97	$\sigma=0.97$	M=2.06	$\sigma=1.31$	M=1.81	$\sigma=1.18$
Motivação controlada	M=2.49	$\sigma=1.46$	M=2.50	$\sigma=1.40$	M=1.76	$\sigma=1.03$
Motivação autónoma	M=6.75	$\sigma=0.37$	M=6.77	$\sigma=0.38$	M=6.64	$\sigma=0.56$
Necessidade Psicológicas Básicas (BPNES)						
Competência	M=1.97	0.97	M=2.06	$\sigma=1.31$	M=1.81	$\sigma=1.18$
Relação	M=2.49	1.46	M=2.50	$\sigma=1.40$	M=1.76	$\sigma=1.03$
Autonomia	M=6.75	0.37	M=6.77	$\sigma=0.38$	M=6.64	$\sigma=0.56$
Bem-estar subjetivo (SWLS e PANAS)						
Satisfação com a vida	M=6.38	$\sigma=0.64$	M=6.16	$\sigma=1.40$	M=6.11	$\sigma=1.04$
Afetos Positivo	M=4.24	$\sigma=0.52$	M=4.35	$\sigma=0.57$	M=4.07	$\sigma=0.55$
Negativo	M=0.68	$\sigma=1.86$	M=2.02	$\sigma=0.87$	M=1.81	$\sigma=0.77$

Tabela 3

Valor ρ , p -value e η^2 consoante a formação formal. (1) formação técnica; (2) formação em educação física e ciências do desporto; (3) formação na área da deficiência.

	ρ	Pairs Comparisons		η^2	
		Pair	p-value		
Liderança versão Auto Perceção	Treino Instrução	(1)-(2)	.034	.69	
		(1)-(3)	.000		
		(2)-(3)	.000		
	Suporte Social	(1)-(2)	.004	.62	
		(1)-(3)	.000		
		(2)-(3)	.015		
	Reforço	(1)-(2)	.000	.58	
		(1)-(3)	.000		
		(2)-(3)	.530		
	Democrático	(1)-(2)	.019	.72	
		(1)-(3)	.000		
		(2)-(3)	.001		
Autocrático	(1)-(2)	.059	.25		
	(1)-(3)	.001			
	(2)-(3)	.302			
Liderança versão Perceção	Treino Instrução	.771	-----	.02	
	Suporte Social	.082	-----	.06	
	Reforço	.106	-----	.47	
	Democrático	.273	-----	.23	
	Autocrático	(1)-(2)	.672	1.000	.94
		(1)-(3)	.004		
(2)-(3)		.000			
Autodeterminação	Amotivação	.535	-----	.73	
	Motivação controlada	(1)-(2)	.924	.17	
		(1)-(3)	.099		
		(2)-(3)	.017		
	Motivação autónoma	(1)-(2)	.968	.126	
(1)-(3)		.013			
Necessidade Psicológicas Básicas	Competência	(1)-(2)	.119	.581	
		(1)-(3)	.013		
		(2)-(3)	.968		
	Autonomia	.690	-----	.831	
Bem estar subjetivo	Satisfação com a vida	.709	-----	.842	
	Afetos Positivos	.051	-----	.226	
	Afetos Negativos	.490	-----	.7	

Na maioria dos resultados verifica-se, um efeito moderado e forte, à exceção do treino-instrução na versão perceção e dos afetos negativos que não produzem efeito. De realçar, que na perceção da liderança o suporte social apresenta um efeito mínimo.

Discussão

O estudo teve como principal objetivo caracterizar os treinadores quanto à sua perceção de liderança, caracterizar os atletas relativamente às suas determinantes motivacionais, bem como no que diz respeito às necessidades psicológicas básicas, satisfação com a vida e afetos dos atletas com DI e examinar a relação da formação formal dos treinadores nas variáveis referidas anteriormente.

No geral, os treinadores percebem-se com uma liderança tendencialmente mais para o reforço e treino-instrução. Por sua vez, os atletas consideram que os seus treinadores exercem a sua liderança através do reforço, suporte social e treino instrução. Na autodeterminação os

desportistas apresentam valores superiores na motivação autónoma e nas necessidades psicológicas básica na componente da autonomia. Relativamente ao bem-estar subjetivo mostram-se com elevados valores na satisfação com a vida e nos afetos positivos.

Na liderança, os comportamentos são influenciados de forma consonante por fatores ambientais (Misasi et al., 2016). Neste sentido, os resultados demonstram que os treinadores percebem a sua liderança mais associada ao reforço e de treino instrução, e menos de comportamento autocráticos. No entanto, os atletas consideram que os seus treinadores desenvolvem mais o reforço e suporte social, e menos de procedimentos democráticos e autocráticos. De destacar que todas as dimensões, excetuando a do comportamento autocrático, apresentam um efeito de moderado a forte. Estes aspetos são reveladores da importância para os atletas destas dimensões de liderança manifestados pelos seus treinadores. Os resultados aqui encontrados são corroborados por Hatamleh et. al. (2009), pois os 63 atletas jordanos com deficiência física presente na amostra

do estudo, perceberam os seus treinadores com comportamentos de liderança mais de reforço e suporte social. No desporto adaptado, este tipo de comportamento é um veículo facilitador na promoção da autonomia e bem-estar dos atletas (Cheon et al., 2015). Na relação entre a auto-perceção e percepção com a formação formal dos treinadores aferem-se diferenças estatisticamente significativas, em todos os grupos nos comportamentos de liderança na versão autoperceção, sendo que os resultados têm um efeito mínimo e moderado. Na versão percepção apenas se verificam diferenças estatisticamente significativas no comportamento de liderança autocrático, onde os treinadores formados na área da deficiência são menos autocráticos comparativamente com os profissionais com formação técnica. Os resultados são expectáveis, uma vez que os treinadores com mais formação específica, promovem estilos de liderança mais democráticos, enquanto profissionais menos especializados adotam uma liderança mais autocrática (Jones et al., 2003).

Na autodeterminação (*continuum* motivacional) os atletas com DI presentes no estudo, apresentam valores de motivação autónoma mais elevada comparativamente aos restantes. O desporto constitui-se como uma atividade positiva para atletas com DI (Haigh et al., 2013), dado que para este tipo de desportista é necessário desenvolver condutas autodeterminadas, com o intuito de se efetuar um *transfer* destas competências para o quotidiano, com vista à melhoria de qualidade de vida (Everett et al., 2019; Hernández et al. 2021., Martins et al., 2022). Na investigação realizada por Moltó e Bruna (2017), os desportistas com DI também demonstram maior relevância na motivação autónoma. Na ligação entre a autodeterminação e a formação formal, verificam-se diferenças estatisticamente significativas na motivação controlada e autónoma nomeadamente entre os grupos de treinadores com formação técnica e formação na área da deficiência. De evidenciar, que a motivação autónoma apresenta um efeito forte, demonstrando a importância desta dimensão da autodeterminação para os atletas analisados. Neste contexto, é essencial perceber que os elementos motivacionais são influenciados pelos ambientes desportivos (Harada & Siperstein, 2009).

Assim o desporto tem um efeito transformador na vida dos atletas dos *Special Olympics* (Everett et al., 2019). Deste modo torna-se necessário, aumentar a produção científica que examine a relação entre a teoria da autodeterminação, necessidades psicológicas básicas e bem-estar subjetivo (Frielink et al., 2018), cuja associação é um bom indicador de qualidade de vida dos atletas com deficiência intelectual (Frielink et al., 2018). No nosso estudo, observa-se que a motivação autonomia apresenta resultados mais relevantes, seguidos da relação e competência. Para reforçar este paradigma, o estudo de Komenda et al. (2021), demons-

tra que os atletas dos *Special Olympics* integrados em eventos mundiais também preferem um ambiente de apoio à motivação autónoma, independentemente do género dos atletas ou tipo de modalidade. Relativamente à formação, os autores anteriormente referidos, encontram diferenças estatisticamente significativas apenas na dimensão relação entre os treinadores com formação técnica e formação na área da deficiência, com maior proeminência para a formação técnica. Todas as dimensões revelam um efeito forte, sendo perceptível a importância de todas as dimensões analisadas.-

Por último, os atletas com DI mostram-se satisfeitos na sua vida e esta premissa resulta claramente mais em afetos positivos que negativos. Os resultados não revelam diferenças estatisticamente significativas quando analisadas as formações formais dos treinadores, no entanto todos as dimensões revelam um forte efeito à exceção dos afetos negativos.

Conclusão

Os treinadores com conhecimentos específicos e especializados sobre o desporto adaptado, exercem um tipo de liderança que reforça mais os aspetos sociais e desportivos, possibilitando aos seus atletas aumentar os índices de autodeterminação e bem-estar com a vida. Desde modo, a formação específica torna-se um veículo facilitador para exercer uma liderança adequada e ir ao encontro das expectativas dos atletas. Para além destes aspetos, os atletas demonstram uma motivação autónoma para o desporto, sendo potencializada através do mecanismo de autonomia, que lhes permite adquirir mais competências e capacidades de relação com os demais. Este contexto, permite aos desportistas a melhoria da sua satisfação com a vida e em experienciarem mais sentimentos positivos que negativos.

O desporto para os atletas com deficiência intelectual tem um efeito transformador, não só no contexto desportivo como social. Assim podemos concluir, que os atletas analisados consideram que os seus treinadores são agentes importantes na mudança paradigmática para a inclusão de desportistas com deficiência intelectual.

Em suma, um treino estruturado centrado nas necessidades específicas destes atletas proporciona a aquisição de um conjunto de competências no âmbito desportivo que podem também ser transportadas para o contexto da vida quotidiana. Um treino estruturado num modelo padronizado adequado à população com DI assente numa base científica, auxilia o treinador num processo de ensino-aprendizagem mais eficaz. Através deste paradigma torna-se cada vez mais possível que o desporto seja uma realidade de todos e para todos, tornando-o assim acessível a todos sem exceção.

Limitações

É importante compreender com maior profundidade e globalidade o desenvolvimento da aprendizagem dos treinadores, com o incremento da formação informal, reflexão e outras tipologias da deficiência em estudos futuros. Adicionalmente, torna-se interessante efetuar investigações que analisem as diferenças entre as modalidades, género e grau de incapacidade.

Aplicações Práticas

É essencial continuar a replicação deste estudo, como forma de otimizar modelos de treino na área do desporto adaptado, mais especificamente para a deficiência intelectual. Para os treinadores que trabalham nesta área, as conclusões podem servir como ponto de referência para elaborar os modelos de treino consoante os seus contextos específicos de trabalho, com o intuito de potenciar as capacidades dos atletas e assim ir ao encontro das necessidades específicas dos seus atletas.

A aplicabilidade ao modelo 3+1 Cs, é uma sugestão prática de modelo estruturado, visto que preconiza que o treino eficaz é resultado da interligação entre o conhecimento, liderança e a forma como estas premissas influenciam as componentes do bem-estar (Bloom et al., 2014). Consequentemente, a formação especializada dos treinadores consegue proporcionar ambientes de apoio à autonomia, o que consequentemente aumenta a perceção dos atletas com DI relativamente à aquisição de competência (Komenda et al., 2021). Este paradigma destaca a relevância que o desporto tem na vida e na promoção de emoções positivas deste tipo de atletas (Moltó e Bruna, 2017; Allan et al., 2019).

Financiación

Este estudio ha sido parcialmente subvencionado por las Ayudas a Grupos de Investigación (GR21149) de la Junta de Extremadura (Consejería de Economía, Ciencia y Agenda Digital), con una aportación de la Unión Europea procedente de los Fondos Europeos de Desarrollo Regional.

Referências

Allan, V., Evans, M. B., Latimer-Cheung, A. E., & Côté, J. (2019). From the athletes' perspective: A social-relational understanding of how coaches shape the disability sport experience. *Journal of Applied Sport Psychology*, 1–33. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1587551>.

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. <https://doi.org/10.1080/02701367.2011.1059980>.

Bentzen, M., Alexander, D., Bloom, G. A. & Kenttä, G. (2020) What Do We Know About Research on Paraspport Coaches? A Scoping Review. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 38(1): 109-137. <https://doi.org/10.1123/apaq.2019-0147>.

Bloom, G.; Falcão, W. & Caron, J. (2014), Coaching high performance athletes: Implications for coach training. In Perspective; Gomes, A., Resende, R., Albuquerque, A., Eds *Positive Human Functioning from a Multidimensional*, 107-132. New York, USA, Nova Science Publishers.

Brooker, K., Van Dooren, K., McPherson, L., Lennox, N. & Ware, R. (2015). A systematic review of interventions aiming to improve involvement in physical activity among adults with intellectual disability. *Journal of Physical Activity & Health*, 12, 434–444. <https://doi.org/10.1123/apaq.2019-014710.1123/jpah.2013-0014>.

Burkett, B. (2013). Coaching athletes with a disability. In Routledge Handbook of Sports Coaching; Potrac, P., Gilbert, W., Denison, J., Eds.; Routledge: London, UK, 196–209.

Conroy, D. & Coatsworth, J. (2006). Coach training as a strategy for promoting youth social development. *The Sport Psychologist*, 20, 128–144. <https://doi.org/10.1123/tsp.20.2.128>.

Cregan, K., Bloom, G. & Reid, G. (2007) Career Evolution and Knowledge of Elite Coaches of Swimmers with a Physical Disability. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78 (4), 339-350. <https://doi.org/10.1080/02701367.2007.10599431>.

Chelladurai, P. (2007). Leadership in Sports. Handbook of Sport Psychology, 111–135. <https://doi.org/10.1002/9781118270011.ch5>.

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. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.02.007>.

Douglas, S., Falcão, W. R. & Bloom, G. A. (2018). Career Development and Learning Pathways of Paralympic Coaches With a Disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 35(1), 93–110. <https://doi.org/10.1123/apaq.2017-0010>.

Everett, J., Lock, A., Boggis, A. & Georgiadis, E. (2019). Special Olympics: Athletes' perspectives, choices and motives. *British Journal of Learning Disabilities*. doi:10.1111/bld.12295.

Fairhurst E., Bloom G. & Harvey W. (2016). The Learning and Mentoring Experiences of Paralympic Coaches, *Disability and Health Journal*, 10(2), 240-246. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2016.10.007>.

Ferguson, C. J. (2016). An effect size primer: A guide for clinicians and researchers. In A. E. Kazdin (Ed.), *Methodological issues and strategies in clinical research* (pp. 301–310). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14805-020>

Feu, S., Ibáñez, S. J., & Gozalo, M. (2010). Influence of formal and non-formal training on coaching style. *Revista de Educación* (353), 321-322.

Field, A. (2017). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. London: Sage.

Frielink, N., Schuengel, C., & Embregts, P. J. C. M. (2018). Autonomy support, need satisfaction, and motivation for support among adults with intellectual disability: Testing a self-determination theory model. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 123(1), 33–49. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-123.1.33>.

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

Gilbert, W., Côté, J. & Mallett, C. (2006) Developmental Paths and Activities of Successful Sport Coaches. *International Journal of Sport Science & Coaching*. 1(1), 69-76. <https://doi.org/10.1260/174795406776338526>.

Haigh A., Lee D., Shaw C., Hawthorne M., Chamberlain S., Newman DW., Clarke Z. & Beail N. (2013). What things make people with a learning disability happy and satisfied with their lives: an inclusive research project. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 26(1), 26–33. doi: 10.1111/jar.12012. PMID: 23255376.

- Harada, C. M., & Siperstein, G. N. (2009). The sport experience of athletes with intellectual disabilities: A national survey of Special Olympics athletes and their families. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 26(1), 68–85. <https://doi.org/10.1123/apaq.26.1.68>.
- Hatamleh, M. R., Al-Ruz, H. H. A. & Hindawi, O. S. (2009). Coach's leadership behavior as a predictor of satisfaction with leadership: Perceptions of athletes with physical disabilities. *International Journal of Applied Educational Studies*, 4, 14–33.
- Hernández Roldán, R., Anderson Quiñonez, J., Arenas, J., Urrea, A. M., Barbosa-Granados, S., & Aguirre Loiza, H. (2021). Características Psicológicas en Deportistas con Discapacidad Física. *Retos*, 40, 351–358. <https://doi.org/10.47197/retos.v4i40.83079>.
- Hill A. e Hill M. (2005). *Investigação por questionário (2ª ed.)*. Lisboa: Edições Silabo. Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum Associates.
- Horn, T. S. (2008). Coaching effectiveness in the sport domain. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology*, 239–267. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jones, L., Armour, M., & Potrac, P. (2003). Constructing expert knowledge: A case study of a top-level professional soccer coach. *Sport, Education and Society*, 8, 213–229. <https://doi.org/10.1080/13573320309254>.
- Jowett, S. (2017). Coaching effectiveness: the coach–athlete relationship at its heart. *Current Opinion in Psychology*, 16, 154–158. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.006>
- Jowett, S. & Lavallee, D. (2007). *Social Psychology in Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jowett, S., Kanakoglou, K., & Passmore, J. (2012). The application of the 3+1Cs relationship model in executive coaching. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 64(3), 183–197. <https://doi.org/10.1037/a0030316>.
- Jowett, S., Kanakoglou, K., & Passmore, J. (2012). The application of the 3+1Cs relationship model in executive coaching. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 64(3), 183–197. <https://doi.org/10.1037/a0030316>.
- Komenda, S., Springstein, T., Zrnić, I., Zeilinger, E., Franken, F. & Weber, G. (2021). Satisfaction with life in Special Olympic athletes: the role of autonomy support and basic need fulfilment. *International Journal of Developmental Disabilities*, 1–9. <https://doi.org/10.1080/20473869.2021.1917110>.
- León, G. & Montero, I. (2008). *Métodos de investigación en Psicología y Educación (4ª ed.)*. Madrid: McGraw-Hill.
- MacDonald, J., Beck, K., Erickson, K. & Coté, J. (2014). Understanding Sources of Knowledge for Coaches of Athletes with Intellectual Disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 29(3), 242–249. <https://doi.org/10.1111/jar.12174>.
- Mallett, C. J., Trudel, P., Lyle, J. & Rynne, S. B. (2009). Formal vs. Informal Coach Education. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 325–364. <https://doi.org/10.1260/174795409789623883>.
- Martin, J. & Whalen, L. (2014). Effective Practices of Coaching Disability Sport. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 7(2), 13–23. <https://doi.org/10.5507/euj.2014.007>.
- Martins Domingues, A. M., Folgado dos Santos, J., Matos Serrano, J. J., Batista, M., & Duarte Petrica, J. M. (2022). Diferencias de género en la motivación autodeterminada y el bienestar subjetivo en deportistas de deportes adaptados con dificultades intelectuales y de desarrollo Miembros de Olimpiadas Especiales (Gender Differences in Self-Determined Motivation and Sub. *Retos*, 44, 328–334. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.88827>.
- 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. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2012.686060>.
- Misasi, S. P., Morin, G. & Kwasnowski, L. (2016). Leadership: Athletes and coaches in sport. *The Sport Journal*, 22.
- Moltó, A.G. & Ovejero Bruna, M.O. (2017). Satisfacción vital, autodeterminación y práctica deportiva en las personas con discapacidad intelectual. *Revista de Psicología del Deporte*, 26, 13–19.
- Nelson, L. J., Cushion, C. J. & Potrac, P. (2006). Formal, Nonformal and Informal Coach Learning: A Holistic Conceptualisation. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 1(3), 247–259. <https://doi.org/10.1260/174795406778604627>
- Nunnally, J.C. & Bernstein, I.H. (1994) *The Assessment of Reliability. Psychometric Theory*, 3, 248–292.
- Pires, P., Batista, M., Marinho, D.A., Antúnez, A., Mesquita, H. & Ibáñez, S.J (2021). Training and Profile of Special Olympics Portugal Coaches: Influence of Formal and Non-Formal Learning. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18 (12), 6491. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126491>.
- Pires, P., Batista, M., Mesquita, H., & Ibáñez, S. J. (2022). Self-perception and perception of leadership behaviour of Special Olympics Portugal coaches. *E-balonmano com*, 18(1), 55–64.
- Pires, P., Ramalho, A., Antúnez, A., Mesquita, H. & Ibáñez, S.J. (2021). Career Development of Adapted Sports Coaches Systematic Review of Qualitative Evidence Literature. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18 (12), 6608. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126608>.
- Schalock, L.R., Luckasson, R., & Tassé, M. J (2021). *Intellectual disability. Definition, Classification, and Systems of Supports*. 11th Edition. Washington, D. C.: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.
- Schalock, R. L., Luckasson, R. & Tassé, M. J. (2021). *Intellectual disability: definition, diagnosis, classification, and systems of supports (12th ed.)*. AAIDD.
- Shirazipour, C. H., Evans, M. B., Caddick, N., Smith, B., Aiken, A. B., Martin Ginis, K. A., & Latimer-Cheung, A. E. (2017). Quality participation experiences in the physical activity domain: Perspectives of veterans with a physical disability. *Psychology of Sport and Exercise*, 29, 40–50. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.007>.
- Silva, J.E., Rosado, A., Silva, C. & Serpa, S. (2014). Relação entre inteligência emocional, satisfação com a vida e prática desportiva. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9, 93–109.
- Son, S., Jeon, B., & Kim, H. (2016). Effects of a walking exercise program for obese individuals with intellectual disability staying in a residential care facility. *Journal of Physical Therapy Science*, 28, 788–793. <https://doi.org/10.1589/jpts.28.788>
- Special Olympics Portugal. Special Olympics. Acedido a 21 de novembro de 2021 :<https://media.specialolympics.org/resources/leading-a-program/profiles/SOEE/Portugal-FactSheet-2020>.
- Tawse, H., Bloom, G., Sabiston, C. & Reid, G. (2012). The role of coaches of wheelchair rugby in the development of athletes with a spinal cord injury. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4, 206–225. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2012.685104>.
- Tay, L. & Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the world. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(2), 354–365. <https://doi.org/10.1037/a0023779>
- Turnnidge, J., Vierimaa, M. & Coté, J. (2012). An in-Depth Investigation of a Model Sport Program for Athletes with a Physical Disability. *Psychology*, 3, 1131–1141. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.312A167>.
- United Nations. 2006. Convention on the rights of persons with disabilities. General Assembly Resolution A/RES/61/106. New York: United Nations
- Verdugo, M. A., Gomez-Vela, M., Fernández-Pulido, R., Sánchez, E. V., Wehmeyer, M. L., Corbella, M. B., & Martín, V. G. (2013). ¿Cómo evaluar la autodeterminación? Escala ARC-INICO de evaluación de la autodeterminación. *Siglo Cero*, 44 (4), 21–39.
- Vieira, A., Dias, C., Real, N. & Fonseca, M. (2014). O conhecimento e ações do treinador em situações de competição: o estudo da percepção dos treinadores da superliga brasileira de voleibol. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9 (2), 393–420.
- Weinberg, R. & McDermott, M. (2002). A comparative analysis of sport and business organizations: Factors perceived as critical for organizational success. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 282–298.
- World Health Organization. 2019. Acedido a 21 de novembro de 2021 <https://icd.who.int/browse11/lm/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f605267007>.