



## Apresentação do Projeto

# **Suporte Social, Rede Social e Relações Sociais de Treinadores/as em Diferentes Desportos**

**Mestrado em Treino Desportivo  
Escola Superior de Desporto de Rio Maior**

## **AUTORES**

---

João Gonçalo Ferreira, Filipe Rodrigues, Pedro Sobreiro, Mário Silva, Fernando Santos, Gonçalo Carvalho, António Hernández Mendo & José Rodrigues

**O que significa?**

**De que forma pode ser  
fornecido a  
treinadores/as de  
desporto?**

**É importante para  
treinadores/as de  
desporto? Porquê?**

## Rede Social



## Relações Sociais



## Suporte Social

### Emocional



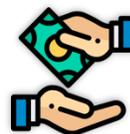
Níveis   

### Informacional



Níveis   

### Tangível



Níveis   

### Estima



Níveis   

## FASES DO ESTUDO

### Pré-Estudo

Através de uma análise, concluiu-se que a investigação sobre suporte social em treinadores/as de desporto é bastante limitada.

### Objetivo

Proporcionar informação acerca do suporte social, da rede social e das relações sociais de treinadores/as de desporto, bem como os seus efeitos.

### Fase I

Elaboração da Revisão Sistemática de Literatura.

### Fase II (A + B)

Aplicação de dois questionários e de uma entrevista semiestruturada.

### Fase I – Revisão Sistemática de Literatura

Análise de publicações científicas

Identificação dos tipos e níveis de suporte social proporcionado a treinadores/as de desporto

Aferição de metodologias e instrumentos utilizados nos estudos analisados

**Estado – Fase I:** concluída 



## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura: Etapas Metodológicas

### 1. PESQUISA

- Seguidos os critérios recomendados pela declaração Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), que fornecem orientações para a realização de revisões sistemáticas.
- Protocolo de investigação registado no International Prospective Register of Systematic Reviews (PROSPERO).

### 2. ESTRATÉGIAS

- Pesquisa de literatura realizada nas bases de dados Web of Science – Core Collection e na B-On.

## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura: Etapas Metodológicas

### 3. CRITÉRIOS DE ELIGIBILIDADE

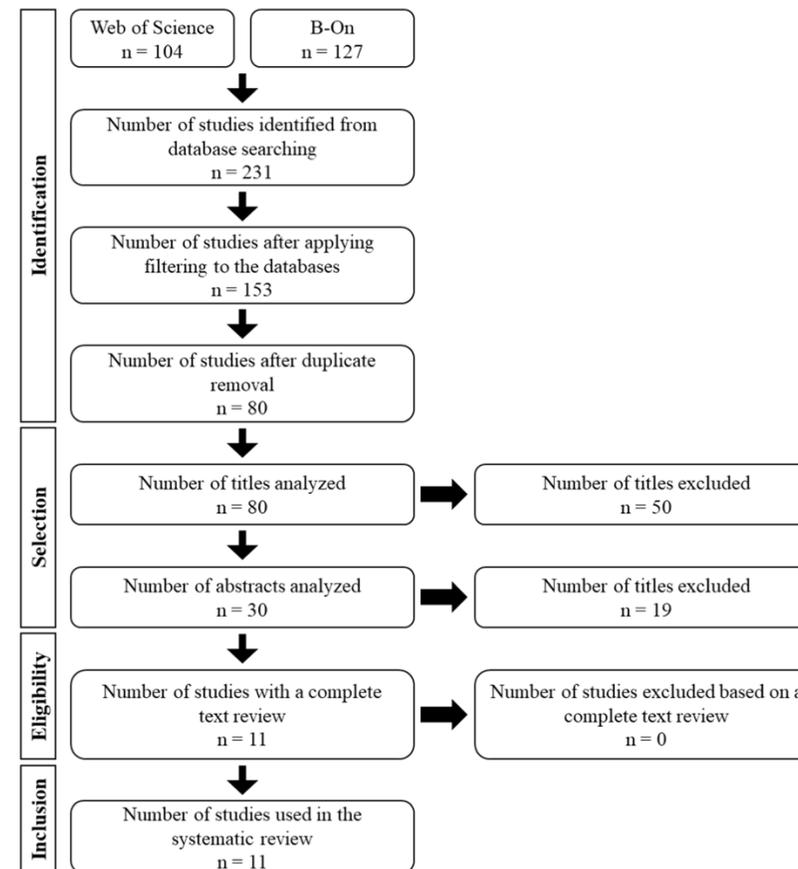
- Os critérios de elegibilidade para os artigos consultados seguiram as recomendações da literatura para esse tipo de estudos (Meline, 2006).
- Considerados todos os estudos escritos em português, espanhol e inglês, publicados entre os anos 2000 - 2023 (inclusive).
- A inclusão e exclusão de estudos foram realizadas com base nos critérios PECOS.

		Inclusion	Exclusion
P	Participant	Coaches (family, peers, and friends)	Athletes
E	Exposure	Sports training and competition	School physical education
C	Comparison	Social agents: family, peers, and friends support type: informational, emotional, tangible, and esteem Support Level: positive, indifferent, and negative	--
O	Outcome	Social support; social network; social relationships (to coaches) (interaction; influence; association)	Athletes' perception
S	Study	Empirical and Instrumental Investigation (field studies - descriptive, cross sectional and longitudinal)	Experimental and theoretical

## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura: Etapas Metodológicas

### 3. CRITÉRIOS DE ELIGIBILIDADE

- A seguinte figura demonstra os procedimentos realizados desde a fase de identificação até à fase de seleção final dos estudos.
- Após a pesquisa nas bases de dados, foram identificados 231 estudos.
- **Fase de Identificação:** excluídos 78 estudos (devido à data de publicação e tipo de documento) e 73 estudos (duplicados) excluídos.
- **Fase de Seleção:** leitura dos títulos (50 excluídos) e dos resumos (19 excluídos).
- **Fase de Elegibilidade:** os estudos restantes foram analisados na íntegra (0 excluídos).
- **Fase de Inclusão:** 11 estudos incluídos na etapa final.



### Fase I – Revisão Sistemática de Literatura: Etapas Metodológicas

#### **4. AVALIAÇÃO DA QUALIDADE METODOLÓGICA DOS ESTUDOS**

- A qualidade metodológica de cada estudo em análise foi avaliada de forma independente por dois investigadores, utilizando a checklist STROBE (Von Elm et al., 2007).

#### **5. RISCO DE DESVIO**

- Um estudo classificado como de elevada qualidade metodológica; seis estudos classificados como de qualidade moderada; e quatro estudos classificados como de baixa qualidade.
  - No geral, o risco de desvio nos estudos foi considerado moderado.

#### **6. EXTRAÇÃO DE DADOS E ANÁLISE**

- Os estudos foram organizados através da utilização do software Zotero.

## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura: Etapas Metodológicas

### 7. CARACTERÍSTICAS DOS ESTUDOS

Authors and year	Location	Sex	Modality	Instruments	Study quality
Ackeret et al. (2022)	Switzerland	M + F	Individual + Team	Questionnaire	A
Allen and Shaw (2009)	New Zealand	F	Individual + Team	Semi-structured Interview	C
del Prado et al. (2012)	Spain	M + F	Individual + Team	Questionnaire	C
Ha et al. (2021)	South Korea	M + F	Individual + Team	Questionnaire	B
Knights and Ruddock-Hudson (2016)	Australia	M	Team	Semi-structured Interview	C
Teck Koh et al. (2019)	Singapore	M + F	Individual + Team	Semi-structured Interview	B
Kubayi (2018)	South Africa	M + F	Team	Questionnaire	B
Norris et al. (2020)	United Kingdom	M + F	Individual + Team	Semi-structured Interview and Sociograms Assisted by Interviewee	B
Norris et al. (2022)	United Kingdom	M + F	Individual + Team	Semi-structured Interview	B
Occhino et al. (2013)	Australia	M	Team	Semi-structured Interview	C
Pelser-Carstens et al. (2015)	South Africa	M + F	N/A	Questionnaires	B

**Qualidade do estudo:** A (>80% elevada); B (50-80% moderada); C (<50% baixa)

### Fase II (A) – Aplicação de Questionários

Aplicação de dois questionários através da plataforma Google Forms:

**1. Multidimensional Scale of the Perceived Social Support Questionnaire**

**2. Maslach Burnout Inventory - Educators Survey (MBI-ES)**

**Total de participantes:** 1795 treinadores/as

**Estado – Fase II (A):** em desenvolvimento...



### **Fase II (B) – Aplicação de Entrevista Semiestruturada**

Aplicação de entrevista semiestruturada em formato presencial/à distância

**Total de participantes: 20**

**Total de modalidades: 5**

**Estado – Fase II (B):** transcrição das entrevistas...



## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura

### Consequências do suporte social proporcionado a treinadores/as de desporto:

+ Autocompaixão

- Sintomas de burnout

+ Satisfação com a vida e com o trabalho

- Stress

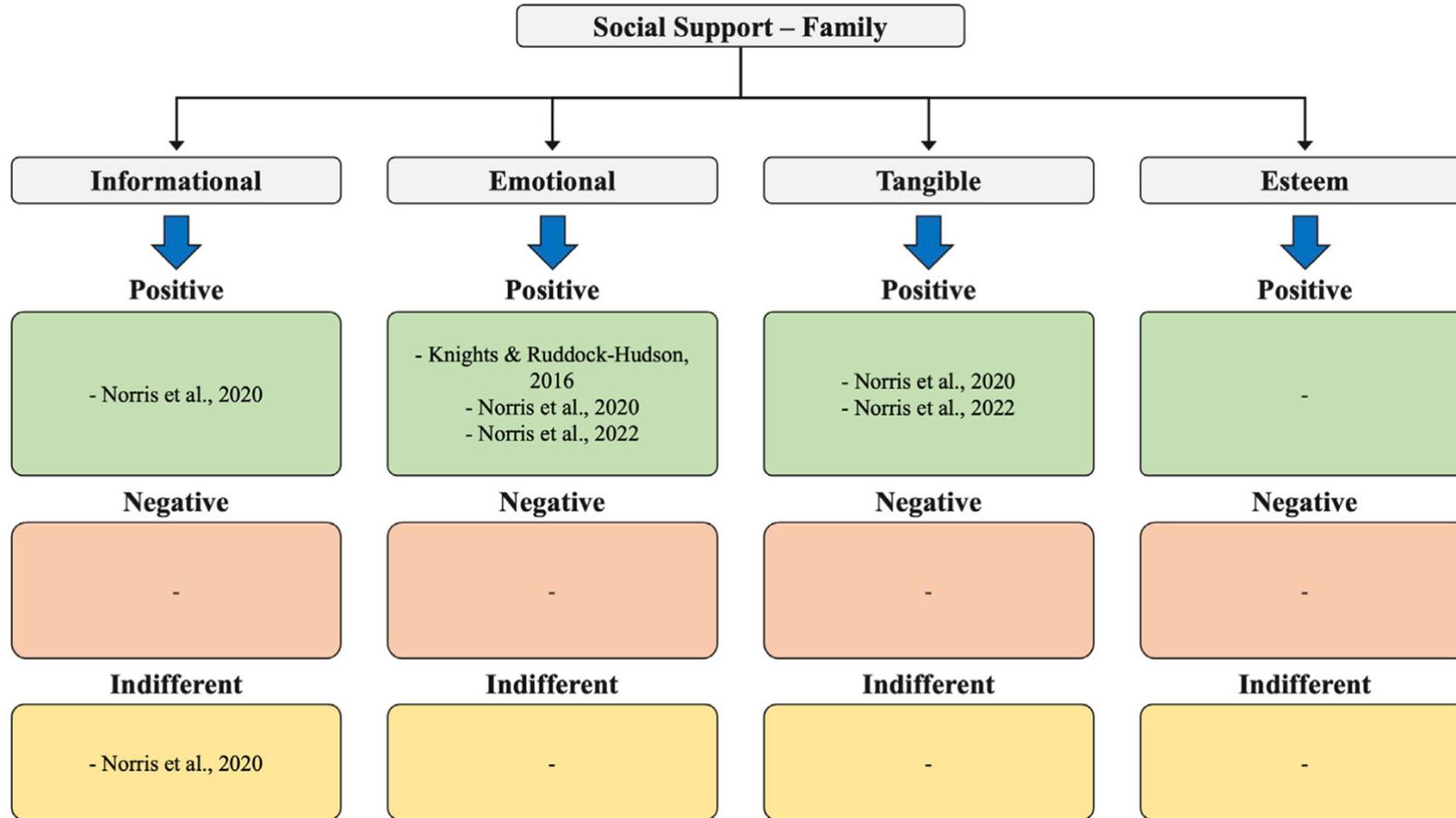
+ Redução do conflito trabalho-família

### Consequências do suporte social proporcionado a atletas por treinadores/as de desporto:

+ Bem-estar

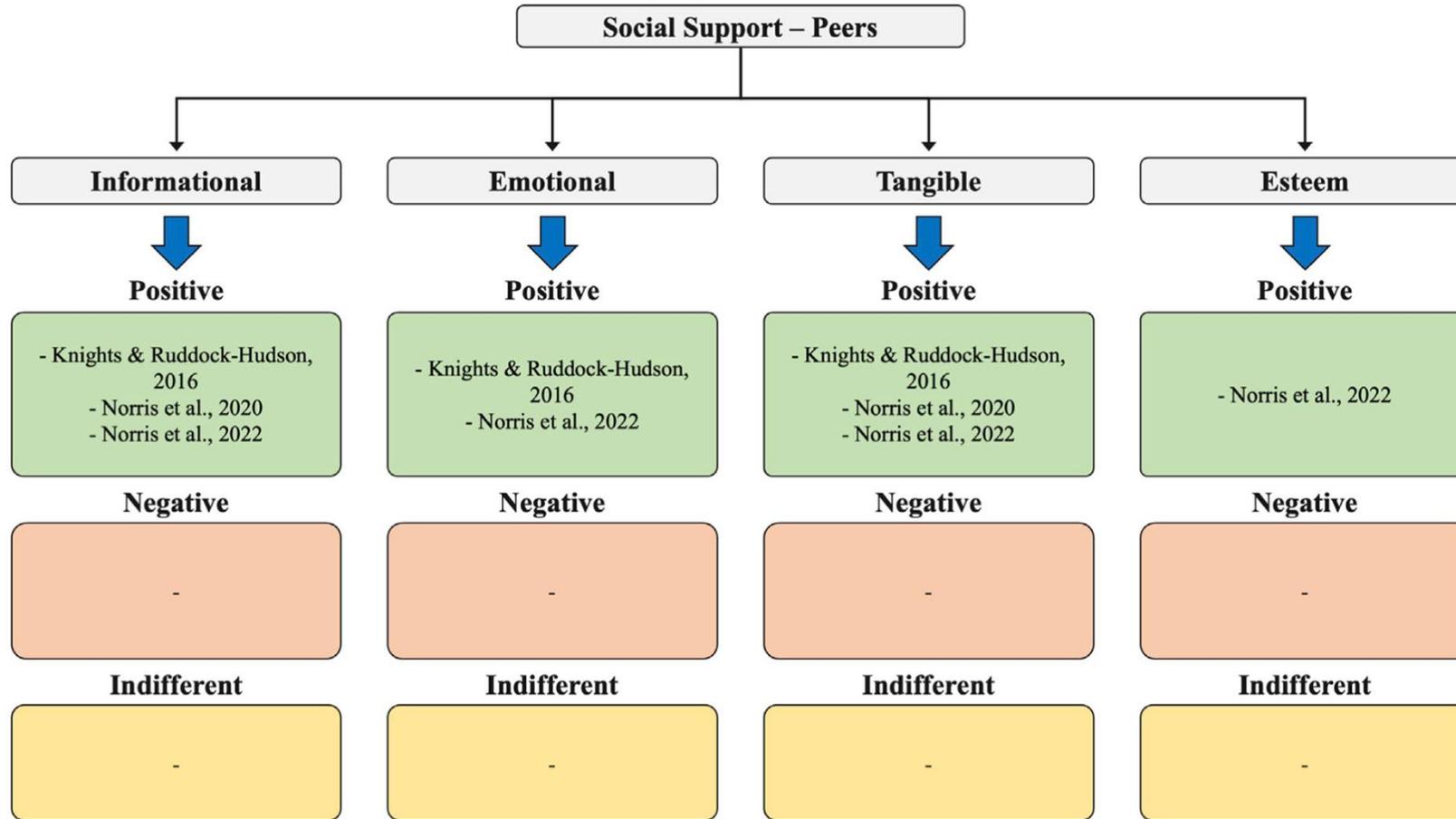
# RESULTADOS

## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura



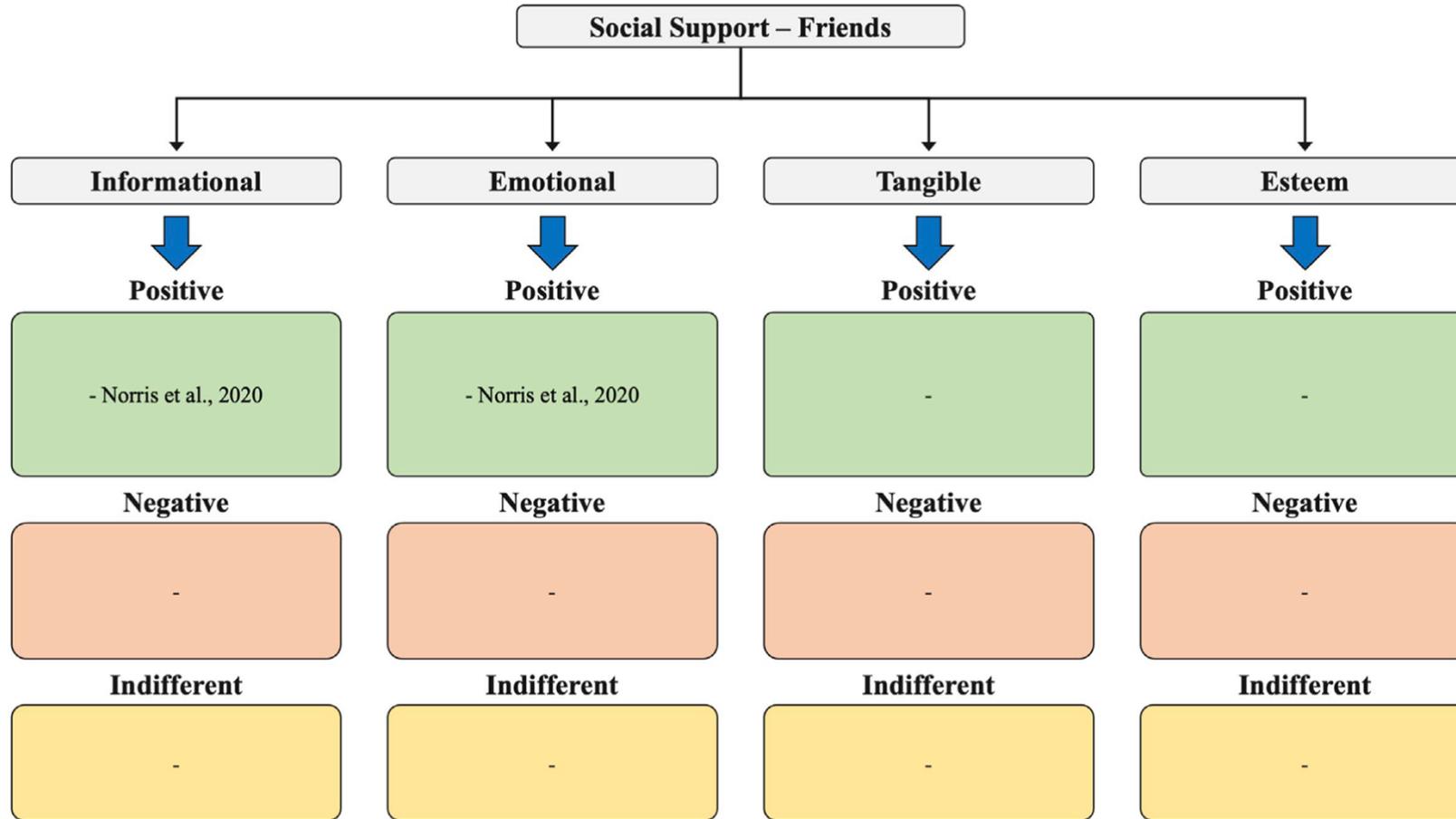
# RESULTADOS

## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura



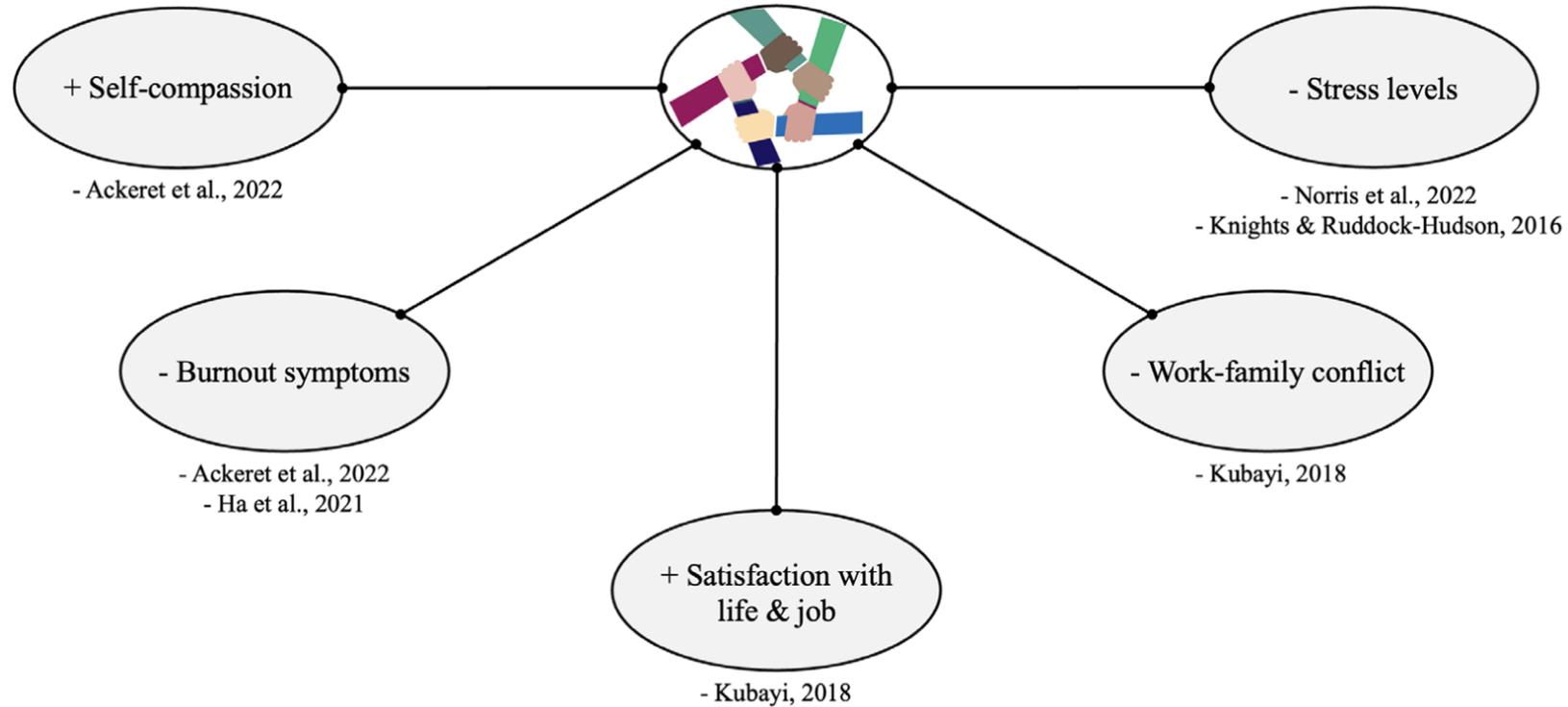
# RESULTADOS

## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura



## Fase I – Revisão Sistemática de Literatura

### Main Effects of Social Support Provided to Sports Coach



## **Fase II (A) – Aplicação de Questionários**

Resultados em análise... 

## **Fase II (B) – Aplicação de Entrevista Semiestruturada**

Resultados em análise... 

## CONCLUSÕES

1

A RSL fornece resultados importantes relativamente aos tipos e níveis de suporte social proporcionados tanto a atletas como a treinadores/as.

2

A rede social de treinadores/as engloba, principalmente, a família, amigos/as, colegas.

3

O suporte social recebido por treinadores/as demonstrou-se fundamental na promoção de vários efeitos positivos.

4

O estudo destaca a necessidade de investimento no suporte social de treinadores/as, promovendo o seu bem-estar.

## Artigo publicado na Frontiers in Psychology


Frontiers in Psychology

TYPE Systematic Review  
 PUBLISHED 24 September 2024  
 doi: 10.3389/fpsyg.2024.1301978

Check for updates

**OPEN ACCESS**

EDITED BY  
 Manuel Gómez-López,  
 University of Murcia, Spain

REVIEWED BY  
 Giuseppe Mannino,  
 Libera Università Maria SS. Assunta, Italy  
 Miguel Pío,  
 University of La Laguna, Spain

\*CORRESPONDENCE  
 Filipe Rodrigues  
 ✉ filipe.rodrigues@pleiria.pt

RECEIVED 25 September 2023  
 ACCEPTED 23 August 2024  
 PUBLISHED 24 September 2024

CITATION  
 Ferreira JG, Rodrigues F, Sobreiro P,  
 Silva M, Santos FJ, Carvalho G,  
 Hernández Mendo A and Rodrigues J (2024)  
 Social support, network, and relationships  
 among coaches in different sports: a  
 systematic review.  
*Front. Psychol.* 15:1301978.  
 doi: 10.3389/fpsyg.2024.1301978

COPYRIGHT  
 © 2024 Ferreira, Rodrigues, Sobreiro, Silva,  
 Santos, Carvalho, Hernández Mendo and  
 Rodrigues. This is an open-access article  
 distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution License \(CC BY\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/). The  
 use, distribution or reproduction in other  
 forums is permitted, provided the original  
 author(s) and the copyright owner(s) are  
 credited and that the original publication in  
 this journal is cited, in accordance with  
 accepted academic practice. No use,  
 distribution or reproduction is permitted  
 which does not comply with these terms.

### Social support, network, and relationships among coaches in different sports: a systematic review

João Gonçalo Ferreira<sup>1,2</sup>, Filipe Rodrigues<sup>3,4,\*</sup>, Pedro Sobreiro<sup>1,2</sup>, Mário Silva<sup>2,5</sup>, Fernando Jorge Santos<sup>2,6,7</sup>, Gonçalo Carvalho<sup>1,2</sup>, António Hernández Mendo<sup>8</sup> and José Rodrigues<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Sport Sciences School of Rio Maior, Polytechnic University of Santarém, Rio Maior, Portugal, <sup>2</sup>Life Quality Research Centre, Santarém, Portugal, <sup>3</sup>ESECS – Polytechnic of Leiria, Leiria, Portugal, <sup>4</sup>Research Center in Sports, Health, and Human Development, Vila Real, Portugal, <sup>5</sup>School of Health Sciences, Polytechnic University of Santarém, Rio Maior, Portugal, <sup>6</sup>School of Education, Polytechnic University of Setúbal, Setúbal, Portugal, <sup>7</sup>Faculty of Human Kinetics, University of Lisbon, Cruz Quebrada, Portugal, <sup>8</sup>Department of Social Psychology, Social Anthropology, Social Work and Social Services, University of Malaga, Málaga, Spain

**Introduction:** The study aims to analyze scientific publications on the association between social networks, social relationships, and social support for sports coaches. It seeks to identify the types and levels of social support provided by various agents, and to understand the impact of this support on coaches' wellbeing. The goal is to help coaches better utilize social support, thereby enhancing their quality of life, work, and performance.

**Methods:** This study systematically reviewed 11 scientific articles to investigate the association between social support, social networks, and social relationships in sports coaches. It aimed to identify the types and levels of social support offered to coaches by family members, peers, and friends. Our research utilized the PRISMA guidelines for systematic reviews and assessed study quality using the STROBE Statement. Eligibility was determined by the PECOS criterion based on the search strategy terms.

**Results:** Our findings indicate that social support has significant positive effects on sports coaches. It enhances self-compassion, prevents burnout symptoms, boosts job and life satisfaction, and reduces stress levels. Organizational support, characterized by clear guidelines, guidance, and autonomy, yielded positive outcomes. Conversely, the absence of social support correlated with negative outcomes for coaches, including lower self-compassion, increased stress and burnout symptoms, reduced job and life satisfaction, and heightened work-family conflict. Coaches' social networks encompassed family members, peers, friends, and other sources, with friends perceived as the most influential. Maintaining an effective social support network is crucial for coaches' performance and psychological wellbeing.

**Discussion:** This systematic review emphasizes the importance of social support for coaches in both their personal and professional lives, noting its positive effects and the negative consequences of its absence. Given the demanding nature of coaching, improving social support systems can enhance coaches' wellbeing and the success of sports activities.

**KEYWORDS**  
 social support, social network, social relationships, sport, coaching

Frontiers in Psychology
01
frontiersin.org

**FIM.**