

## A RELAÇÃO INSTRUTOR-PRATICANTE NAS NECESSIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS DO PRATICANTE

Rodrigues, F.<sup>1,2</sup>, Neiva, H.<sup>3,4</sup>, Teixeira, D.<sup>5,6</sup>, Cid, L.<sup>7,4</sup>, Silva, L.<sup>8,9,10,11</sup>, Monteiro, D.<sup>12</sup>,

<sup>1</sup>Instituto Politécnico de Santarém, Escola Superior de Desporto de Rio Maior, <sup>2</sup> Centro de Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV); <sup>3</sup>Universidade da Beira Interior; <sup>4</sup> Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD); <sup>5</sup>Faculdade de Educação Física e Desporto da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias; <sup>6</sup> Centro Interdisciplinar de Estudo da Performance Humana (CIPER); <sup>7</sup> Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM-IPSantarém); <sup>8</sup> Kinesiolog, Instituto Piaget; <sup>9</sup>Departamento de Biomecânica, Universidad do Nebraska; <sup>10</sup> Laboratório de Investigação Neuromuscular, Universidade de Lisboa; <sup>11</sup>Centro Lusíada de Investigação em Serviço Social e Intervenção Social, Lusíada University of Lisbon, Lisbon, Portugal; <sup>12</sup> ESECS, Politécnico de Leiria. Os comportamentos interpessoais têm vindo a ser considerados como variável chave na satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas (NPB). De facto, estudos empíricos demonstram que praticantes de exercício físico que percecionem comportamentos de suporte por parte dos instrutores tendem a apresentar uma motivação mais autodeterminada e consequentemente maiores níveis de persistência na prática de exercício. No entanto, a forma como o instrutor perceciona os seus comportamentos parece ter igualmente uma relação direta na forma como as NPB do praticante são satisfeitas ou frustradas, estando consequentemente relacionadas com a qualidade da motivação. Tomando em consideração que a literatura é escassa no que diz respeito ao estudo do fenómeno de congruência entre duas fontes de informação de grupos diferentes, este estudo teve como objetivo analisar o efeito de congruência entre os comportamentos interpessoais dos instrutores e dos praticantes nas NPB dos praticantes.

Participaram neste estudo 130 instrutores (33% feminino; Idade = 31.58±7.65) e 640 praticantes regulares de exercício físico (55% feminino M idade = 36.74±9.41). Todos os participantes preencheram questionários validados para a língua portuguesa no contexto do exercício ao nível dos comportamentos interpessoais e das NPB. Recorreu-se ao software R para analisar o efeito de congruência entre as variáveis independentes e dependentes em estudo.

Os resultados evidenciam que, quando os instrutores e os praticantes reportavam altos valores nos comportamentos interpessoais, os praticantes tendiam a demonstrar altos valores na satisfação e frustração das NPB. Este efeito era ainda maior quando os praticantes reportavam altos valores no suporte à relação, comparativamente à percepção dos instrutores. Também foi possível observar que, quanto maior fosse a discrepância entre os comportamentos, maiores seriam os níveis de frustração das NPB por parte do praticante. Assim, quanto mais o instrutor