

PROMOVENDO O ENGAJAMENTO DO ATLETA ATRAVÉS DA SATISFAÇÃO DAS NECESSIDADES PSICOLÓGICAS: Uma revisão narrativa

FOSTERING ATHLETE ENGAGEMENT THROUGH PSYCHOLOGICAL NEED SATISFACTION: A narrative review

Anabela Ross¹

Marcos Alencar Abaide Balbinotti²

Resumo

A pesquisa em psicologia do esporte tem destacado cada vez mais a importância da motivação e do comprometimento dos atletas, particularmente no contexto da Teoria da Autodeterminação (TSD). Esta revisão narrativa explora o papel da satisfação das necessidades psicológicas (autonomia, competência e relacionamento) no fomento da motivação autodeterminada e do engajamento esportivo dos atletas. O relacionamento treinador-atleta desempenha um papel fundamental na criação de um clima motivacional que apoia a satisfação dessas necessidades. Especificamente, comportamentos de treinamento que apoiam a autonomia, liderança democrática e clima motivacional orientado para a tarefa (domínio) têm sido associados a níveis mais elevados de engajamento e motivação intrínseca dos atletas. Esta revisão destaca a necessidade de implementar estratégias de treinamento que priorizem o atendimento das necessidades psicológicas para aumentar a motivação dos atletas e, por sua vez, o comprometimento sustentado com o esporte.

Palavras-chave: Engajamento do Atleta; Necessidade Psicológica; Treinadores; Clima Motivacional.

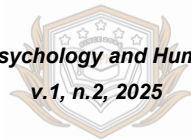
Abstract

Sport psychology research has increasingly highlighted the importance of athlete motivation and commitment, particularly within the framework of Self-Determination Theory (SDT). This narrative review explores the role of psychological needs satisfaction (autonomy, competence, and relatedness) in fostering athletes' self-determined motivation and sport engagement. The coach-athlete relationship plays a pivotal role in creating a motivational climate that supports the satisfaction of these needs. Specifically, autonomy-supportive coaching behaviors, democratic leadership, and task-oriented (mastery) motivational climate have been linked to higher levels of athlete engagement and intrinsic motivation. This review highlights the necessity of implementing coaching strategies that prioritize psychological need fulfillment to enhance athletes' motivation and, in turn, sustained commitment to sport.

Keywords: Athlete Engagement; Psychological Need; Coaches; Motivational Climate.

¹ Universidade du Québec à Trois- Rivières – UQTR; annabelle.ross@uqtr.ca

² Universidade du Québec à Trois - Rivières – UQTR, Departamento de Psicologia;
marcos.balbinotti@uqtr.ca



1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a psicologia do esporte emergiu, e a literatura científica passou a se interessar mais por esportes e atividades físicas. Os atletas têm recebido uma atenção especial da sociedade devido ao aumento da popularidade do esporte (Mohamadi Turkmani *et al.*, 2022). A relação treinador-atleta tornou-se, por sua vez, um dos componentes mais estudados na psicologia do esporte. Essa relação se estabelece quando um atleta estabelece parceria com um treinador que lhe permitirá ter maiores chances de sucesso em seu esporte (Jowett, 2009).

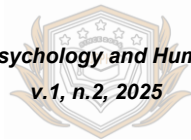
A qualidade da relação treinador-atleta é essencial e representa uma prioridade para que os atletas alcancem seus objetivos esportivos (Mageau; Vallerand, 2003). Este é, de fato, um fator determinante no ambiente em que os atletas se encontram (McGee; DeFreese, 2019), visto que essa relação desempenha um papel importante tanto no desenvolvimento físico do atleta quanto no nível psicossocial (por exemplo, comunicação positiva, satisfação e motivação dos atletas) (Güllü, 2019).

A qualidade da relação treinador-atleta também desempenha um papel na satisfação das necessidades psicológicas dos atletas (Jowett *et al.*, 2017), sendo, portanto, essencial para gerar um alto nível de autodeterminação e garantir a continuidade da prática esportiva (Moss, 2020). Os treinadores desempenham diversos papéis para os atletas. Esta revisão narrativa, portanto, visa explorar o papel dos treinadores na satisfação das necessidades psicológicas de seus atletas, a fim de promover seu comprometimento com o esporte. Esta revisão narrativa nos permitirá atingir ou não esse objetivo.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Teoria da Autodeterminação e engajamento do atleta

De acordo com a Teoria da Autodeterminação (TSD), os seres humanos nascem para serem ativos, automotivados e se desenvolverem por meio de processos integrativos (Deci; Ryan, 2012, p. 417). A TDS também apresenta tipos de motivação ao longo de um continuum ancorado por comportamentos não autodeterminados a autodeterminados (Deci; Ryan, 2000). Essa teoria é dividida em diferentes tipos de motivação, como amotivação, motivação controlada e motivação autônoma (Gillet;



Vallerand, 2016). A amotivação se refere à incapacidade da pessoa de associar seus comportamentos às suas consequências (Gillet; Vallerand, 2016).

A desmotivação também se refere à falta de intencionalidade e objetivos na execução da atividade, o que pode levar a sentimentos de incompetência (Vallerand *et al.*, 2007). A motivação controlada implica que o indivíduo sente alguma forma de pressão para fazer suas escolhas (Gillet; Vallerand, 2016). Refere-se principalmente a um baixo nível de autonomia (Hagger; Chatzisarantis, 2007), o que normalmente leva a comportamentos não autodeterminados (Deci; Ryan, 2000). Finalmente, a motivação autônoma representa um nível mais alto de internalização, o que normalmente leva a comportamentos mais autodeterminados (Deci; Ryan, 2000).

A motivação autônoma é, por sua vez, favorecida pela satisfação de três necessidades psicológicas fundamentais (Deci; Ryan, 1985; Ryan; Deci, 2000a, 2002). A teoria da autodeterminação tem um princípio fundamental segundo o qual os indivíduos que praticam uma atividade por escolha, portanto aqueles com alto nível de autonomia (motivação autônoma), geralmente obtêm melhores consequências do que aqueles com menor nível de autonomia (motivação controlada) (Treasure *et al.*, 2007, p. 156).

2.2 Necessidades psicológicas

A teoria da autodeterminação (SDT) (Deci; Ryan, 1985, 2000) fornece uma estrutura essencial para a compreensão dos fatores que promovem o comprometimento esportivo dos atletas, enfatizando a satisfação de três necessidades psicológicas: autonomia, competência e relacionamento. A necessidade de autonomia corresponde à sensação de controle sobre as próprias decisões e comportamentos. Em outras palavras, o atleta deve sentir que tem livre escolha (Deci; Ryan, 1985; Ryan; Deci, 2000a, 2002) em todos os aspectos relacionados ao seu treinamento, bem como ao seu desempenho esportivo (Treasure *et al.*, 2007, p. 165). A necessidade de competência refere-se à sensação de eficácia nos próprios comportamentos (Deci; Ryan, 1985; Ryan; Deci, 2000a).

Para o atleta, competência refere-se a ter a oportunidade e ser capaz de se sentir eficaz em seu esporte (Ryan; Deci, 2002). Finalmente, a necessidade de relacionamento representa sentir-se conectado aos outros (Deci; Ryan, 1985; Ryan; Deci, 2000a), respeitado pelos outros (Deci; Ryan, 2000; Ryan; Deci, 2000a) e manter

relacionamentos significativos (Ryan; Deci, 2002). No esporte, a necessidade de relacionamento também se refere à ajuda mútua entre companheiros de equipe, treinadores, etc. (Ryan; Deci, 2002). A satisfação das necessidades psicológicas é essencial no comprometimento esportivo dos atletas.

2.3 Compromisso do esporte de atleta

O comprometimento esportivo de um atleta é definido como um estado psicológico que permite que os atletas continuem a progredir em seu esporte ao longo do tempo (Scanlan *et al.*, 1993) e que emoções positivas estão ligadas a ele (Hodge *et al.*, 2009). Pesquisadores identificaram dois tipos de comprometimento esportivo em atletas: comprometimento entusiasmado e comprometimento restrito (Scanlan *et al.*, 2016).

O comprometimento entusiasmado refere-se ao desejo e à determinação dos atletas em continuar a progredir em seu esporte, enquanto o comprometimento restrito refere-se à percepção da obrigação de continuar a progredir em seu esporte. Em suma, os atletas podem, portanto, continuar a progredir em seu esporte porque desejam ou porque precisam fazê-lo (Scanlan *et al.*, 2016).

Os atletas também estão comprometidos com um objetivo muito específico (por exemplo, a organização esportiva, companheiros de equipe, treinadores, etc.) (O'Neil; Hodge, 2020). O engajamento esportivo representa um dos conceitos centrais da psicologia esportiva, influenciando em particular o desempenho, a perseverança e o bem-estar dos atletas (Scanlan *et al.*, 2016), e a satisfação das necessidades psicológicas desempenha um papel fundamental nesse processo (Hodge *et al.*, 2009).

2.4 Da motivação ao comprometimento: o papel das necessidades psicológicas

A motivação autônoma, conforme descrito acima, é essencial para a compreensão do processo de engajamento do atleta. De fato, os atletas optam por se envolver em atividades esportivas que atendam às suas três necessidades psicológicas e, uma vez satisfeitas, eles se envolvem de forma mais autodeterminada (Amorose, 2007, p. 211). Comportamentos motivados, portanto, permitirão a satisfação dessas necessidades psicológicas, o que é uma necessidade para a autodeterminação dos atletas (Ryan; Deci, 2000b). Com motivação autônoma que

atenda às suas necessidades básicas, os atletas optam por continuar praticando seu esporte de forma consistente, agradável (Moss, 2020) e deliberada (Deci; Ryan, 1985; Ryan; Deci, 2002).

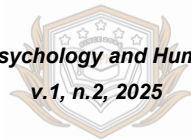
A satisfação das necessidades psicológicas representa uma experiência estimulante positiva (Hodge *et al.*, 2009), levando assim a uma motivação e engajamento mais fortes, enquanto sua frustração pode levar ao desengajamento (por exemplo, burnout) e exaustão psicológica em atletas (Bartholomew *et al.*, 2011). Hodge e colaboradores (2009) concluíram que a satisfação das necessidades psicológicas em atletas estava positivamente relacionada ao seu engajamento esportivo.

Um segundo estudo concluiu que, entre as três necessidades básicas, a satisfação das necessidades de competência e autonomia seria um bom preditor do engajamento esportivo dos atletas (McGee; DeFreese, 2019). Uma descoberta interessante é que a satisfação das necessidades de competência estava direta e indiretamente ligada aos efeitos no engajamento comportamental (Edmunds *et al.*, 2007, p. 39).

2.5 O papel dos treinadores na satisfação das necessidades psicológicas para promover o envolvimento dos atletas

Os treinadores desempenham um papel fundamental na satisfação das necessidades psicológicas e, conseqüentemente, no comprometimento esportivo dos atletas. De fato, a satisfação das necessidades psicológicas dos atletas parece ser, em parte, orquestrada, direta ou indiretamente, pelos treinadores (Amorose, 2007, p. 211) ou por meio de seus comportamentos (Mageau; Vallerand, 2003).

Os treinadores podem contribuir de diferentes maneiras para o comprometimento esportivo de seus atletas; no entanto, é essencial estabelecer um clima de treinamento que atenda às necessidades psicológicas (Treasure *et al.*, 2007, p. 164). Por exemplo, manter um relacionamento treinador-atleta de qualidade permite desenvolver o apoio à autonomia dos treinadores, bem como um clima motivacional envolvente (Jowett, 2009; Mageau; Vallerand, 2003). O estilo de liderança do treinador também pode desempenhar um papel no nível de comprometimento do atleta.



2.6 Liderança dos treinadores

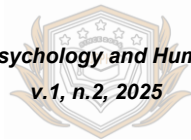
O estilo de liderança de um treinador é importante para os atletas (Gullu *et al.*, 2020), e deve-se considerar que os comportamentos do treinador variam dependendo de cada atleta à sua frente (Mageau; Vallerand, 2003). O treinador deve manter uma estrutura, demonstrando um estilo de liderança adaptado (Edmunds *et al.*, 2007, p. 46) e satisfazendo as necessidades psicológicas do atleta. Consequentemente, a liderança democrática representa incluir o atleta na tomada de decisões, dando-lhe escolhas e ouvindo e considerando suas sugestões (Hollembek; Amorose, 2005).

Esses mesmos autores concluíram que o estilo de liderança democrático estava positivamente ligado à satisfação da necessidade de autonomia, que, por sua vez, está positivamente ligada à motivação intrínseca (motivação autônoma) (Hollembek; Amorose, 2005) e, além disso, ao comprometimento esportivo dos atletas. De fato, estudos concluíram que atletas que percebiam seu treinador como democrático tinham um nível mais alto de motivação intrínseca (motivação autônoma) e melhor satisfação de sua necessidade de autonomia (Amorose, 2007, p. 216; Amorose; Horn, 2000). O treinador que adota um estilo democrático também promove o apoio à autonomia de seus atletas (Hollembek; Amorose, 2005).

2.7 Suporte de autonomia

O apoio à autonomia refere-se ao fato de uma pessoa com autoridade (por exemplo, um treinador) criar um clima de apoio, atenção e compreensão (Deci; Ryan, 1985). Existem diferentes maneiras de apoiar a autonomia dos atletas. Por exemplo, um treinador pode oferecer opções, ser solidário, incentivar a qualidade, considerar sentimentos e opiniões, etc. (Edmunds *et al.*, 2007, p. 46; Mageau; Vallerand, 2003), sem usar pressão ou tentar controlar o outro (Deci; Ryan, 1985).

O apoio à autonomia por parte dos treinadores promove, nos atletas, o seu comprometimento e bem-estar, ao estimular a satisfação das necessidades psicológicas (Reeve, 2015), bem como a sua motivação autônoma (Edmunds *et al.*, 2007, p. 49). O estudo de Lemelin e colegas (2022) indica que o apoio à autonomia tem muitos benefícios para atletas que participam em diferentes desportos e em diferentes níveis.



De fato, um estudo concluiu que o apoio à autonomia percebido por treinadores previu positivamente a satisfação das necessidades psicológicas em atletas (Edmunds *et al.*, 2007, p. 37). Um segundo estudo concluiu que o apoio à autonomia percebido por treinadores previu positivamente a satisfação de três necessidades psicológicas em atletas, o que, por sua vez, previu positivamente o engajamento esportivo dos atletas (Curran *et al.*, 2014). O'Neil e Hodge (2020) concluíram que havia uma forte associação positiva entre o apoio à autonomia e o engajamento entusiasmado, então os atletas continuam porque querem.

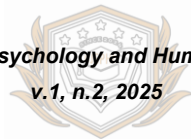
2.8 Clima motivacional

O treinador desempenha um papel fundamental na formação de um clima motivacional entre seus atletas (Hein; Jõesaar, 2015). De fato, a qualidade da relação treinador-atleta está positivamente associada ao clima motivacional estabelecido pelo treinador (Olympiou *et al.*, 2008). O clima motivacional é multidimensional (Duda, 2013) e corresponde às características de um ambiente que constrói uma sequência de objetivos orientados para a tarefa ou para o ego (Ames; Archer, 1988).

O clima motivacional focado na tarefa (maestria) representa os esforços e a experiência de aprimoramento, enquanto o focado no ego prevalece sobre a superioridade e a demonstração de habilidades (Duda; Appleton, 2016). Embora existam dois estilos de clima motivacional, os resultados de um estudo concluíram que o coach tinha um perfil dominante, mas isso não implica a ausência do segundo perfil (Ortiz Marholz *et al.*, 2016).

O clima motivacional pode ser mais ou menos fortalecedor ou desempoderador, dependendo das características mais apresentadas pelo treinador (Duda, 2013). Para obter um clima motivacional fortalecedor, os treinadores devem construir uma sequência de objetivos orientados para a tarefa e apoiar a autonomia de seus atletas (Duda, 2013). Seu perfil dominante deve, portanto, ser focado na maestria (Ortiz Marholz *et al.*, 2016).

Amorose (2007, p. 218) concluiu que um clima motivacional orientado para a tarefa (domínio) previu positivamente a satisfação das três necessidades psicológicas (autonomia, competência e pertencimento), o que se associou positivamente ao nível de autodeterminação dos atletas. Diversos estudos também concluíram que um clima motivacional orientado para a tarefa (domínio) favoreceu o comprometimento



esportivo dos atletas (Leo *et al.*, 2009; Lukwu; Luján, 2011; Sánchez-Oliva *et al.*, 2012).

3 CONCLUSÃO

Esta revisão narrativa destaca a importância da relação treinador-atleta no desenvolvimento e na manutenção do comprometimento esportivo dos atletas. Mais especificamente, conclui que o treinador desempenha um papel determinante na satisfação das necessidades psicológicas fundamentais dos atletas, estabelecendo um clima motivacional ideal, apoiando sua autonomia e mantendo um estilo de liderança apropriado. Essas condições favoráveis contribuem diretamente para o comprometimento esportivo, tornando o relacionamento positivo entre treinador e atleta um fator-chave para a manutenção da prática esportiva.

Os trabalhos teóricos e empíricos revisados confirmam que a satisfação das necessidades psicológicas fundamentais está fortemente associada ao comprometimento esportivo (Deci; Ryan, 2000; Vallerand, 2007). No entanto, apesar desses avanços, algumas lacunas persistem na literatura, incluindo a falta de estudos longitudinais para avaliar a evolução desses mecanismos ao longo do tempo. Uma melhor compreensão desses processos pode fornecer insights valiosos para intervenções que visem otimizar o relacionamento entre treinador e atleta e maximizar o comprometimento do atleta.

Em resumo, esta revisão narrativa destaca que o engajamento esportivo não é resultado apenas de fatores individuais, mas é amplamente influenciado pela qualidade do ambiente social e motivacional estabelecido pelo treinador. Portanto, pesquisas futuras devem explorar mais profundamente essas dinâmicas e examinar mais detalhadamente as estratégias que fomentam um relacionamento treinador-atleta propício à motivação e ao engajamento a longo prazo.

REFERÊNCIAS

AMES, C.; ARCHER, J. Metas de desempenho em sala de aula: estratégias de aprendizagem e processos de motivação dos alunos. **Journal of Educational Psychology**, v. 80, n. 3, p. 260, 1988.

AMOROSE, A. J. Eficácia do coaching: explorando a relação entre o comportamento de coaching e a motivação autodeterminada. In: HAGGER, M. S.; CHATZISARANTIS, N. L. D. (Orgs.). *Motivação intrínseca e autodeterminação no exercício e no esporte*. Champaign: Human Kinetics, 2007. p. 209-228.

AMOROSE, A. J.; HORN, T. S. Motivação intrínseca: relações com gênero, status de bolsa de estudos e percepções sobre o comportamento de seus treinadores em atletas universitários. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 22, n. 1, p. 63-84, 2000.

BARTHOLOMEW, K. J.; NTOUMANIS, N.; RYAN, R. M.; THØGERSEN-NTOUMANI, C. Frustração de necessidades psicológicas no contexto esportivo: avaliando o lado obscuro da experiência atlética. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 33, n. 1, p. 75-102, 2011.

CURRAN, T.; HILL, A. P.; HALL, H. K.; JOWETT, G. E. Comportamentos percebidos do treinador e engajamento e desinteresse dos atletas no esporte juvenil: o papel mediador das necessidades psicológicas. **International Journal of Sport Psychology**, v. 45, n. 6, p. 559-580, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.7352/IJSP2014.45.559>.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. **Motivação intrínseca e autodeterminação no comportamento humano**. New York: Plenum Press, 1985.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. O “o quê” e o “por quê” da busca por objetivos: necessidades humanas e a autodeterminação do comportamento. **Psychological Inquiry**, v. 11, n. 4, p. 227-268, 2000. Disponível em: https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. Teoria da autodeterminação. In: VAN LANGE, P. A. M.; KRUGLANSKI, A. W.; HIGGINS, E. T. (Eds.). **Handbook of theories of social psychology**. Thousand Oaks: Sage, 2012. v. 1, p. 416-436.

DUDA, J. L. Os fundamentos conceituais e empíricos do Empowering Coaching™: preparando o cenário para o projeto PAPA. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 11, n. 4, p. 311-318, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414>.

DUDA, J. L.; APPLETON, P. R. Climas de coaching fortalecedores e desempoderadores: conceitualização, considerações sobre mensuração e implicações para a intervenção. In: SCHINKE, R. J.; McGANNON, K. R.; SMITH, B. (Eds.). **Routledge research in sport and exercise psychology**. London: Elsevier, 2016. p. 373-388.

EDMUNDS, J. K.; NTOUMANIS, N.; DUDA, J. L. Suporte de autonomia percebida e satisfação de necessidades psicológicas no exercício. In: HAGGER, M. S.; CHATZISARANTIS, N. L. D. (Orgs.). **Motivação intrínseca e autodeterminação no exercício e no esporte**. Champaign: Human Kinetics, 2007. p. 35-52.

GILLET, N.; VALLERAND, R. Os efeitos da motivação sobre o desempenho esportivo no que diz respeito à teoria da autodeterminação: em relação a uma abordagem intra-individual. **Psychologie Française**, v. 61, n. 4, p. 257-271, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.psfr.2014.01.001>.

GÜLLÜ, S. O efeito da relação treinador-atleta na paixão pelo esporte: o caso de jogadores de handebol masculino na Superliga. **Journal of Education and Training Studies**, v. 7, n. 1, p. 38-47, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.11114/jets.v7i1.3724>.

GULLU, S.; KESKIN, B.; ATES, O.; HANBAY, E. Relação treinador-atleta e paixão pelo esporte em esportes individuais. **Acta Kinesiologica**, v. 14, n. 1, p. 9-15, 2020.

HAGGER, M. S.; CHATZISARANTIS, N. L. D. **Motivação intrínseca e autodeterminação no exercício e no esporte**. Champaign: Human Kinetics, 2007.

HEIN, V.; JÕESAAR, H. Como o apoio à autonomia percebido por adultos e o clima motivacional dos pares estão relacionados à motivação autodeterminada entre jovens atletas. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 13, n. 3, p. 193-204, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/1612197X.2014.947304>.

HODGE, K.; LONSDALE, C.; JACKSON, S. A. Engajamento de atletas no esporte de elite: uma investigação exploratória de antecedentes e consequências. **The Sport Psychologist**, v. 23, n. 2, p. 186-202, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1123/tsp.23.2.186>.

HOLLEMBEAK, J.; AMOROSE, A. J. Comportamentos percebidos de treinadores e motivação intrínseca de atletas universitários: um teste da teoria da autodeterminação. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 17, n. 1, p. 20-36, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10413200590907540>.

JOWETT, S. Validando medidas de relacionamento treinador-atleta com a rede nomológica. **Measurement in Physical Education and Exercise Science**, v. 13, n. 1, p. 34-51, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10913670802609136>.

JOWETT, S. et al. Processos motivacionais na relação treinador-atleta: uma abordagem multicultural de autodeterminação. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 32, p. 143-152, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.06.004>.

LEMELIN, E. et al. Apoio à autonomia em contextos esportivos: o papel de pais e treinadores na promoção do bem-estar e do desempenho dos atletas. **Psychology of Sport, Exercise and Performance**, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/spy0000287>.

LEO, F. M. et al. Influência do clima motivacional criado pelo treinador no comprometimento esportivo de jovens basquetebolistas. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 18, supl., p. 375-378, 2009.

LUKWU, R. M.; LUJÁN, J. F. G. Compromisso e adesão ao esporte: uma análise sócio-cognitiva (Compromiso deportivo y adhesão: un análisis cognitivo social). **Revista Internacional de Ciencias del Deporte**, v. 7, n. 25, p. 277-286, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02503>.

MAGEAU, G. A.; VALLERAND, R. J. A relação treinador-atleta: um modelo motivacional. **Journal of Sports Sciences**, v. 21, n. 11, p. 883-904, 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>.

MCGEE, V.; DEFREESE, J. A relação treinador-atleta e os resultados psicológicos dos atletas. **Journal of Clinical Sport Psychology**, v. 13, n. 1, p. 152-174, 2019. Disponível em: <https://doi.org/0.1123/jcsp.2018-0010>.

MOHAMADI TURKMANI, E.; SAFARI JAFARLOO, H. R.; DEGHAN GHAFHAROKHI, A. Estilos de vida de atletas de elite: do consumismo ao profissionalismo. **PLoS One**, v. 17, n. 9, e0269287, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269287>.

MOSS, D. A. **Motivações para melhorias entre atletas profissionais de elite que atuam na Europa**: um estudo quantitativo. Tese (Doutorado) – Capella University, 2020.

O'NEIL, L.; HODGE, K. Comprometimento no esporte: o papel do estilo de treinamento e da motivação autônoma versus controlada. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 32, n. 6, p. 607-617, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1581302>.

OLYMPIOU, A.; JOWETT, S.; DUDA, J. L. A interface psicológica entre o clima motivacional criado pelo treinador e a relação treinador-atleta em esportes coletivos. **The Sport Psychologist**, v. 22, n. 4, p. 423-438, 2008.

ORTIZ MARHOLZ, P. et al. Papel desempenhado pelo treinador no comprometimento dos jogadores adolescentes. **Studia Psychologica**, v. 58, n. 3, p. 184-198, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.21909/sp.2016.03.716>.

REEVE, J. Oferecendo e invocando apoio à autonomia em relacionamentos hierárquicos. **Social and Personality Psychology Compass**, v. 9, n. 8, p. 406-418, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/spc3.12189>.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Os lados mais sombrios e mais brilhantes da existência humana: necessidades psicológicas básicas como um conceito unificador. **Psychological Inquiry**, v. 11, n. 4, p. 319-338, 2000a. Disponível em: https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_03.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Teoria da autodeterminação e a facilitação da motivação intrínseca, do desenvolvimento social e do bem-estar. **American Psychologist**, v. 55, n. 1, p. 68, 2000b. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Visão geral da teoria da autodeterminação: uma perspectiva dialética organísmica. In: DECI, E. L.; RYAN, R. M. (Eds.). **Handbook of self-determination research**. Rochester: University of Rochester Press, 2002. p. 3-33.

SÁNCHEZ-OLIVA, D. et al. Analisando a implicação esportiva em jovens jogadores de baloncesto: uma análise a partir da teoria da autodeterminação. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, v. 12, n. 1, 2012.

SCANLAN, T. K. et al. Uma introdução ao modelo de comprometimento esportivo. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 15, n. 1, p. 1-15, 1993. Disponível em: <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>.

SCANLAN, T. K. et al. O desenvolvimento do questionário de comprometimento com o esporte-2 (versão em inglês). **Psychology of Sport and Exercise**, v. 22, p. 233-246, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.08.002>.

TREASURE, D. C. et al. Motivação no esporte de elite: uma perspectiva de autodeterminação. In: HAGGER, M. S.; CHATZISARANTIS, N. L. D. (Orgs.). **Motivação intrínseca e autodeterminação no exercício e no esporte**. Champaign: Human Kinetics, 2007. p. 153-166.

VALLERAND, R. J. Motivação intrínseca e extrínseca no esporte e na atividade física: uma revisão e um olhar para o futuro. In: TENENBAUM, G.; EKLUND, R. C. (Eds.). **Handbook of sport psychology**. Hoboken: Wiley, 2007. p. 59-83.

VALLERAND, R. J. et al. Sobre o papel da paixão no desempenho. **Journal of Personality**, v. 75, n. 3, p. 505-534, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00447.x>.