

MESTRADO EM PSICOLOGIA
PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

Clima Motivacional de Treino: Estudo Preliminar de um Questionário para a Autoperceção dos Treinadores

Beatriz Câmara Lourenço

M

2023



FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação

**CLIMA MOTIVACIONAL DE TREINO: ESTUDO PRELIMINAR DE UM
QUESTIONÁRIO PARA A AUTOPERCEÇÃO DOS TREINADORES**

Beatriz Câmara Lourenço

Outubro, 2023

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado em Psicologia, área de Psicologia Clínica e da Saúde, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, orientada pela Professora Doutora **Teresa Limpo** (FPCEUP).

AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações da autora no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceituais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, a autora declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. A autora declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Agradecimentos

Aos meus pais e irmão por terem dado o seu melhor comigo, por me permitirem e incentivarem a seguir os meus sonhos. Por todos os esforços tanto monetários como afetivos que esta distância de cerca de 2000km e horas de viagem envolve.

Aos 9 Horas, pela família longe de casa que formamos e pelo apoio em todo este percurso e por me deixarem falar de Psicologia sem nunca se queixarem (não sei se estavam realmente a ouvir), mas obrigada.

À minha Leo, que desde sempre está comigo e que, mesmo longe, é das pessoas mais presentes na minha vida.

À Bruna e à Joyce, por todo o apoio nos dias mais complicados e pelo ambiente de família que temos na nossa casa, com os nossos gatinhos.

À minha orientadora Professora Doutora Teresa Limpo, por toda a disponibilidade, apoio e orientação dada nesta última etapa do meu percurso académico.

Por fim, às pessoas que não permaneceram neste percurso comigo e que me permitiram desenvolver e reconhecer o meu próprio valor e, principalmente, a minha capacidade de resiliência.

A todos, um obrigada. Não teria sido possível sem vocês.

Resumo

O clima motivacional de treino é um fator crucial para o desempenho dos atletas, bem como para a sua permanência no desporto. Embora haja estudos extensivos sobre a perspetiva dos atletas, a visão do treinador sobre o clima por si proporcionado tem recebido menos atenção. Dada a limitação na avaliação da perspetiva dos treinadores, o presente estudo visou adaptar o *Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire* para treinadores e analisar a sua validade fatorial numa amostra de 514 treinadores de diferentes desportos com uma média de 43.22 anos de idade. O modelo inicial compreendia 32 itens, três fatores de primeira ordem (Envolvimento na Tarefa, Suporte à Autonomia e Suporte Social) pertencentes ao fator de segunda ordem “Empoderamento” e dois fatores de primeira ordem (Envolvimento para o Ego e Controlo) referentes ao fator de segunda ordem “Desempoderamento”. Após um conjunto de alterações, obteve-se o modelo final com um bom ajustamento. Este consistiu em 16 itens organizados num fator de segunda ordem (Desempoderamento) com dois fatores de primeira ordem (Envolvimento no Ego e Controlo) e num fator de primeira ordem (Empoderamento) constituído por cinco itens. Embora substancialmente diferente do original, este modelo permite medir a perspetiva do treinador sobre o clima por si gerado, incluindo as Teorias dos Objetivos de Realização e da Autodeterminação. Espera-se que este estudo seja o ponto de partida para o desenvolvimento de uma medida válida e fiável, contribuindo assim para a avaliação do clima motivacional em contextos desportivos.

Palavras-chave: Desporto; Clima Motivacional, *Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire*, Treinadores

Abstract

The motivational coaching climate is a crucial factor for athletes' performance and their sustained engagement in sports. Despite extensive research into athletes' perspective, the coaches' view on the climate provided by themselves has received less attention. Acknowledging the limitations in assessing coaches' perspective, this study aimed to adapt the *Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire* for coaches and to analyze its factorial validity in a sample of 514 coaches from various sports with a mean age of 43.22 years. The initial model included 32 items, categorized into three first-order factors (Task Involvement, Autonomy Support, and Social Support) contributing to the second-order factor "Empowerment" and two first-order factors (Ego Involvement and Control) integrated into the second-order factor "Disempowerment". After several modifications, we successfully obtained a final model with a good fit. It comprised 16 items, organized into a second-order factor (Disempowerment) with two first-order factors (Ego Involvement and Control) and a first-order factor (Empowerment) composed by five items. Although substantially different from the original one, this model allows the measurement of coaches' perspectives on the motivational climate they establish, encompassing elements from the Achievement Goal and Self-Determination Theories. We hope this study will serve as foundational step in the development of a valid and reliable measurement tool, ultimately contributing to the assessment of the motivational climate in sport contexts.

Keywords: Sport, Motivational Climate, *Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire*, Coaches

Résumé

Le climat motivationnel de l'entraînement joue un rôle clé dans les performances des athlètes et l'engagement dans le sport. Malgré des recherches approfondies sur le point de vue des athlètes, le point de vue des entraîneurs sur le climat qu'ils créent a reçu moins d'attention. Reconnaisant les limites de l'évaluation du point de vue des entraîneurs, cette étude visait à adapter le Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire aux entraîneurs et à analyser sa validité factorielle auprès d'un échantillon de 514 entraîneurs de différents sports dont l'âge moyen était de 43,22 ans. Le modèle initial comprenait 32 items, classés en trois facteurs de premier ordre (Implication dans les Tâches, Soutien à l'Autonomie et Soutien Social) contribuant au facteur de second ordre " Empowerment " et deux facteurs de premier ordre (Implication de l'Ego et Contrôle) intégrés au facteur de second ordre " Disempowerment ". Après plusieurs modifications, nous avons obtenu un modèle final bien ajusté. Il comprend 16 items, organisés en un facteur de second ordre (Disempowerment) avec deux facteurs de premier ordre (Implication de l'Ego et Contrôle) et un facteur de premier ordre (Empowerment) composé de cinq items. Bien que substantiellement différent du modèle original, ce modèle permet de mesurer les perspectives des entraîneurs sur le climat motivationnel qu'ils établissent, englobant des éléments des Théories des Objectifs d'Accomplissement et de l'Autodétermination. Nous espérons que cette étude servira d'étape fondamentale dans le développement d'un outil de mesure valide et fiable, contribuant à l'évaluation du climat motivationnel dans les contextes sportifs.

Mots-clés: Sport, Climat Motivationnel, Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire, Entraîneurs

Índice

Introdução.....	1
I - Enquadramento Teórico.....	2
1. A Relação Treinador-A atleta	2
2. Teorias da Motivação	4
3. Clima de treino	6
3.1 Clima de Motivacional de envolvimento para a Tarefa e para o Ego	6
3.2 Clima Motivacional associado ao Suporte à Autonomia ou Controlo	7
3.3 Clima motivacional de Empoderamento e Desempoderamento	7
3.4 Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire - Coach (EDMCQ-C)	9
II - Método.....	11
1. Participantes	11
2. Procedimento.....	14
3. Instrumento: Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire - Coach (EDMCQ-C)	15
4. Análise de Dados.....	15
III - Resultados	16
IV - Discussão	20
1. Limitações	24
2. Implicações Práticas	25
V - Conclusão	26
Referências	28

Introdução

Desde sempre, o desporto exerce um papel fundamental na sociedade, tanto como forma de entretenimento como promotor de experiências positivas, tais como bem-estar e saúde física e mental entre crianças, adolescentes, adultos e idosos (Coakley, 2011; Gould & Carson, 2008; Tracey & Elcombe, 2004). A participação num desporto em idade jovem está associada a indicadores gerais de desenvolvimento, nomeadamente iniciativa, competências físicas e mentais, relações interpessoais, trabalho de equipa e competências sociais (Hansen et al., 2003). Um estudo realizado por Paupério (2013) revelou ainda que existe uma clara associação positiva entre a prática desportiva e altos níveis de satisfação com a vida. Face a isto, torna-se essencial compreender os fatores envolvidos na prática de desporto. Nesse sentido, a psicologia do desporto, que é um campo relativamente recente, tem procurado estabelecer ligações entre as variáveis psicológicas, o comportamento e conquistas dos desportistas.

Ao longo dos anos, investigadores têm dedicado esforços para entender os diversos aspetos que influenciam o desempenho dos atletas e a experiência desportiva como um todo. Uma das variáveis de maior interesse inseridas nesse campo de conhecimento é a motivação, pela sua preponderância no compromisso e desempenho desportivo, pelo que, nas últimas décadas, estudos realizados confirmam-na como tema mais estudado em Psicologia do Desporto (Fonseca, 2001; Vieira et al., 2013). Um dos grandes objetivos desta área passa pelo desenvolvimento de instrumentos que meçam os diferentes aspetos motivacionais envolvidos no desporto, devido à sua importância na promoção e manutenção da prática desportiva organizada bem como na redução das desistências (Ryan et al., 2008; Delorme et al., 2011).

A investigação tem consistentemente indicado que a motivação dos jovens atletas, bem como com o nível de satisfação deles nas atividades desportivas estão relacionadas com os climas motivacionais estabelecidos pelos treinadores, que podem ser mais ou menos empoderadores (Duda, 2013; Appleton & Duda, 2016; Gutiérrez-García et al., 2019). Não obstante, a maior parte dos estudos realizados têm ignorado as perceções do treinador, focando-se apenas na perceção dos atletas sobre este, o que se revela como uma lacuna no estudo do clima motivacional (Møllerløkken et al., 2017).

Posto isto, o objetivo deste estudo foi a adaptação do EDMCQ-C (*Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire - Coach*) para avaliar a autopercepção que treinadores portugueses têm sobre o clima de treino que providenciam aos seus atletas.

I - Enquadramento Teórico

1. A Relação Treinador-Atleta

A relação treinador-atleta pode ser definida como uma relação diádica única que permite aos seus membros alcançar tanto os seus objetivos individuais como relacionais. Existem várias evidências empíricas que sustentam a ideia de que nem o treinador nem o atleta possuem a capacidade de atingir por completo o seu potencial de forma independente, pelo que ambos precisam um do outro para se realizarem no desporto (Jowett, 2017). Assim, a relação torna-se o veículo que motiva, assegura, satisfaz, conforta e apoia treinadores e atletas, impulsionando-os a melhorar a sua experiência desportiva, desempenho e bem-estar (Jowett et al., 2010). Esta relação pode definir-se como uma situação social moldada por pensamentos, sentimentos e comportamentos interpessoais do treinador e do atleta, em que estes se influenciam mutuamente, pelo que a forma como um sente, pensa e se comporta afeta e é afetada pelo outro (Jowett, 2017). Tendo por base esta premissa, Jowett e Shanmugam (2016) desenvolveram um modelo operacional da qualidade da relação treinador-atleta que inclui os seguintes elementos: proximidade (*closeness*) que se refere aos laços afetivos e emocionais que subsistem entre os treinadores e atletas, refletindo-se em sentimentos de confiança, respeito e apreciação interpessoal mútua; comprometimento (*commitment*) que se traduz nos pensamentos interpessoais dos treinadores e atletas na intenção de manter uma relação próxima ao longo do tempo, apreciando e compreendendo os sacrifícios de ambos para torná-lo possível; complementaridade (*complementarity*) reporta-se às ações de cooperação entre o treinador e o atleta, manifestando-se em capacidade de resposta e prontidão por parte de ambos; coorientação (*co-orientation*) espelha o nível de interdependência entre os treinadores e os atletas em relação à semelhança e compreensão das suas perspetivas sobre a qualidade da sua relação.

De acordo com este modelo, quando os atletas têm a percepção de que os seus treinadores estão envolvidos afetivamente pensam que a relação será duradoura, interagem

de forma cooperativa uns com os outros e estão mais motivados intrinsecamente, porque podem concentrar-se em dominar a tarefa e desenvolverem-se pessoalmente, com a segurança de que os seus treinadores irão apoiá-los, orientá-los e terão em mente os melhores interesses (Adie & Jowett, 2010). Em contrapartida, quando a relação é de fraca qualidade, ambos os intervenientes na relação podem carecer de compromisso e motivação necessários para perseguir objetivos ambiciosos. Além disso, podem não mostrar disponibilidade para colaborar na evolução das capacidades físicas e ultrapassar dificuldades que advenham (Vella et al., 2013). A relação entre o treinador e o atleta é assim um fator determinante na forma como a motivação se desenvolve e é mantida ao longo do tempo (Mageau & Vallerand, 2003). Weinberg (2009) realça que uma das características mais consistentes de grandes treinadores é a capacidade de promoverem e manterem os desportistas motivados.

Marcus Weise, treinador de hóquei em campo, foi o único treinador a ter ganho medalha de ouro com uma equipa masculina e com uma equipa feminina. Numa entrevista, referiu que treinar é descobrir as capacidades e aptidões que os seus jogadores escondem e encontrar uma forma de aceder ao atleta. Como este, existem também muitos outros treinadores excecionalmente eficazes e bem sucedidos em cada desporto. O que estes treinadores têm em comum é a capacidade de desbloquear o potencial oculto dos seus atletas, com o intuito de maximizar as suas hipóteses de sucesso, utilizando como meio uma relação de trabalho genuína, onde a confiança, respeito, comprometimento e colaboração convergem rumo a um objetivo comum (Jowett & Shanmugam, 2016). Desenvolver uma relação saudável e efetiva entre treinador e atleta é uma tarefa desafiadora, mas de extrema importância. Esta relação vai além da transmissão de instruções técnicas e táticas. Cada relação constitui um veículo único que permite aos treinadores transformar os seus jogadores, comunicando abertamente sobre os pontos fortes e fracos, incluindo os objetivos de desempenho individuais e de grupo (Jowett & Shanmugam, 2016).

Nos últimos anos, diversas investigações têm-se dedicado à compreensão dos elementos inerentes à interação entre o treinador e o atleta. O modo como a relação se estabelece tem sido considerada central na motivação e desempenho, satisfação das necessidades psicológicas e na permanência ou abandono da prática desportiva dos atletas (Mageau & Vallerand, 2003; Solstad et al., 2018). De entre as diferentes perspetivas que abordam a relação treinador/atleta no desporto, duas teorias têm sido destacadas por estudar o impacto do suporte motivacional fornecido pelo treinador na motivação de atletas para a prática desportiva, nomeadamente a Teoria dos Objetivos de Realização (TOR) (Nicholls, 1984) e a Teoria da Autodeterminação (TAD) (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2017).

2. Teorias da Motivação

Ao longo do transcurso dos anos, foram elaboradas mais de trinta teorias relativas à motivação (Roberts et al., 2007). As teorias mais recentes procuraram ampliar certos princípios anteriores, delineando o construto como um processo psicológico associado à autorregulação e a objetivos pessoais. Consequentemente, ao reconhecer a motivação como um processo, as teorias têm adotado perspectivas mais sofisticadas, nas quais o ser humano passa a desempenhar um papel ativo no processo de tomada de decisão sobre o seu próprio comportamento (Deci & Ryan, 1985). De entre estas, destacam-se a TOR (Nicholls, 1984) e a TAD (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2017) que conduziram diversas pesquisas empíricas em várias áreas, incluindo a esfera desportiva (Clancy et al., 2017).

De acordo com a TOR, os indivíduos são organismos intencionais e orientados por objetivos de realização. Esta teoria explora e oferece *insights* sobre como os objetivos moldam a motivação, o esforço, a persistência e a maneira de lidar com sucessos e fracassos (Kaplan & Maehr, 2007). De uma forma geral, considera-se a existência de duas perspectivas principais: uma centrada na tarefa e outra no ego. A orientação para a tarefa refere-se à aquisição de uma competência específica em que a percepção de capacidade não deriva de uma comparação competitiva com os outros, mas sim do desejo de empregar habilidades naturais para aprimorar o desempenho futuro (Moreno & González-Cutre, 2006). De acordo com Cox (2008), dentro dessa perspectiva, os sujeitos vivenciam uma sensação de autoeficácia, exibindo confiança nas suas capacidades, sendo que contratempos de curta duração não os dissuadem de procurar atingir a excelência. No caso do desporto, esta motivação mais autónoma dos atletas pode ser fomentada pelo ambiente de suporte às necessidades psicológicas fundamentais estabelecido pelo treinador (Ryan & Deci, 2017).

Relativamente à segunda, orientada para o ego, a motivação é impulsionada por elementos externos (como a procura por reconhecimento social e *status*) e revelam uma inquietação em relação à comparação das suas habilidades com as dos demais, incluindo companheiros de equipa, por exemplo. Duda e Balaguer (2007) associam esta perspectiva a padrões não desejáveis, como maiores níveis de ansiedade e preocupação em relação ao desempenho, uma maior propensão ao abandono, a percepção de que o treinador fornece níveis reduzidos de suporte social e *feedback* positivo, enquanto aplica punições mais severas em casos de erro e uma diminuição nos níveis de respeito às regras.

Assim, o treinador possui a capacidade de influenciar o processo motivacional do indivíduo por meio da configuração de um clima motivacional, podendo este ser mais

orientado para melhoria das competências (orientação para a tarefa) ou para a competição (orientação para o ego) (Roberts, 1992).

A TAD é um modelo psicológico que explora a motivação intrínseca e extrínseca dos indivíduos. Foi desenvolvida por Edward Deci e Richard Ryan (1985) e concentra-se nas necessidades psicológicas fundamentais para a motivação e o bem-estar: competência, relação social e autonomia. A competência consiste na necessidade de sentir que somos competentes e capazes de algo, ou seja, é a experiência de controlar o resultado. A relação social é a necessidade de sentir ligação, apoio, valorização pelos outros e reciprocidade nas relações. Já a autonomia é o desejo de sentir que a origem da ação é sua, em vez de ser controlada por fatores externos (Coimbra et al., 2013).

A teoria sugere ainda que a motivação do indivíduo deve ser vista num *continuum*, podendo ser definida por três tipos de motivação: intrínseca, extrínseca e amotivação. A motivação intrínseca diz respeito à prática de uma atividade movida unicamente pelo prazer e pela satisfação inerentes à própria ação. Nesse sentido, o indivíduo participa voluntariamente, sem antecipar ou procurar recompensas externas associadas à atividade. A motivação extrínseca faz referência aos comportamentos em que a ação é empreendida como um meio para atingir um objetivo específico, e não pelo valor intrínseco da atividade em si. Por último, a forma menos autodeterminada de motivação é conhecida como amotivação, onde o indivíduo deixa de reconhecer a importância das suas ações. Surge um sentimento de incompetência e uma sensação de perda de controlo sobre as suas ações (Coimbra et al., 2013). Assim, a TAD procura explicar como o contexto social influencia a motivação intrínseca, mediada pela satisfação ou frustração das necessidades psicológicas (Deci & Ryan, 2002). No caso do desporto, essa influência pode ser denominada como suporte motivacional e caracteriza-se por atitudes, orientações, intenções e comportamentos dos treinadores (Ryan & Deci, 2017).

Apesar de a TOR e a TAD serem duas teorias distintas, determinados conceitos e princípios remetem a pontos comuns, pelo que devem ser consideradas como complementares, ao invés de contraditórias (Ryan & Deci, 1989). Nomeadamente no que diz respeito ao desporto, ambas as teorias consideram as figuras de autoridade (treinadores) e outras influências significativas como elementos centrais na motivação dos indivíduos. Nesse sentido, têm sustentado a perspetiva de que o treinador desempenha um papel fundamental na promoção de um ambiente propício à motivação e ao bem-estar percebido pelos atletas (Duda & Balaguer, 2007; Mageau & Vallerand, 2003). Quando o treinador compreende as necessidades, metas e características individuais de cada atleta, pode criar

um ambiente propício para a motivação florescer. Por outro lado, uma relação mal estabelecida pode resultar em desmotivação, falta de comprometimento e até mesmo no abandono da prática desportiva (Castillo-Jiménez et al., 2022). Essa interferência na motivação dos atletas ficou conceituada como clima motivacional, que reflete como treinadores impactam as percepções de realização que os indivíduos adotam no contexto desportivo (Duda & Balaguer, 2007; Ryan & Deci, 2017).

3. Clima de treino

3.1 Clima de Motivacional de envolvimento para a Tarefa e para o Ego

A TOR considera que um indivíduo possui diferentes objetivos de realização que se definem de duas formas: orientados para a tarefa ou para o ego (Duda, 2001). Um treinador que valorize o trabalho em equipa para que os atletas tenham melhores desempenhos, está a fomentar um clima de envolvimento para a tarefa. Contrariamente, se o treinador incita a superar apenas os seus concorrentes (incluindo companheiros de equipa) e à demonstração de superioridade, está a favorecer o desenvolvimento de um clima de envolvimento para o ego (Hackfort & Schinke, 2020).

De maneira geral, o clima motivacional de orientação para a tarefa tem demonstrado efeitos mais adaptativos, tais como satisfação e afeto positivo, crença em que o esforço é a maior causa de sucesso no desporto, percepção de que o treinador proporciona *feedback* positivo e fornece suporte social, percepção de competência, melhor relação entre pares, respeito pelos colegas adversários e árbitros, entre outras (Duda & Balaguer, 2007). Em contrapartida, nesse mesmo estudo, o clima motivacional de envolvimento para o ego foi associado a padrões não desejáveis como altos níveis de ansiedade e preocupação com a performance, maior predisposição para o abandono, menores níveis de respeito pelas regras, percepção de que o treinador é mais punitivo e que oferece menos suporte social ou *feedback* positivo.

Em concordância com o estudo de Duda e Balaguer (2007), Harwood et al. (2015), demonstraram que o envolvimento para a tarefa está correlacionado com a motivação intrínseca, emoções mais positivas e maiores níveis de autoestima. Por outro lado, o envolvimento para o ego apresentou correlações com comportamentos indesejados, abandono, amotivação, perfeccionismo e afeto negativo. Nesse sentido, um treinador poderá criar uma atmosfera imersiva na tarefa, o que tende a direcionar os atletas para focar nos objetivos relacionados à tarefa em si, enquanto outro treinador poderá promover um

ambiente que enfatiza o ego, levando os atletas a dar importância aos objetivos pessoais em detrimento dos objetivos gerais (Duda & Appleton, 2016).

3.2 Clima Motivacional associado ao Suporte à Autonomia ou Controle

A TAD, por outro lado, considerou que a qualidade do clima criado pelo treinador varia face ao grau de suporte à autonomia ou controle que o mesmo proporciona. Assim, quando o treinador procura estabelecer de forma compreensiva uma relação em que oferece consideração pelas perspectivas dos atletas, comunica respeitosamente, demonstra preocupação e oferece oportunidades para realizarem escolhas, cria um clima de suporte à autonomia (Smith et al., 2016; Cronin & Allen, 2018). Em contrapartida, quando o treinador estabelece uma relação onde o controle excessivo, pressão e coerção são predominantes, cria um clima caracterizado pelo controle (Ryan & Deci, 2017).

Estudos empíricos comprovaram que o suporte à autonomia está correlacionado com a motivação intrínseca e coesão (Ruiz et al., 2017; Hodge et al., 2014). Ao mesmo tempo, os estudos sobre o clima motivacional de controle apresentaram consequências negativas associadas à diminuição da motivação intrínseca, frustração das necessidades psicológicas e também maiores tendências ao abandono (Castillo et al., 2012).

Segundo Mageau e Vallerand (2003), um treinador que promove a autonomia reconhece as preferências individuais dos atletas e procura compreender a sua perspectiva, acolhe e considera as suas opiniões na tomada de decisão quando possível. Com base na aplicação dos conceitos do clima de Suporte Social ao contexto desportivo, investigações evidenciaram uma associação positiva entre esse tipo de suporte e níveis mais elevados de motivação autodeterminada e autoconfiança (DeFreese & Smith, 2013; Cronin & Allen, 2015). Contrariamente e como previsto pela teoria, um clima de controle está associado a resultados negativos, como o *burnout*, o afeto negativo, a perturbação alimentar e a sentimentos de baixa autoestima (Balaguer et al., 2012).

3.3 Clima motivacional de Empoderamento e Desempoderamento

Recentemente, Duda (2013) e Duda e Appleton (2016) avançaram com uma conceptualização multidimensional do clima motivacional criado pelo treinador que emerge quando as dimensões do clima enfatizadas pela TAD e TOR são simultaneamente consideradas. A partir desta abordagem, entende-se que o clima pode ser mais ou menos empoderador (Duda & Appleton, 2016). Climas empoderadores são caracterizados pelo envolvimento na tarefa, apoio à autonomia e suporte social. Pelo contrário, climas

desempoderadores caracterizam-se pelo envolvimento para o ego, controlo e têm implicações negativas para os atletas (Duda & Appleton, 2016; Sukys et al., 2020; Appleton et al., 2023).

Assim, num clima empoderador é esperado que o treinador valorize que os atletas entendam o esforço, desenvolvimento de competências e aprendizagem cooperativa entre colegas de equipa (envolvimento na tarefa), reconheça os sentimentos dos atletas e aceda aos contributos do mesmo sempre que possível (suporte à autonomia) (Newton et al., 2000; Sukys et al., 2020) e, por fim, valorize o atleta como uma pessoa (suporte social) (Mageau & Vallerand, 2003; Reinboth et al., 2004; Gould et al., 2012).

Contrariamente, num clima desempoderador é esperado que o treinador trate os atletas de forma diferente com base no nível de capacidade de cada um e encoraje a competição entre os membros da equipa (envolvimento para o ego) (Newton et al., 2000; Angelo et al., 2023), enquanto exerce pressão e intimida os seus atletas (Bartholomew et al., 2010).

O modelo de Duda (2013) de climas empoderadores e desempoderadores propõe que o clima motivacional criado pelos treinadores é hierárquico e multidimensional. O modelo sugere que o clima motivacional tem três níveis: o nível global, que se refere ao clima geral criado pelo treinador e pela equipa, caracterizado pela ênfase do treinador em objetivos que envolvem a tarefa ou que envolvem o ego; o nível contextual, que se refere às situações específicas em que os atletas se encontram que se caracteriza comportamentos de apoio à autonomia ou de controlo por parte do treinador; o nível disposicional, que se refere às diferenças individuais nas perceções do clima por parte dos atletas face a comportamentos de apoio ou não apoio social (Duda & Appleton, 2016). Além disso, o mesmo é multidimensional pois permite uma compreensão mais abrangente dos vários fatores que contribuem para o clima motivacional criado pelos treinadores. Ao identificar as dimensões específicas que contribuem para um clima de empoderamento ou de desempoderamento, o modelo fornece um quadro para os treinadores criarem uma experiência desportiva mais positiva para os seus atletas (Duda & Appleton, 2016).

Face à necessidade de avaliar o clima motivacional de empoderamento e desempoderamento criado pelos treinadores, Appleton et al. (2016) desenvolveram o *Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire - Coach* (EDMCQ-C).

3.4 Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire - Coach (EDMCQ-C)

Uma primeira versão do EDMCQ-C foi inicialmente conduzida com o objetivo de avaliar as percepções dos jovens atletas sobre o grau em que o clima motivacional criado pelo seu treinador é mais ou menos empoderador (Appleton et al., 2016).

De forma a desenvolver o instrumento, Appleton et al. (2016) incorporaram outros instrumentos para obter cada uma das variáveis de primeira ordem, nomeadamente *Perceived Motivational Climate Questionnaire-2* (PMCSQ-2; Newton et al., 2000); *Motivational Climate Scale in Youth Sport* (MCSYS; Smith et al., 2008) para os itens das dimensões de envolvimento para a tarefa e ego; Adaptação do *Health Care Climate Questionnaire* (HCCQ; Williams et al., 1996) para o desporto (Reinboth et al., 2004) para os itens do suporte à autonomia; *Controlling Coach Behaviors Scale* para os itens do suporte social (Bartholomew et al., 2010) e o *Social Support Questionnaire* para os itens do suporte social (SSQ6; Sarason et al., 1987) adaptado para o desporto por Reinboth et al. (2004).

Para a validação do instrumento, Appleton et al. (2016) utilizaram uma amostra composta por 2273 crianças e adolescentes, os quais foram divididos em subamostras e estavam envolvidos em desportos coletivos na Inglaterra e País de Gales. A análise de equações estruturais resultou na identificação de 32 itens agrupados em 5 fatores de primeira ordem: Envolvimento para a Tarefa (“encorajo os/as atletas a adquirirem novas habilidades”), Suporte à Autonomia (“dou aos/às atletas escolhas e opções”), Suporte Social (“os/as meus/minhas atletas podem sempre contar comigo, independentemente do que aconteça”), Envolvimento para o Ego (“substituo os/as atletas quando estes/as cometem um erro”) e Controlo (“sou menos amigável com os/as atletas que não se esforçam por verem as coisas da mesma forma que eu”). Os primeiros três formam o fator de primeira ordem “Empoderador” e o Envolvimento para o Ego e Controlo constituem o fator “Desempoderador” de segunda ordem, de acordo com a abordagem teórica proposta por Duda (2013).

Os resultados mais satisfatórios foram obtidos por meio de um modelo de equações estruturais bifatorial, com os seguintes índices globais de ajustamento em duas amostras distintas: $\chi^2/df = 1.68$; CFI = .96; TFI = .94; RMSEA = .02; $\chi^2/df = 2.30$; CFI = .96; TFI = .93; RMSEA = .03 (Appleton et al., 2016).

Após validação do instrumento, os investigadores conseguiram analisar a percepção dos atletas em relação ao clima motivacional proporcionado pelos treinadores numa amostra de 406 atletas de diversas modalidades desportivas e de ambos os sexos no Reino Unido. Os

resultados indicaram que os atletas que relataram altos níveis de percepção de um clima motivacional de Empoderamento e baixos níveis de Desempoderamento demonstraram uma participação mais saudável e proativa nas suas atividades desportivas (Appleton & Duda, 2016).

Por se tratar de um instrumento inovador, vários investigadores analisaram as suas qualidades psicométricas e adaptaram-no para vários países, nomeadamente Irão (Kashani et al., 2018), Coreia (Song & Cheon, 2018), Lituânia (Sukys et al., 2020), México (Gutiérrez et al., 2022), França, Grécia, Noruega, Espanha e Inglaterra (Appleton et al., 2023), Brasil e Portugal (Oliveira et al., 2019; Angelo et al., 2023) que, de uma forma geral se mostraram válidas e confiáveis na avaliação da percepção do atleta sobre os climas motivacionais que os treinadores providenciam.

Apesar da grande importância dada ao estudo do clima motivacional a nível mundial, este tende especificamente para a percepção dos atletas, pelo que a visão dos treinadores sobre si próprios e sobre o clima motivacional dentro da equipa (criado por ele próprio) tem sido pouco estudado. Møllerløgken et al. (2017) desenvolveram um estudo que comparou as percepções de atletas e treinadores sobre o clima motivacional criado pelo treinador em equipas de futebol juvenil. Os investigadores utilizaram uma versão modificada do *Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2* (PMCSQ-2) para recolher dados de 248 jogadores e 33 treinadores na Noruega. Os resultados mostraram que havia uma divergência significativa nas percepções do clima motivacional entre jogadores e treinadores. Apesar do PMCSQ-2 ter sido adaptado para treinadores, salienta-se que este apenas considera a TOR como fundamento teórico (Appleton et al., 2016), pelo que se diferencia do EDMCQ-C.

Com base nesta proposição, Smith et al. (2016) argumentaram que a inclusão das perspetivas dos treinadores sobre o clima motivacional em estudos proporcionaria uma avaliação mais completa do clima. Os resultados da sua investigação, que abrangeu as percepções tanto dos jogadores como dos treinadores, comparadas aos relatórios de observadores independentes, indicaram a existência de associações positivas moderadas entre as percepções dos jogadores e dos treinadores em relação aos comportamentos desadaptativos e de controlo dos treinadores. No entanto, houve menos concordância em relação às dimensões mais positivas e de reforço do clima motivacional. Além disso, os estudos realizados que compararam as percepções dos jogadores e dos treinadores sobre os climas motivacionais concentraram-se primariamente na identificação de correlações. Alguns desses estudos encontraram uma relação positiva moderada entre as percepções dos

jogadores e dos treinadores quanto aos climas motivacionais (Boyce et al., 2009), enquanto outros constataram uma relação menos substancial (Curtis et al., 1979).

Em suma, dada a escassez de instrumentos que avaliem a percepção do treinador no desporto, o objetivo principal deste estudo é desenvolver uma versão do EDMCQ-C para a avaliação da autopercepção dos treinadores sobre o clima de treino por eles criado. A escala poderia ser utilizada, por exemplo, para determinar até que ponto os treinadores (com base no autorrelato e/ou nas percepções dos atletas) estão (ou não) a utilizar estratégias motivacionais que são conhecidas por promover ou dificultar a motivação autónoma, o envolvimento e a saúde psicológica dos atletas. Por conseguinte, parece que a aplicação do EDMCQ-C à autopercepção dos treinadores poderia fornecer informações valiosas sobre o clima motivacional que criam e, potencialmente, fornecer mais informações sobre estratégias específicas de capacitação e desmotivação que afetam os seus atletas.

II - Método

1. Participantes

Inicialmente, preencheram o questionário 522 participantes, sendo que oito foram eliminados por não cumprirem os critérios de inclusão definidos para a amostra (ter nacionalidade portuguesa). Após exclusão, permaneceram em análise 514, dos quais 101 (19.6%) eram do sexo feminino e 413 (80.4%) do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 18 e os 80 anos ($M = 43.22$; $DP = 12.55$).

Relativamente aos anos de experiência, os sujeitos tinham entre 0 (primeiro ano a treinar) e 51 anos de experiência enquanto treinadores ($M = 13.39$; $DP = 11.02$).

Verificou-se ainda que a maior parte da amostra possuía, no mínimo, uma licenciatura (38.7%). Ademais, 87% da amostra tinha outra profissão, embora fosse remunerado pela de treinador (73%). No que concerne à modalidade de que são treinadores, foram as coletivas que predominaram: futebol (24.1%), andebol (12.1%) e voleibol (11.5%). Em termos de grau de formação, 41.8% apenas possuía o grau I, embora 37% dispunha do grau II e 66.1% já praticara o desporto do qual é treinador.

Relativamente à descrição sobre os atletas treinados pelos treinadores participantes, estes revelaram treinar maioritariamente atletas nas faixas etárias dos 11 aos 18 anos (72.4%)

e dos 19 aos 35 anos (40.7%), sendo 31.1% do tipo recreativo e 79.6% amador. A maioria da amostra revelou ainda estar envolvida em competições (90.1%), sendo estas predominantemente regionais (69.1%) e nacionais (51.8%). A caracterização completa da amostra pode ser consultada nas Tabelas 1 e 2.

Tabela 1

Caracterização Geral

Variáveis	N	%
Habilitações Literárias		
4º Ano	7	1.4
9º Ano	26	5.1
12º Ano	168	32.7
Licenciatura	199	38.7
Mestrado	102	19.8
Superior a mestrado	12	2.3
Tipo de Trabalho		
A tempo inteiro	52	10.1
Parcial (Possui outra profissão)	447	87
Outro (ex: Estudante)	15	2.9
Remuneração enquanto treinador		
Sim	375	73
Não	139	27
Modalidades		
Andebol	62	12.1
Atletismo	16	3.1
Basquetebol	28	5.4
Desporto aquático	20	3.9
Desportos de combate e artes marciais	42	8.2
Fitness e musculação	5	1
Futebol	124	24.1
Futsal	26	5.1

Ginástica	9	1.8
Golfe	6	1.2
Hóquei	16	3.1
Modalidade de raquete	10	1.9
Não identificado	44	8.6
Natação	21	4.1
Outras modalidades (ex: Tiro com arco)	6	1.2
Patinagem	20	3.9
Voleibol	59	11.5
Grau de Formação		
I	215	41.8
II	190	37.0
III	74	14.4
IV	20	3.9
Sem formação	15	2.9
Sobre ser atleta		
Sou atleta do mesmo desporto que treino	120	23.3
Fui atleta do mesmo desporto que treino	340	66.1
Sou atleta de outro desporto	18	3.5
Fui atleta de outro desporto	73	14.2
Nunca fui atleta	19	3.7

Tabela 2*Caracterização Desportiva*

Variáveis	N	%
Faixa Etária dos Atletas		
Até aos 10 anos	180	35
Dos 11 aos 18 anos	372	72.4
Dos 19 aos 35 anos	209	40.7
Dos 36 aos 60 anos	86	16.7
Maiores de 60 anos	38	7.4
Tipo de Atletas		
Recreativo	160	31.1
Amador	409	79.6
Semi-profissional	81	15.8
Profissional	25	4.9
Envolvimento em competição		
Sim	463	90.1
Não	51	9.9
Tipo de Competição onde participa		
Local	146	28.4
Regional	355	69.1
Nacional	266	51.8
Internacional	69	9.9

2. Procedimento

A recolha de dados decorreu entre o mês de novembro de 2022 e o mês de março de 2023, através de um inquérito online composto por perguntas relativas às características sociodemográficas dos participantes e pelo questionário de avaliação do clima motivacional (EDMCQ-C). Este protocolo, previamente aprovado pela Comissão de Ética da Faculdade

de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, foi criado na plataforma *LimeSurvey*. Neste constava um breve descrição do estudo e procedimentos para a realização do mesmo, assim como um consentimento informado garantindo a confidencialidade e finalidade dos dados com a sua utilização única para fins de investigação.

O estudo foi divulgado em redes sociais (e.g. *facebook*, *instagram*) e enviado via *e-mail* a federações de diferentes desportos, assim como à Confederação de Treinadores de Portugal para que divulgassem o *link* com os seus treinadores.

3. Instrumento: Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire - Coach (EDMCQ-C)

Para o desenvolvimento do questionário, partiu-se da versão para atletas previamente traduzida por Oliveira et al. (2019), com 32 itens organizados em 5 fatores de primeira ordem (Envolvimento para a tarefa, Suporte à autonomia, Suporte social, Envolvimento para o ego e Treino controlador), que por sua vez compunham 2 fatores de segunda ordem nomeadamente *Empowering* (que engloba os primeiros três fatores de primeira ordem) e *Disempowering* (onde pertence os últimos dois fatores de primeira ordem). O procedimento utilizado foi a modificação cuidadosa da linguagem do instrumento base, com o objetivo de manter a estrutura das questões iniciais, enquanto ajustadas e relevantes para os treinadores que iriam respondê-las (exemplo original: “O meu treinador encoraja os/as jogadores/as a adquirirem novas habilidades” passou a “Enquanto treinador encorajo os/as atletas a adquirem novas habilidades”). Apesar das alterações, o questionário manteve os mesmos 32 itens organizados tal como descrito acima e medidos através de uma escala de *Likert* de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente).

4. Análise de Dados

Os dados recolhidos foram analisados através do programa estatístico o *IBM SPSS Statistics* (versão 29.0). Inicialmente foram calculadas as médias (*M*) e o desvios-padrão (*DP*) das variáveis em estudo, bem como assimetria (*As*) e curtose (*Ku*). Estas últimas medidas foram utilizadas para avaliar a normalidade dos itens, sendo que itens que

apresentaram assimetria superior a 3 e curtose superior a 10 foram considerados como apresentando desvios severos à normalidade.

Posteriormente, procedeu-se à realização da Análise Fatorial Confirmatória (AFC) no programa estatístico IBM SPSS AMOS (versão 29.0), na qual os parâmetros foram estimados por meio do método da máxima verossimilhança. A avaliação da adequação dos modelos foi conduzida com base em índices de bondade do ajustamento. Primeiramente, foi calculada o rácio entre o valor do qui-quadrado e os graus de liberdade (χ^2/df), conforme sugerido por Jöreskog e Sörbom (1989). Segundo Tabachnick e Fidell (2007), modelos com valores inferiores a 2.0 foram considerados aceitáveis. Adicionalmente, foram examinados o Comparative Fit Index (CFI) e o Tucker-Lewis Index (TLI), sendo que valores superiores a .90 indicaram adequação do modelo, conforme proposto por Bentler e Bonett (1980). Para avaliar o ajustamento do modelo, também foi analisado o Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA). Este último foi avaliado com base nas recomendações de Hu e Bentler (1999), que consideram valores inferiores 0.06 para o RMSEA como indicativos de uma adequação aceitável do modelo.

Na eventualidade de o modelo apresentar um fraco ajustamento, definiu-se que este seria alterado tendo em conta os critérios apresentados de seguida. Primeiro, eliminar os fatores com valores de consistência interna muito baixos, nomeadamente, inferiores a .40. Segundo, eliminar todos os itens que apresentassem desvios severos à normalidade, ou seja, com valores de assimetria e curtose que excedessem os pontos de corte acima descritos. Terceiro, eliminar itens com contribuições muito baixas para o respetivo fator (i., $b < .35$). Quarto, depois de analisar os índices de modificação superiores 11 e introduzir alterações teórica ou metodologicamente. Assim que se obtivesse um modelo de ajustamento adequado, definiu-se confirmar que todos os critérios anteriormente descritos estavam cumpridos. Caso não se verificasse isto, novas alterações seriam introduzidas.

III - Resultados

As estatísticas descritivas apresentam-se na Tabela 3. Como observável, houve um conjunto de itens que exibiram valores de assimetria e curtose não conformes com uma distribuição normal. Antes de proceder à exclusão dos itens, decidimos realizar a primeira

AFC com a versão original do instrumento, servindo este modelo como referência para fins de comparação e re-especificações subsequentes.

Tabela 3

Estatísticas Descritivas dos Itens e α de Cronbach por Fator

	Mín	Máx.	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>As</i>	<i>Ku</i>
Envolvimento para a Tarefa ($\alpha = .64$)						
Item 1	2	5	4.91	0.32	-4.21	21.51
Item 4	1	5	4.90	0.39	-5.39	37.18
Item 11	1	5	4.79	0.52	-3.39	15.56
Item 13	1	5	4.43	0.84	-2.02	4.97
Item 17	1	5	4.68	0.58	-2.24	7.43
Item 21	1	5	4.69	0.59	-2.13	5.21
Item 26	3	5	4.86	0.38	-2.81	7.61
Item 28	1	5	4.78	0.49	-2.69	10.04
Item 32	1	5	4.89	0.40	-4.73	28.12
Suporte à Autonomia ($\alpha = .43$)						
Item 3	1	5	4.34	0.87	-1.54	2.39
Item 6	1	5	4.71	0.70	-3.04	10.51
Item 15	1	5	4.68	0.58	-2.27	7.46
Item 20	1	5	4.75	0.58	-3.31	14.94
Item 30	1	5	4.81	0.59	-3.35	12.99
Suporte Social ($\alpha = .28$)						
Item 8	1	5	4.77	0.64	-3.72	15.75
Item 14	1	5	4.72	0.73	-3.26	11.46
Item 25	1	5	4.64	0.68	-2.33	6.68
Envolvimento para o Ego ($\alpha = .64$)						
Item 5	1	5	1.91	1.13	0.97	-0.23
Item 9	1	5	1.76	1.06	1.23	0.34
Item 10	1	5	2.33	1.21	0.41	-1.10
Item 18	1	5	2.75	1.33	-0.03	-1.31
Item 19	1	5	1.63	0.98	1.72	2.44

Item 23	1	5	1.60	0.98	1.72	2.22
Item 31	1	5	1.45	0.85	1.91	2.93
Controlo ($\alpha = .59$)						
Item 2	1	5	2.17	1.26	0.64	-0.96
Item 7	1	5	1.85	1.24	1.37	0.65
Item 12	1	5	1.89	1.09	0.99	-0.17
Item 16	1	5	1.86	1.08	1.14	0.31
Item 22	1	5	1.73	1.07	1.34	0.74
Item 24	1	5	2.22	1.31	0.61	-1.04
Item 27	1	5	3.69	1.17	-0.79	-0.15
Item 29	1	5	3.19	1.29	-0.34	-0.96

Nota. Mín = Mínimo; Máx = Máximo; As = Assimetria; Ku = Curtose;

Realizou-se então uma AFC com o modelo original e os resultados mostraram um modelo bastante fraco: $\chi^2 = 1032.36$; $\chi^2/df = 2.25$; CFI = .76; TLI = .74; RMSEA = .05 90%IC [.04 - .05]; $p = .58$. Face a estes resultados decidimos excluir todos os itens que apresentavam desvios severos à normalidade, nomeadamente os itens 1, 4, 6, 8, 11, 14, 20, 30 e 32. Além disso, examinamos a consistência interna de cada fator. Após constatar que o fator “Suporte social” apresentava um coeficiente de α de Cronbach muito baixo ($\alpha = .28$), optamos também pela sua exclusão, o que acabou por resultar na exclusão do item 25, dado que os restantes já iriam ser eliminados por desvios à normalidade. Após estas alterações, o modelo possuía 22 itens organizados em quatro fatores de primeira ordem (Envolvimento para a tarefa, Suporte à autonomia, Envolvimento para o ego e Controlo) e dois fatores de segunda ordem (Empoderamento – medido pelos dois primeiros fatores e Desempoderamento – medido pelos restantes).

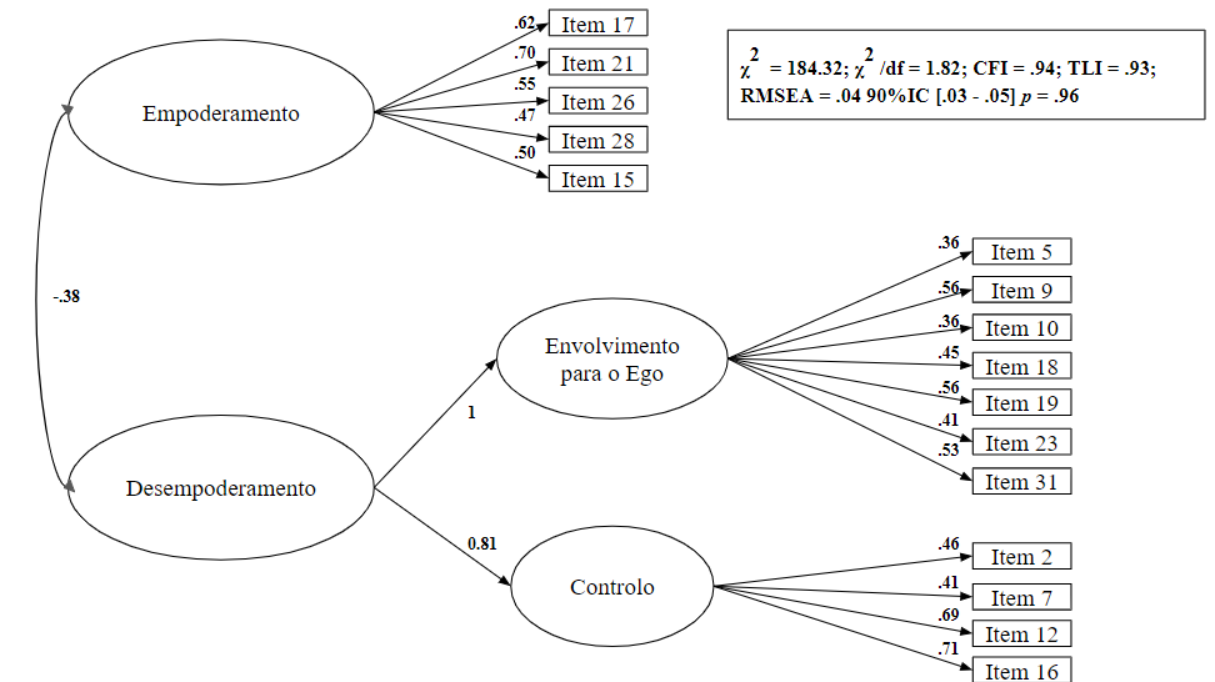
Realizou-se uma nova AFC com o modelo de 22 itens, cujos resultados continuaram a indicar um mau ajustamento do modelo: $\chi^2 = 513.58$; $\chi^2/df = 2.52$; CFI = .82; TLI = .79; RMSEA = .05 90%IC [.05 - .06]; $p = .11$. Ao analisar o peso fatorial dos itens para cada fator, verificamos que os itens 3, 13, 27 e 29 eram inferiores a .35, pelo que conduzimos uma nova AFC sem estes itens. Este novo modelo dispunha de 18 itens, com o fator Desempoderamento composto pelos dois fatores de primeira ordem “Envolvimento para o ego” e “Controlo” (7 e 6 itens, respetivamente) e o fator Empoderamento de primeira ordem (5 itens).

Novamente, os resultados da AFC ao modelo com 18 itens indicaram um mau ajustamento, $\chi^2 = 385.99$; $\chi^2/df = 2.931$; CFI = .84; TLI = .82; RMSEA = .06 90%IC [.05 - .07]; $p = .01$. Fomos então analisar possíveis fontes do mesmo. A análise dos índices de modificação revelou que o item 22 apresentava inúmeras correlações com outros itens, pelo que, optamos por remover o item. Assim, o modelo ficou com 17 itens, o fator Desempoderamento com dois fatores de primeira ordem “Envolvimento para o ego” e “Controlo” (7 e 5 itens, respetivamente) e o fator Empoderamento de primeira ordem (5 itens)

Este novo modelo apresentou resultados satisfatórios: $\chi^2 = 258.77$; $\chi^2/df = 2.92$; CFI = .90; TLI = .88; RMSEA = .05 90%IC [.04 - .06]; $p = .57$. Contudo, verificamos que o item 24 apresentava agora peso fatorial inferior a .35, pelo que foi realizada uma última AFC sem este item, cujo resultados apresentaram um ajustamento adequado: $\chi^2 = 184.32$; $\chi^2/df = 1.82$; CFI = .94; TLI = .93; RMSEA = .04 90%IC [.03 - .05] $p = .96$. O modelo final ficou então composto por 16 itens, organizados em 3 fatores de primeira ordem Empoderamento (5 itens), Envolvimento para o ego (7 itens) e Controlo 5 itens) e 1 fator de segunda ordem Desempoderamento (Envolvimento para o ego e Controlo). A consistência interna destes fatores foram os seguintes: Empoderamento $\alpha = .70$; Envolvimento para o ego $\alpha = .64$ e Controlo $\alpha = .64$. Na Figura 1, apresenta-se uma representação gráfica do modelo bem como os pesos fatoriais itens nos respetivos fatores (todos eles com $p < .001$).

Figura 1

Representação do Modelo Final e Pesos Fatoriais dos Itens



IV - Discussão

O presente estudo teve como objetivo realizar uma adaptação do EDMCQ-C para avaliar a autopercepção dos treinadores sobre o clima de treino por eles gerado, a partir da tradução do instrumento para a língua portuguesa (Oliveira et al., 2019). Para tal, utilizou-se o questionário já existente para atletas e adaptaram-se itens para a primeira pessoa do singular, transformando o questionário de heterorrelato em autorrelato, com o cuidado de manter a estrutura das frases o mais semelhante possível à original.

Na validação inicial do instrumento para atletas, Appleton et al. (2016) conseguiram obter resultados satisfatórios que estavam de acordo com o modelo hierárquico e multidimensional elaborado por Duda (2013). O modelo do EDMCQ-C de 32 itens, segundo o qual os fatores de primeira ordem “Envolvimento na tarefa”, de “Suporte à autonomia” e de “Suporte social” se inserem num fator de segunda ordem “Empoderamento” e os fatores de primeira ordem “Envolvimento do ego e de “Controlo” são integrados num fator de segunda ordem “Desempoderamento”, mostrou-se capaz de avaliar a percepção dos atletas

relativamente ao clima motivacional proporcionado pelo treinador. Não obstante, os investigadores apresentaram algumas limitações, nomeadamente o facto de existir uma sobreposição considerável entre os itens que correspondem a comportamentos medidos pelos fatores de primeira ordem do Empoderamento (Envolvimento para a tarefa, Suporte à autonomia e Suporte social) assim como os itens destinados a medir os climas de Envolvimento para o ego e Controlo. É compreensível que os itens de Suporte à autonomia tenham uma carga cruzada com os fatores de Envolvimento para a tarefa e de Suporte social, dadas as semelhanças no conteúdo e nos comportamentos das três dimensões do clima de empoderamento. Um clima de apoio à autonomia no desporto, por exemplo, também será provavelmente envolvente e socialmente favorável, porque os atletas de níveis de competência diferentes nesses ambientes são encorajados a obter prazer intrínseco e um sentimento de realização ao aprenderem novas competências e ao esforçarem-se. Do mesmo modo, existem pontos comuns entre os comportamentos de Envolvimento do ego e de Controlo. Por exemplo, os treinadores que adotam um estilo intimidante em resposta a erros são suscetíveis de apoiar menos os atletas que têm menos capacidades (Appleton et al., 2016). Por este motivo a AFC realizada mostrou um ajustamento pouco robusto, pelo que os investigadores apontaram a validação do EDMCQ-C para atletas como um trabalho em curso, a precisar de mais investigação, assim como de amostras mais diversificadas de modo a aperfeiçoar a estrutura da escala. Não obstante, o questionário foi considerado válido para avaliar as perceções de jovens atletas sobre as dimensões do clima motivacional propostas pela teoria dos objetivos de realização e pela teoria da autodeterminação (Appleton et al., 2016). Por este motivo, vários foram os investigadores que adaptaram e validaram o questionário para diferentes línguas, incluindo o português.

Oliveira et al. (2019) realizou uma adaptação transcultural da escala para português comparando os resultados de uma amostra de atletas portugueses e brasileiros. Os resultados evidenciaram alguns problemas na solução para os atletas de ambos os países. Por exemplo, embora com valores próximos aos reportado no artigo original (Appleton et al., 2016), na amostra portuguesa, obteve-se um α de Cronbach de .55 no fator de primeira ordem Suporte Social. Houve também itens (i.e., 27 e 29) que apresentaram baixos valores de saturação face aos fatores propostos pelo modelo teórico, mas que foram mantidos devido à similaridade com os resultados do estudo original. De uma forma geral, alguns dos resultados indicaram problemas na construção dos itens como reportado no instrumento original (Oliveira et al., 2019). No entanto, os autores concluíram que estavam reunidas as condições suficientes para considerar como válida a versão brasileira e portuguesa do

EDMCQ-C para avaliar a percepção dos atletas sobre o clima motivacional proporcionado pelo treinador. Como referido anteriormente, este questionário nunca foi utilizado para avaliar a percepção dos próprios treinadores através do autorrelato, o que se traduziu como uma lacuna na medição do clima motivacional de treino, que procuramos abordar com o presente trabalho.

No modelo inicial deste estudo que transpôs os itens de heterorrelato para autorrelato, o questionário tinha os 32 itens e a estrutura de dois fatores de segunda ordem (Empoderamento e Desempoderamento) e cinco fatores de primeira ordem (Envolvimento para a tarefa, Suporte à autonomia, Suporte Social, Envolvimento para o ego e Controlo). A AFC realizada demonstrou claramente que o ajustamento do modelo era fraco, o que poderá sugerir que uma adaptação unicamente ao nível dos pronomes e respetivos verbos nos itens possa não ser suficiente para que estes funcionem adequadamente numa amostra de treinadores, a avaliar o clima motivacional proporcionado por eles próprios. Efetivamente, parece-nos plausível considerar que o mau funcionamento do modelo possa estar relacionado com a alteração do questionário para um formato de autorrelato.

A principal desvantagem dos questionários de autorrelato prende-se com a possibilidade de dar respostas falsas (Demetriou et al., 2015). Este fenómeno é conhecido como viés de desejabilidade social que se refere à tendência que os sujeitos têm de atribuir a si mesmos atitudes ou comportamentos que são socialmente aceitáveis e de negar a presença de atitudes ou comportamentos socialmente indesejáveis quando respondem a questionários de autorrelato. Nesse sentido, em função dos temas e das suas características de personalidade, alguns sujeitos podem responder aos itens de acordo com o que consideram ser o mais correto, aceitável ou desejável para satisfazer a sua necessidade de aprovação social (Marlowe & Crowne, 1961). Por outras palavras, o sujeito responde de acordo com o seu autoconceito ideal e não em função da sua autoavaliação (Almiro, 2017). Esta questão não foi tida em conta no presente estudo, uma vez que apenas foram realizadas alterações mínimas nos itens, o que poderá ter causado os efeitos de teto e de chão observados e consequentes desvios à normalidade de 9 itens. Isto pode ocorrer quando a escala de resposta não é sensível o suficiente para capturar a variação nos dados (Meier, 2022). Por exemplo, o item "ameaço os meus atletas quando estes têm um mau desempenho" pode apresentar um efeito de chão, com a maioria dos participantes a indicar que nunca ou raramente realiza essa prática. Isso pode ser atribuído ao viés de resposta socialmente desejável e às normas éticas que desencorajam esse tipo de comportamento no contexto desportivo. Por outras palavras, mesmo que a ameaça aos atletas fosse uma prática

verdadeira para alguns treinadores participantes, estes estariam relutantes em admiti-lo, por ser um comportamento social e eticamente inaceitável e, ainda, pelo desejo de apresentar uma idealização mais positiva de si mesmos.

Neste sentido, e devido ao fraco ajustamento deste modelo inicial de 32 itens, o mesmo sofreu várias modificações, nomeadamente a eliminação de 16 itens. Desses, 9 itens foram eliminados devido a desvios de normalidade, o fator Suporte Social foi excluído devido ao seu baixíssimo valor de consistência interna ($\alpha = .28$), 1 item foi eliminado devido às suas múltiplas correlações com outros itens e 5 itens foram eliminados devido à sua baixa contribuição para o respetivo fator (peso fatorial $< .35$). Feitas estas alterações, obteve-se o modelo final que apresentou índices de ajustamento adequados. Este apresentou uma estrutura de 16 itens, um fator de segunda ordem (Desempoderamento) que agrupa dois fatores de primeira ordem (Envolvimento para o ego e Controlo) e um único fator de primeira ordem - Empoderamento - constituído por cinco itens. Naturalmente, apesar de estatisticamente válido, este modelo afigura-se como muito diferente do modelo original. Em particular, salientam-se duas grandes diferenças.

Em primeiro lugar, o fator empoderamento deixou de ser um fator de segunda ordem medido por 3 fatores de primeira ordem, passando a ser o próprio um fator de primeira ordem composto por quatro itens do antigo fator de envolvimento para tarefa mais um item referente ao antigo fator Suporte à autonomia. Esta é uma limitação, pois deixa de parte o suporte à autonomia que afirma que a motivação do atleta é afetada diretamente pelo clima motivacional criado pelo treinador (Castillo-Jiménez et al., 2017), assim como pela forma como o treinador valoriza o jogador enquanto atleta e pessoa (Suporte Social) (Mageau & Vallerand, 2003). Portanto, o fator Empoderamento ficou a ser avaliado maioritariamente por itens referentes ao Envolvimento para tarefa e um item de Suporte à autonomia, obtendo um bom α de Cronbach ($\alpha = .70$). No entanto, e apesar de medir um dos fatores mais importantes do Empoderamento, este é insuficiente por não medir todos os fatores que fazem parte de um clima Empoderador.

Em segundo lugar, o fator Controlo pertencente ao fator de segunda ordem Desempoderamento também sofreu algumas alterações, ficando apenas com 4 dos 8 itens iniciais. Já o fator Envolvimento para o ego não sofreu alterações, permanecendo com 7 itens. Ambos apresentaram o mesmo valor de α de Cronbach, que se mostrou satisfatório ($\alpha = .64$). Apesar de algumas alterações, o fator Desempoderamento continua a poder ser avaliado de forma semelhante ao original. Tanto o Envolvimento para o Ego como o Controlo foram associados a altos níveis de ansiedade e preocupação com o desempenho,

assim como a menos suporte social e a maior predisposição para o abandono e, por isso, constituem fatores determinantes para avaliar o Desempoderamento (Duda & Balaguer, 2007).

Ainda que com as limitações acima referidas, é de salientar que o modelo conseguido manteve uma das grandes vantagens apontadas à escala EDMCQ, nomeadamente, incluir tanto a Teoria da Realização de Objetivos (TOR) como a Teoria da Autodeterminação (TAD), pelo que continua a diferir da adaptação do PMCSQ-2 para treinadores desenvolvida por Møllerløkken et al. (2017). Este último apenas tem em vista os fatores de orientação para a mestria (clima orientado para a tarefa) e orientação para a performance (orientado para o ego) da TOR. Um pressuposto subjacente à TAD que o PMCSQ-2 não considera é o papel fundamental desempenhado pelo ambiente psicológico e social na promoção ou inibição do bem-estar e do funcionamento ideal, em relação à satisfação das três necessidades psicológicas fundamentais: Competência, Autonomia e Conexão Social (Appleton et al., 2016). Uma maior satisfação destas necessidades está associada a uma à manifestação de comportamentos autónomos (ou seja, envolver-se em atividades por interesse intrínseco) e a um envolvimento adaptativo e saudável (Ryan & Deci, 2017). Pelo contrário, a diminuição ou frustração da autonomia, competência e conexão social leva a motivos mais controlados para o envolvimento (por exemplo, envolver-se na atividade para obter recompensas extrínsecas ou por sentimentos de culpa e pressão), bem como a um estado de mal-estar (Bartholomew et al., 2010). Ainda que não o faça de forma tão abrangente como o questionário original de Appleton et al. (2016), o modelo aqui obtido oferece uma avaliação considerável desses construtos da TAD, sobretudo no que diz respeito ao fator de Desempoderamento, uma vez que esses elementos também exercem uma influência significativa no clima motivacional estabelecido pelo treinador.

1. Limitações

Além das limitações acima identificadas, identificam-se ainda mais três limitações metodológicas a ter em conta na interpretação dos resultados.

Primeiro, dos 514 participantes, 413 (80,4%) eram do sexo masculino. Ainda que esta desproporção de género seja relativamente comum na área do desporto, para estudos futuros, seria crucial procurar amostras mais equilibradas ao nível das características sociodemográficas dos participantes, de forma a alcançar uma maior representatividade amostral.

Segundo, apesar de terem sido utilizadas Análises Fatoriais Confirmatórias (AFC) que permitem analisar a validade fatorial das escalas, há investigações que sugerem que uma Análise Exploratória de Equações Estruturais (ESEM) poderá ser mais adequada para explorar a validade fatorial do EMDCQ-C, devido a elevada correlação entre os fatores. No futuro, seria útil reanalisar os dados aqui recolhidos para confirmar se efetivamente as limitações observadas derivaram da transformação do questionário para autorrelato (o que parece acontecer pelo menos nos itens com desvios à normalidade), ou se também poderão estar associadas à abordagem estatística implementada.

Por último, outra limitação do presente estudo prende-se com o facto de só ter sido analisada a validade fatorial do instrumento, ou seja, a estrutura dos fatores que compõem a escala, não tendo sido examinada a validade convergente, divergente e preditiva. Em estudos subsequentes, seria importante incluir outras medidas relacionadas com o clima motivacional de treino, pois poderá revelar um melhor funcionamento da escala para treinadores.

2. Implicações Práticas

A principal implicação deste estudo foi a proposta de um instrumento em português para medir as autoperceções dos treinadores sobre o clima motivacional de treino que proporcionam aos atletas. A visão dos treinadores sobre este clima é uma variável importante pois, a relação treinador-atleta é o veículo que assegura, motiva e apoia ambos na melhoria da sua experiência desportiva, desempenho e bem-estar (Jowett et al., 2010). Além disso, o modo como a relação se estabelece tem sido considerada central na motivação e desempenho, satisfação de necessidades psicológicas e na permanência ou abandono na prática desportiva, por parte dos atletas (Mageau & Vallerand, 2003; Solstad et al., 2018). Deste modo e segundo Smith et al. (2016), a inclusão das perspetivas dos treinadores sobre o clima motivacional proporciona uma avaliação mais completa do clima, pelo que este estudo se mostra pertinente, devido à investigação quase inexistente que avalia o ponto de vista dos treinadores, principalmente na língua portuguesa. A utilização de um questionário deste tipo poderia fornecer informações valiosas sobre o clima que proporcionam e, principalmente, sobre estratégias de empoderamento e desempoderamento que poderão estar a afetar os atletas.

Contudo, dadas as limitações identificadas anteriormente, um resultado claro do presente trabalho, a ter em conta na utilização do referido instrumento, é que a transposição

da versão de atletas para treinadores apenas com as alterações mínimas realizadas não parece ser suficiente para uma avaliação completa do clima motivacional do ponto de vista do treinador. Duas abordagens parecem-nos possíveis para aprimorar a eficácia deste instrumento. A primeira alternativa envolve a necessidade de complementar o instrumento com escalas suplementares que se concentrem nos fatores anteriormente excluídos (Suporte à autonomia e Suporte social), permitindo uma avaliação mais completa e detalhada do clima motivacional. A análise destes fatores separadamente e não como um fator único traz vantagens por exemplo na identificação de estratégias específicas para colmatar deficiências em níveis de empoderamento específicos. A segunda alternativa, e idealmente a mais abrangente, prende-se com a revisão da versão para atletas do instrumento, levando em consideração o viés da desejabilidade social e o papel do treinador na avaliação do clima motivacional que ele próprio cria. Nesse processo, mantém-se a estrutura do modelo hierárquico e multidimensional original proposto por Duda (2013) e, desse modo, desenvolvesse uma medida que permita uma avaliação confiável e válida do clima motivacional, incorporando os fatores propostos tanto pela TAD como pela TOR, assim como no modelo original. Esta última abordagem traria também vantagens a nível a nível transcultural, permitindo utilizar instrumentos com estruturas semelhantes para avaliar climas criados por treinadores de diferentes países e culturas.

V - Conclusão

Em suma, o presente estudo tinha como objetivo contribuir para a área de Psicologia do Desporto de Portugal, fornecendo um instrumento que avaliasse a autoperceção dos treinadores sobre o clima de treino que providenciam. Infelizmente, os resultados ficaram aquém do esperado, uma vez que se constatou que a versão para atletas não podia ser transporta para os treinadores, apenas com alterações mínimas na estrutura da frase e transição para a primeira pessoa do singular. Ainda assim, obteve-se um modelo diferente que permite medir de forma adequada a perceção dos treinadores sobre o Empoderamento e Desempoderamento do clima motivacional gerado pelos próprios, embora que com as limitações já discutidas.

Contudo, dada a importância da medição desta variável, esta investigação apresenta-se como um estudo piloto, pelo que esperamos que este estudo seja um primeiro passo no

desenvolvimento de uma medida válida e fiável. Este instrumento será importante para comparar as perspetivas e fornecer mais informações sobre estratégias específicas de empoderamento e desmotivação que afetam os atletas.

Referências

- Almiro, P. A. (2017). Uma nota sobre a desejabilidade social e o enviesamento de respostas. *Avaliação Psicológica*, 16(3). <https://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1603.ed>
- Angelo, D., Duda, J. L., Balaguer, I., Rosado, A., Corrêa, M., Anunciação, L., Tutte, V., Júnior, M., Bossio, M. R., & Brandão, R. (2023). Psychometric properties of the Coach-Created Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C) in a brazilian sample of athletes: An ESEM approach. *Sustainability*, 15(6), 4709. <https://doi.org/10.3390/su15064709>
- Appleton, P. R., & Duda, J. L. (2016). Examining the interactive effects of coach-created empowering and disempowering climate dimensions on athletes' health and functioning. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 61–70. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.06.007>
- Appleton, P. R., Ntoumanis, N., Quested, E., Viladrich, C., & Duda, J. L. (2016). Initial validation of the Coach-Created Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C). *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 53-65. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.05.008>
- Appleton, P. R., Viladrich, C., Quested, E., González-García, L., Papaioannou, A., Hall, H. K., Balaguer, I., Ramis, Y., Sarrazin, P., Heuzé, J., Ommundsen, Y., Wold, B., Samdal, O., & Duda, J. L. (2023). Measurement invariance of the Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire-Coach in youth sport. *Frontiers in Psychology*, 13, 958444. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.958444>
- Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2021). Creación de climas de empoderamiento. In T. García-Calvo, F. M. Leo & E. Cervelló. *Dirección de equipos desportivos* (pp. 447–469). Tirant Humanidades.
- Balaguer, I., González, L., Fabra, P., Castillo, I., Mercé, J., & Duda, J. L. (2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well-and ill-being of young soccer players: A longitudinal analysis. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1619-1629.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a

- psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(2), 193–216. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.2.193>
- Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588-606. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.88.3.588>
- Boyce, B. A., Gano-Overway, L. A., & Campbell, A. L. (2009). Perceived motivational climate's influence on goal orientations, perceived competence, and practice strategies across the athletic season. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(4), 381–394. <https://doi.org/10.1080/10413200903204887>
- Brewer, B.W. (2009). Motivation. In B. W. Brewer (Ed.), *Handbook of sports medicine and science sport psychology*. John Wiley & Sons.
- Capranica, L., & Millard-Stafford, M. L. (2011). Youth sport specialization: How to manage competition and training? *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 6(4), 572–579. <https://doi.org/10.1123/ijsp.6.4.572>
- Castillo, I., González, L., Fabra, P., Mercé, J., & Balaguer, I. (2012). Estilo interpersonal controlador del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas, y burnout en futbolistas infantiles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 143-146.
- Castillo-Jiménez, N., López-Walle, J. M., Tomás, I., & Balaguer, I. (2017). Relación del clima empowering con la motivación autodeterminada a través de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. *Revista de Psicología del Deporte*, 26 (3), 33–39.
- Castillo-Jiménez, N., López-Walle, J. M., Tomás, I., Tristán, J., Duda, J. L., & Balaguer, I. (2022). Empowering and disempowering motivational climates, mediating psychological processes, and future intentions of sport participation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), 896. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020896>
- Clancy, R. B., Herring, M. P., & Campbell, M. J. (2017). Motivation measures in sport: A critical review and bibliometric analysis. *Frontiers in Psychology*, 8, 348.
- Coakley, J. (2011). Youth sports: What counts as “positive development?”. *Journal of Sport and Social Issues*, 35(3), 306-324. <https://doi.org/10.1177/0193723511417311>

- Coatsworth, J. D., & Conroy, D. E. (2009). The effects of autonomy-supportive coaching, need satisfaction, and self-perceptions on initiative and identity in youth swimmers. *Developmental Psychology*, 45(2), 320–328. <https://doi.org/10.1037/a0014027>
- Coimbra, D. R., Gomes, S. S., de Oliveira, H. Z., Rezende, R. A., Castro, D., Miranda, R., & Bara Filho, M. G. (2013). Características motivacionais de atletas brasileiros. *Motricidade*, 9(4), 64-72.
- Cox, R. H. (2008). Sport Psychology. *Concepts and Applications* (6th edn). McGraw - Hill.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2018). Examining the relationships among the coaching climate, life skills development and well-being in sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(6), 815–827. <https://doi.org/10.1177/1747954118787949>
- Cronin, L. D., & Allen, J. B. (2015). Developmental experiences and well-being in sport: The importance of the coaching climate. *The Sport Psychologist*, 29(1), 62-71. <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0045>
- Curtis, B., Smith, R. E., & Smoll, F. L. (1979). Scrutinizing the skipper: a study of leadership behaviors in the dugout. *Journal of Applied Psychology*, 64, 391–400. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.64.4.391>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). *Handbook of self-determination research: University Rochester Press*.
- DeFreese, J. D., & Smith, A. L. (2013). Teammate social support, burnout, and self-determined motivation in collegiate athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(2), 258-265. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.10.009>
- Delorme, N., Chalabaev, A., & Raspaud, M. (2011). Relative age is associated with sport dropout: Evidence from youth categories of french basketball. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 21(1), 120–128. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.01060.x>
- Demetriou, C., Ozer, B. U., & Essau, C. A. (2015). Self-report questionnaires. *The Encyclopedia of Clinical Psychology*, 1–6. <https://doi.org/10.1002/9781118625392.wbecp507>

- Duda, J. L. (2001). Achievement goal research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. In G. C. Roberts (Ed.) *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 129-182). Human Kinetics.
- Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of empowering coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 311–318. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414>
- Duda, J. L., & Appleton, P. R. (2016). Empowering and disempowering coaching climates: Conceptualization, measurement considerations, and intervention implications. In M. Raab, P. Wylleman, R. Seiler, A. M. Elbe & A. Hatzigeorgiadis (Eds.), *Sport and exercise psychology research: from theory to practice*. (pp. 373-388). Elsevier.
- Duda, J. L., & Balaguer, I. (2007). Coach-created motivational climate. In S. Jowette & D. Lavallee. *Social psychology in sport* (pp. 117–130). Human Kinetics. <https://doi.org/10.5040/9781492595878.ch-009>
- Duda, J. L. (1993). Goals: A social-cognitive approach to the study of achievement motivation in sport. In M. Murphey, R. Singer & K. Tennant. *Handbook of research on sport psychology*. Macmillan.
- Duda, J. L., Appleton, P. R., Stebbings, J., & Balaguer, I. (2018). Towards more empowering and less disempowering environments in youth sport. In C. J. Knight, C. G. Harwood, D. Gould. *Sport psychology for young athletes* (pp. 81–93). Routledge.
- Fonseca, A. M. (2001). A psicologia do desporto e a “batalha da qualidade”. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1(1), 114-123.
- Gould, D., Flett, R., & Lauer, L. (2012). The relationship between psychosocial developmental and the sports climate experienced by underserved youth. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(1), 80–87. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.07.005>
- Gould, D., & Carson, S. (2008) Life skills development through sport: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58-78. <https://doi.org/10.1080/17509840701834573>

- Gutiérrez-García, P., Castillo Jiménez, N., Balaguer, I., Tristán, J., Coronel Pérez, F. J., & López-Walle, J. M. (2022). Validación del cuestionario de climas motivacionales empowering y disempowering en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54, 120-129. <https://doi.org/10.14349/rlp.2022.v54.14>
- Gutiérrez-García, P., López-Walle, J. M., Tomás, I., Tristán, J., & Balaguer, I. (2019). Relación entre clima empowering y diversión en pitchers de béisbol: El papel moderador de la motivación autónoma. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 166-177. <https://doi.org/10.6018/cpd.353081>
- Hackfort, D., & Schinke, R. J. (Eds.). (2020). *The routledge international encyclopedia of sport and exercise psychology: volume 2: applied and practical measures* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315187228>
- Hansen, D. M., Larson, R. W., & Dworkin, J. B. (2003). What adolescents learn in organized youth activities: A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 25–55. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301006>
- Harwood, C. G., Keegan, R. J., Smith, J. M., & Raine, A. S. (2015). A systematic review of the intrapersonal correlates of motivational climate perceptions in sport and physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 18, 9-25.
- Hodge, K., Henry, G., & Smith, W. (2014). A case study of excellence in elite sport: Motivational climate in a world champion team. *The Sport Psychologist*, 28(1), 60-74. <https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0037>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Joreskop, K. G., & Sorbom, D. (1989). A Guide to the program and applications.
- 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., & Shanmugam, V. (2016). Relational coaching in sport: Its psychological underpinnings and practical effectiveness. In R. Schinke, K. R. McGannon, & B. Smith (Eds), *Routledge international handbook of sport psychology* (pp. 471-484). Routledge
- Jowett, S., O'Broin, A., & Palmer, S. (2010). On understanding the role and significance of a key two-person relationship in sport and executive coaching. *Sport & Exercise Psychology Review*, 6(2), 19-30.
- Kaplan, A., & Maehr, M. L. (2007). The contributions and prospects of goal orientation theory. *Educational Psychology Review*, 19(2), 141–184. <https://doi.org/10.1007/s10648-006-9012-5>
- Kashani, V., Nikravan, A., & Najafi, T. (2018). Psychometric properties of persian version of the Coach-Created Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C). *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 20(4), 310–319.
- Kavussanu, M., Boardley, I. D., Jutkiewicz, N., Vincent, S., & Ring, C. (2008). Coaching efficacy and coaching effectiveness: Examining their predictors and comparing coaches' and athletes' reports. *The Sport Psychologist*, 22(4), 383–404. <https://doi.org/10.1123/tsp.22.4.383>
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883-904. <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
- Marlow, D., & Crowne, D. P. (1961). Social desirability and response to perceived situational demands. *Journal of Consulting Psychology*, 25(2), 109–115. <https://doi.org/10.1037/h0041627>
- Meier, S. T. (2022). Investigation of causes of ceiling effects on working alliance measures. *Frontiers in psychology*, 13, 949326. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.949326>
- Møllerlækken, N. E., Lorås, H., & Pedersen, A. V. (2017). A comparison of players' and coaches' perceptions of the coach-created motivational climate within youth soccer teams. *Frontiers in psychology*, 8, 109. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00109>

- Moreno, J. A., e González-Cutre, D. (2006). A permanência de praticantes em programas aquáticos baseada na teoria da autodeterminação. *Fitness & Performance Journal*, 5(1), p: 5-9.
- Newton, M., Duda, J. L., & Yin, Z. N. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of sports sciences*, 18(4), 275-290. <https://doi.org/10.1080/026404100365018>
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91(3), 328–346. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Oliveira, H. Z., Dias, T. S., Sabino, B., Dias, C., Corte-Real, N., Maia, J. A., & Fonseca, A. (2019). Adaptação transcultural do Empowering Disempowering Motivational Climate Questionnaire para a língua portuguesa e análise da invariância em atletas masculinos brasileiros e portugueses. *Cuardenos de Psicología del Deporte*, 19(1), pp. 1-18
- Paupério, T. (2013). Desporto, estilos de vida e satisfação com a vida dos adolescentes - Um estudo realizado em diferentes contextos com alunos do 3º Ciclo do Ensino Básico. Dissertação de Doutoramento em Ciências do Desporto apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Reinboth, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and emotion*, 28, 297-313.
- Roberts, G. C. (1992). Motivation in sport and exercise. Human Kinetics.
- Roberts, G. C., Treasure, D. C., & Conroy, D. E. (2007). Understanding the dynamics of motivation in sport and physical activity: An achievement goal interpretation. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.). *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 1-30). John Wiley & Sons, Inc.
- Ruiz, M. C., Haapanen, S., Tolvanen, A., Robazza, C., & Duda, J. L. (2017). Predicting athletes' functional and dysfunctional emotions: The role of the motivational climate and motivation regulations. *Journal of Sports Sciences*, 35(16), 1598-1606. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1225975>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1989). Bridging the research traditions of task/ego involvement and intrinsic/extrinsic motivation: Comment on Butler (1987).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford publications.
- Ryan, R. M., Patrick, H., Deci, E. L., & Williams, G. C. (2008). Facilitating health behaviour change and its maintenance: Interventions based on self-determination theory. *European Health Psychologist*, 10(1), 2-5.
- Sarason, I. G., Sarason, B. R., Shearin, E. N., & Pierce, G. R. (1987). A brief measure of social support: Practical and theoretical implications. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4(4), 497-510. <https://doi.org/10.1177/0265407587044007>
- Sirard, J., Pfeiffer, K., & Pate, R. (2006). Motivational factors associated with sports program participation in middle school students. *Journal of Adolescent Health*, 38(6), 696–703. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2005.07.013>
- Smith, N., Tessier, D., Tzioumakis, Y., Fabra, P., Quested, E., Appleton, P. R., Sarrazin, P., Papaioannou, A., Balaguer, I., & Duda, J. L. (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. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.11.001>
- Smith, N., Tessier, D., Tzioumakis, Y., Fabra, P., Quested, E., Appleton, P. R., Sarrazin, P., Papaioannou, A., Balaguer, I., & Duda, J. L. (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. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.11.001>
- Smith, R. E., Cumming, S. P., & Smoll, F. L. (2008). Development and validation of the motivational climate scale for youth sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(1), 116-136. <https://doi.org/10.1080/10413200701790558>
- Solstad, B. E., Ivarsson, A., Haug, E. M., & Ommundsen, Y. (2018). Youth sport coaches' well-being across the season: The psychological costs and benefits of giving empowering and

- disempowering sports coaching to athletes. *International Sport Coaching Journal*, 5, 124-135. <https://doi.org/10.1123/iscj.2017-0026>
- Song, Y. G., & Cheon, S. H. (2018). Validation of korean version of empowering and disempowering motivational climate questionnaire in physical education. *Korean Soc. Study Phys. Educ*, 23, 149-166.
- Stebbing, J., Taylor, I. M., Spray, C. M., & Ntoumanis, N. (2012). Antecedents of perceived coach interpersonal behaviors: The coaching environment and coach psychological well-and ill-being. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 34(4), 481-502. <https://doi.org/10.1123/jsep.34.4.481>
- Stebbing, J., Taylor, I. M., & Spray, C. M. (2011). Antecedents of perceived coach autonomy supportive and controlling behaviors: Coach psychological need satisfaction and well-being. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(2), 255-272. <https://doi.org/10.1123/jsep.33.2.255>
- Sukys, S., Kromerova-Dubinskiene, E., & Appleton, P. R. (2020). Validation of the lithuanian version of the Coach-Created Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C). *International journal of environmental research and public health*, 17(10), 3487. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103487>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). Using multivariate statistics.
- Tracey, J., & Elcombe, T. (2004). A lifetime of healthy meaningful movement: Have we forgotten the athletes? *Quest*, 56(2), 241-260. <https://doi.org/10.1080/00336297.2004.10491825>
- Vella, S. A., Oades, L. G., & Crowe, T. P. (2013). The relationship between coach leadership, the coach–athlete relationship, team success, and the positive developmental experiences of adolescent soccer players. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 18(5), 549–561. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.726976>
- Vieira, L. F., do Nascimento Junior, J. R. A., & Vieira, J. L. L. (2013). O estado da arte da pesquisa em psicologia do esporte no brasil. *Revista de Psicologia del Deporte*, 22(2), 501-507.

Williams, G. C., Grow, V. M., Freedman, Z. R., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1996). Motivational predictors of weight loss and weight-loss maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(1), 115. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.115>