

**INSTITUTO SUPERIOR MIGUEL TORGA**

**Escola Superior de Altos Estudos**

***Personalidade(s) Emocionalmente Inteligentes:***

**Um estudo do perfil de personalidade e da inteligência emocional  
no atleta de futebol**

**SÓNIA MARIA DE BRITO COSTA**

**Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica – Ramo de  
Especialização em Psicoterapia e Psicologia Clínica**

**Coimbra, 2011**



**Escola Superior de Altos Estudos**

***Personalidade(s) Emocionalmente Inteligentes:***

**Um estudo do perfil de personalidade e da inteligência emocional  
no atleta de futebol**

**SÓNIA MARIA DE BRITO COSTA**

**Dissertação apresentada ao ISMT para Obtenção do Grau de Mestre em  
Psicologia Clínica – Ramo de Especialização em Psicoterapia e Psicologia  
Clínica**

**Orientadora : Professora Doutora Luísa Rolim, Professora Auxiliar Convidada,  
ISMT**

**Coimbra, 2011**

## Agradecimentos

*As palavras tornam-se sempre insuficientes quando com elas queremos dizer o que nos vai para lá da alma, como agora!*

*Às Instituições: Direcção, Funcionários, Treinadores e Atletas que me ajudaram a realizar este estudo, pois sem a sua preciosa ajuda, jamais seria possível!*

*À Professora Doutora LUÍSA ROLIM, um grato reconhecimento pela forma imensurável com que me motivou, e intensamente viveu este projecto, pelo estímulo e entusiasmo, pela disponibilidade sempre revelada, pelo incansável apoio moral e, sobretudo pela amizade; a quem devo a orientação deste trabalho, as ideias e emoções (tantas!) e as inúmeras aprendizagens que me proporcionou!*

*Ao FRANCISCO, pela compreensão, pelas privações passadas, pela ternura sempre manifestada apesar da falta de atenção e ausências, por perceber que isto é um sonho que preciso ver realizado!*

*À minha filha ANA, que me cedeu parte do escasso e precioso tempo a que tem direito, e que lhe costumava dedicar. Cresceu o meu saber, e, cresceu ela em responsabilidade e autonomia, porque foi forçada a desenvolvê-las mais cedo do que seria de esperar!*

*A todos eles aqui deixo um agradecimento que não cabe nas palavras.*

*“Ser lembrado é acima de tudo um agradecimento que deve ser retribuído com um obrigada muito especial, feito de dentro para fora, do coração para o mundo.”*

Vinícius Sales

## RESUMO

Pretendeu-se determinar o Perfil de Personalidade e a Inteligência Emocional percebida em atletas de futebol em função da sua posição de jogo, baseado no Modelo dos Cinco Factores de Costa e McCrae (1987) e no modelo de Inteligência Emocional proposto por Mayer e Salovey (1993). A amostra foi constituída por 170 atletas, do género masculino da modalidade de futebol. Utilizaram-se como medidas de auto-relato, o *Ten Item Personality Inventory* (TIPI), versão portuguesa Lima e Castro (2009) e a *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS24), versão portuguesa de Queirós et al. (2005). A análise estatística foi efectuada através do *Software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 19 para *Windows*. Verificaram-se diferenças estatisticamente significativas na dimensão reparação emocional da Inteligência Emocional, havendo uma média baixa na posição de *guarda-redes*, e uma média elevada na posição de *médio* face às restantes posições de jogo. Também se observaram diferenças estatisticamente significativas no perfil de personalidade dos atletas em concreto, no factor abertura a novas experiências, na posição de médio face às restantes posições, bem como nos factores conscienciosidade, estabilidade emocional e abertura a novas experiências entre os *seniores* e os *subs*, e nos factores conscienciosidade e estabilidade emocional, entre os *seniores* de 1ª liga e os de 2ª liga. O TIPI apresentou baixa consistência interna ( $\alpha = 0,462$ ), e uma análise factorial que vai de encontro aos critérios postulados pelos autores do instrumento, que assim o consideram válido para investigações desta natureza. A TMMS24 apresentou uma elevada consistência interna ( $\alpha=0,890$ ), apresentando ainda boa fiabilidade e validade, apresentando-se como um instrumento adequado e fiável para investigações no âmbito do desporto.

**Palavras-Chave:** Perfil de Personalidade, Inteligência Emocional, Futebol, Atletas, Posições de jogo

## **ABSTRACT**

This study sought to determine the Personality Profile and Perceived Emotional Intelligence in soccer players according to their playing position, based on the Five Factor Model of Costa and McCrae (1987) and in the theoretical model of emotional intelligence proposed by Mayer and Salovey (1993). The sample consisted of 170 male athletes of soccer sport. Were used as measures of self-report, the Ten Item Personality Inventory (TIPI), Lima e Castro (2009) portuguese version, and the Trait Meta-Mood Scale (TMMS24), Queiroz et al. (2005) portuguese version. Statistical analysis was performed by the Statistical Software Package for the Social Sciences (SPSS) in its 19 version for Windows. There werw statistically significant differences in emotional repair dimension of Emotional Intelligence, with a low average in the goalkeeper position, and a high average in the midfielder position, compared to other positions of game. Also observed statistically significant differences in the Personality Profile of the athletes in particular, factor openness to new experiences in the midfielder position compared to other positions, as well as the conscientiousness factors , emotional stability and openness to new experiences factors, between senior and subs, conscientiousness and emotional stability factors among in the 1st league seniors compared to 2nd league seniors. The TIPI showed low internal consistency ( $\alpha = 0.462$ ) and factor analysis that meets the criteria postulated by the instrument authors , so considered it valid for investigations of this nature. The TMMS24 showed a high internal consistency ( $\alpha = 0.890$ ), also having good reliability and validity, presenting itself as a suitable and reliable for research under sports.

**Keywords:** Personality Profile, Emotional Intelligence, Soccer, Athletes, Game Positions

## Índice Geral

<b>Introdução</b> .....	1
<b>Materiais e Métodos</b> .....	8
Questões de Investigação e Hipóteses .....	8
Variáveis Estudadas .....	9
Instrumentos .....	9
Procedimentos.....	10
Participantes.....	11
Perfil dos Participantes.....	12
Propriedades Psicométricas do Instrumento de Avaliação <i>TUPI</i> .....	13
Propriedades Psicométricas do Instrumento de Avaliação <i>TMMS24</i> .....	15
<b>Resultados</b> .....	19
<b>Discussões</b> .....	24
<b>Conclusões</b> .....	29
<b>Referências Bibliográficas</b> .....	31
<b>Apêndices</b> .....	41
<b>Anexos</b> .....	60

## Índice de Quadros

Quadro 1 - Distribuição dos Escalões por Clube .....	12
Quadro 2 - Alpha de Cronbach da Escala <i>TIPI</i> .....	13
Quadro 3 - Matriz de Correlação Inter-Items da Escala <i>TIPI</i> .....	14
Quadro 4 - Análise Factorial: <i>KMO</i> e Teste de Esfericidade de <i>Bartlett</i> .....	14
Quadro 5 - Análise Factorial: Comunalidades - <i>TIPI</i> .....	14
Quadro 6 - Análise Factorial: Variância Total Explicada - <i>TIPI</i> .....	15
Quadro 7 - Análise Factorial: Matriz de Rotação (a) - <i>TIPI</i> .....	15
Quadro 8 - Alpha de Cronbach da Escala <i>TMMS24</i> .....	16
Quadro 9 - Análise Factorial: <i>KMO</i> e Teste de Esfericidade de <i>Bartlett</i> .....	16
Quadro 10 - Análise Factorial: Comunalidades - <i>TMMS24</i> .....	17
Quadro 11 - Análise Factorial: Matriz de Rotação (a) - <i>TMMS24</i> .....	18
Quadro 12 - Matriz de Correlação Inter-Items da Escala <i>TMMS24</i> .....	18
Quadro 13 - Teste de Normalidade de <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	19
Quadro 14 - H1: Teste <i>Kruskal Wallis</i> .....	20
Quadro 15 - H1: Teste <i>Kruskal Wallis</i> .....	20
Quadro 16 - H3: Teste <i>U Mann Whitney</i> .....	21
Quadro 17 - H4: Teste <i>U Mann Whitney</i> .....	21
Quadro 18 - H5: Teste <i>U Mann Whitney</i> .....	22
Quadro 19 - H6: Teste <i>U Mann Whitney</i> .....	22
Quadro 20 - H7: Teste <i>Kruskal Wallis</i> .....	23
Quadro 21 - H8: Teste <i>Kruskal Wallis</i> .....	24

## INTRODUÇÃO

O desporto tem-se demonstrado um veículo eficaz para o desenvolvimento a nível pessoal, social e emocional dos jovens (Morris, Sallybanks, Willis, & Makkai, 2004). Para além do potencial de influenciar o auto-conceito, a prática desportiva promove o desenvolvimento da personalidade e é um alicerce fundamental na construção do carácter.

Algumas fontes empíricas abordam especificamente o desenvolvimento da personalidade e da juventude no envolvimento desportivo (Vallance, Dunn, & Dunn, 2006).

A literatura sugere que a personalidade pode afectar tanto as variáveis de desempenho, quanto os níveis de participação, mas não está claro se a personalidade afecta o envolvimento na actividade física ou se é a prática desportiva que influencia a personalidade (Cervello, Moreno, Villodre, & Iglesias, 2006).

A personalidade tem sido definida como um conjunto de qualidades psicológicas que contribuem para padrões distintos de um indivíduo sentir, pensar e comportar-se (Cervone & Pervin, 2010).

Alguns estudos demonstram que os atletas tendem a apresentar níveis mais altos de extroversão e níveis mais baixos de neuroticismo, comparativamente com amostras normativas (Egan & Stelmack, 2003; Hughes, Case, Stuempfle, & Evans, 2003; Kajtna, Tusak, Baric, & Burnik, 2004; Kirkcaldy, 1982).

Outros estudos incluem diferenças entre atletas de elite e amadores, que competem em diferentes desportos (Allen, Greenless, Lain, & Jones, 2011; Johnson & Morgan, 1981; Morgan & Pollock, 1977; Rhea & Martin, 2010; Sheard & Golby, 2010).

Existem ainda pesquisas, sobre a possibilidade da personalidade predizer o sucesso desportivo (Allen et al., 2011; Egloff & Gruhn, 1996; Gee, Marshall, & King, 2010; Morgan & Johnson, 1978), porém, os estudos (Morgan, O'Connor, Ellickson, & Bradley, 1988; Piedmont, Hill, & Blanco, 1999; Vaeyens, Williams, Lenoir, & Philippaerts, 2008) revelam que não existe um padrão consistente entre as dimensões da personalidade e o rendimento desportivo, uma vez que esta relação

parece ser incompatível, dada a possibilidade de ocorrerem situações adversas e factores externos que o podem influenciar.

Por outro lado, o desempenho desportivo é um processo complexo e dinâmico em que, por exemplo, um único momento de má sorte, uma má decisão do atleta ou um acontecimento inesperado pode alterar o resultado de uma competição de forma dramática. Assim, qualquer tentativa de relacionar a personalidade com o rendimento desportivo global, poderá ser considerado um esforço um pouco irrealista (Aidman & Schofield, 2004; Vealey, 2002).

Desta forma, os autores sugerem que a investigação não deve focalizar os efeitos da personalidade nos resultados, nomeadamente no rendimento desportivo (Ozer & Benet-Martinez, 2006; Poropat, 2009).

No que se refere à avaliação da personalidade, Gosling, Rentfrow, e Swann (2003), desenvolveram o *Ten Item Personality Inventory* (TIPI), adaptada para Portugal por Lima e Castro (2009). Trata-se de uma medida breve de auto relato composta por 10 *itens* de avaliação da personalidade baseada no modelo dos Cinco Grandes Factores de Costa e McCrae (1987). Este modelo é substancialmente descritivo, hierárquico e com ênfase no aspecto taxonómico, ou seja, defende que a personalidade seja dividida num número menor de construções fundamentais e que cada factor seja tido em conta na sua estrutura, classificada em cinco factores característicos: extroversão, afabilidade, estabilidade emocional, conscienciosidade e abertura à experiência (Bucik, Boben, & Hrusevar-Bobek, 1997; Costa & McCrae, 1987; Grant & Langan-Fox, 2006; Gosling et al, 2003; Macdonald, Bore, & Munro, 2008; Pervin & John 1997; Rovik et al., 2007). Passemos à breve descrição de cada um dos cinco factores, de acordo com os autores mencionados:

I - Extroversão: refere-se à quantidade e intensidade da interacção social, nível de actividade, necessidade de estimulação externa e recurso de alegria. Um indivíduo com níveis elevados neste factor pode ser descrito como sociável, activo, comunicativo, assertivo, optimista e caloroso. Um indivíduo com baixos níveis, é descrito como insociável, calmo, reservado, introvertido, equilibrado, sério, distante, e orientado para a tarefa;

II - Afabilidade: refere-se à qualidade de orientação interpessoal ao longo de

um continuum de piedade e compaixão para com os outros, revelando antagonismo nos pensamentos, emoções e acções. Um indivíduo com níveis elevados neste factor pode ser descrito como resiliente, simples, honesto, altruísta, sensível e de confiança, já no pólo oposto, é visto como narcisista, rude, irritado, desconfiado, vingativo, implacável, não cooperativo e manipulador;

III - Conscienciosidade: descreve o indivíduo como sendo orientado para a tarefa, por objectivos, e com controlo dos impulsos. Um indivíduo com níveis elevados neste factor é conhecido como organizado, com senso de dever, auto-disciplinado, pontual, escrupuloso, asseado, educado, atencioso, ambicioso, comprometido e perseverante. No pólo inverso o indivíduo é visto como não confiável, preguiçoso, descuidado, negligente, imprudente, indiferente, sem força de vontade inerte, hedonista, sem rumo e sem aspirações;

IV - Estabilidade Emocional (Neuroticismo): descreve indivíduos que tendem a sentir emoções negativas (ansiedade, amargura, tristeza), ideias irreais e excessivas, anseios e impulsos, com tendência para o *stress*, e com estratégias de confronto mal-adaptativas. Um indivíduo com altos níveis neste factor é referido como ansioso, impulsivo, hostil, irrequieto, muito emocional, vulnerável, inseguro, não confiável, insuficiente, e frequentemente hipocondríaco e depressivo. No pólo oposto, o indivíduo é referido como calmo, relaxado, pouco emocional, resistente, seguro e com auto-estima;

V - Abertura à Experiência: refere-se ao indivíduo que avalia a busca pró-activa e a valorização da experiência para o seu próprio bem, a tolerância para a exploração do conhecido e do desconhecido; por outras palavras, avalia a largura, profundidade e complexidade do próprio "mundo espiritual" e experiência de vida. Um indivíduo com altos níveis neste factor é descrito como curioso, interessado, criativo, operacional, imaginativo e não-convencional. No pólo oposto é descrito como tradicional, limitado, conformado e não interessado em explorar.

Na avaliação dos perfis de personalidade, alguns autores (Allik, Laidra, Realo, & Pullman, 2004; McCrae et al., 2002) revelam que a utilização de medidas de auto-relato em jovens, pode fornecer resultados estruturalmente válidos nos cinco grandes factores da personalidade, mas, empiricamente ligados a baixos níveis de

estabilidade emocional e conscienciosidade, os quais se vão alterando consoante as construções que vão efectuando no seu crescimento, bem como nas suas vivências.

Outros estudos (Buchanan & Smith, 1999; Gosling, Potter, Christopher, & Oliver, 2008; McGraw, Tew, & Williams, 2000; Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling, & Potter, 2002; Skitka & Sargis, 2006) revelam que a avaliação dos perfis de personalidade detecta mais diferenças entre os entre 10 e os 14 anos, do que em idades posteriores, evidenciando resultados semelhantes em adolescentes, jovens adultos e adultos, reiterando, que o final da infância e início adolescência, são períodos fundamentais para o desenvolvimento da capacidade de análise sobre a própria personalidade.

Sendo certo que a natureza competitiva do desporto pode desencadear uma série de emoções, que vão desde leve a intensa (Botterill & Brown, 2002; Jones, Hanton, & Connaughton, 2007) e que são consideradas essenciais para o desempenho, vamos de encontro ao postulado por Lazarus (1991, 2000) que ao propor uma estrutura hierárquica de emoções, referiu que um objectivo mais forte e mais importante poderá desencadear intensas emoções.

Em contrapartida, a intensidade emocional pode variar e depende de factores individuais e situacionais, e, neste sentido, alguns investigadores postulam que os atletas precisam de desenvolver aptidões para reconhecer e gerir as suas próprias emoções (Botterill & Brown, 2002; Gaudreau, Nicholls, & Levy, 2010; Hanin, 2000; Jones, 2003, 2007; Meyer & Fletcher, 2007; Silvério & Srebro, 2008).

A regulação e gestão das emoções pode relacionar-se estreitamente com o construto de inteligência emocional de Salovey e Mayer (1990), que remete para a capacidade de gerir emoções e usá-las para orientar novos pensamentos e acções. Neste sentido, alguns estudos (Parker, Summerfeldt, Hogan, & Majeski, 2004; Slaski & Cartwright, 2004; Zeidner, Matthews, & Roberts, 2004), revelaram a eficácia da inteligência emocional numa variedade de domínios, corroborando alguns estudos de meta-análise (Schutte, Malouff, Thorsteinsson, Bhullar, & Rooke 2007; Van Rooy & Viswesvaran, 2004), que postularam a utilidade da inteligência emocional no desempenho laboral, sendo este o ponto de partida para que alguns investigadores

(Meyer & Fletcher, 2007; Meyer & Zizzi, 2007) desenvolvessem estudos sobre inteligência emocional no âmbito do desporto.

De acordo com estudos mais recentes (Lane, Thelwell, Lowther, & Devonport, 2009; Thelwell, Lane, Weston, & Greenlees, 2008), o atleta plenamente consciente das suas próprias emoções e com capacidade de as regular, através da utilização de competências psicológicas, pode guiar-se pela crença positiva e desejo de sucesso, uma vez que os indivíduos emocionalmente inteligentes tendem a enfrentar com mais sucesso a percepção, avaliação e gestão das suas emoções

Assim sendo, o estudo e desenvolvimento da inteligência emocional pode ser um elemento importante no desporto e no desempenho dos atletas (Lane et al., 2009; Meyer & Fletcher, 2007; Meyer & Zizzi, 2007; Thelwell et al., 2008).

Para Silvério e Srebro (2008), o atleta deve treinar para alcançar o controlo emocional, e assim atingir a sua capacidade máxima, referindo mesmo que um atleta não acederá a um alto nível, em qualquer desporto, sem controlo emocional.

Desde o modelo teórico de Mayer e Salovey (1993) que a inteligência emocional é conhecida como uma inteligência genuína, baseada no uso adaptativo das emoções, de forma a que o indivíduo possa solucionar problemas, e adaptar-se ao meio que o rodeia.

Este modelo hierárquico abarca um conjunto de aptidões desde os processos psicológicos mais básicos (percepção das emoções com exactidão), até aos mais complexos (regulação de emoções e promoção do crescimento emocional e intelectual), considerando-se que são necessárias as habilidades mais básicas para aceder às mais complexas.

O modelo de Mayer e Salovey (1993), revestiu-se de maior rigor científico, desde a sua publicação em 1997, data em que a inteligência emocional se tornou conhecida como a capacidade para perceber, valorizar e expressar emoções com exactidão; a capacidade para aceder e gerar sentimentos que facilitem o pensamento; a capacidade para entender a emoção e o conhecimento emocional; e a capacidade para regular as emoções e promover o crescimento emocional e intelectual (Mayer & Salovey, 1997).

Mais especificamente, e de acordo com alguns autores (Mayer & Salovey, 1997; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, e Palfai, 1995; Salovey, Stroud, Woolery, Epel, 2002; Fernández-Berrocal, Extremera, & Ramos, 2004; Queirós, Fernández-Berrocal, Extremera, Carral, & Queirós, 2005), as aptidões que compõem o modelo são: I - A percepção, avaliação e expressão das emoções: esta aptidão faz referência à exactidão com que os indivíduos podem identificar as sensações fisiológicas e cognitivas que as emoções compõem (as emoções podem ser reconhecidas noutras pessoas e objectos, obras de arte, músicas, etc), incluindo a capacidade de as expressar de forma adequada;

II - A emoção como facilitadora do pensamento: refere-se a emoções que actuam sobre o pensamento e sobre a forma de processar a informação; essas emoções vão determinar e melhorar o pensamento, porque dirigem a atenção dos indivíduos para a informação importante. As variações emocionais vão permitir que o indivíduo adopte diferentes pontos de vista e múltiplas perspectivas dos seus problemas;

III - O conhecimento emocional: diz respeito à capacidade para compreender emoções incluindo a capacidade para as catalogar (significado) e relacionar com o seu sentido. Enfatiza também a habilidade para compreender emoções complexas, assim como aquelas que se produzem de modo simultâneo;

IV - A regulação das emoções: trata-se do processo emocional de maior complexidade e abarca a capacidade para estar aberto e disponível às emoções, tanto positivas como negativas, enfatizando a aptidão para gerir as emoções, moderando as negativas e aumentando as positivas sem reprimir ou exagerar a informação que elas contêm.

Sendo este modelo constituído por diferentes aptidões, permite desenvolver programas bem estruturados que permitam a sua fácil aplicação, seguimento e avaliação de forma a obter mais sentido, rigor e coerência (Salovey et al, 1995; Mayer & Salovey, 1997; Mayer, Roberts, & Barsade 2008).

Neste sentido Salovey et al. (1995), na versão portuguesa de Queirós et al. (2005), desenvolveram a *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS24), uma medida de auto-relato da inteligência emocional percebida, composta por 24 itens que avalia as

diferenças individuais relativamente estáveis, na tendência que as pessoas têm para lidar com os seus estados emocionais e emoções, fazer a distinção clara entre eles, e regulá-los mediante as três dimensões da inteligência emocional percebida em 3 subescalas:

I - Atenção às emoções, que caracteriza o grau com que os indivíduos acreditam prestar às suas emoções;

II - Clareza de sentimentos, que se refere à forma como os indivíduos acreditam perceber as suas emoções;

III - Reparação do estado emocional, que caracteriza a capacidade que o indivíduo tem de acreditar na sua capacidade para interromper os estados emocionais negativos e prolongar os positivos.

Quando os atletas participam na competição desportiva, as suas características de personalidade subjacentes contribuem inevitavelmente para a forma como experienciam as emoções e como se comportam (Allen et al., 2011).

No que diz respeito à interacção entre a inteligência emocional e a personalidade, é possível encontrar dados e argumentos para uma relação fechada (Goleman, 1995; Schulte, Ree, & Carretta, 2004), moderada (Brackett & Mayer, 2003; Ciarrochi, Chan, & Caputi, 2000; Lopes, Salovey, & Strauss, 2003) ou baixa (Bar-On, 2006; Mayer, Salovey, & Caruso, 2000). Esta relação tem sido muito discutida na literatura pertinente, mas o grau de relacionamento depende das medidas utilizadas para as avaliar (Brackett & Mayer, 2003; Ciarrochi et al., 2000; Lopes et al., 2003).

O estudo da personalidade e da inteligência emocional, como descrito na revisão da literatura que realizámos, é, por si só, um tema complexo, pois envolve a própria natureza humana, bem como as suas relações internas/externas e contextos. Para Tuckman (2002), as qualidades emocionais são demasiado díspares para poderem ser mensuráveis pelo mesmo padrão.

Considerando essas disparidades, achamos necessário realizar investigações holísticas, e neste sentido, dada a escassez de literatura, considerámos pertinente, empreender uma análise dos perfis de personalidade em atletas de futebol, em função da sua posição de jogo, com base no Modelo dos Cinco Grandes Factores da Personalidade de Costa e McCrae (1987), bem como da inteligência emocional,

através do Modelo de Salovey e Mayer (1993). Ambicionamos, assim, gerar um conhecimento até aqui pouco explorado, servindo de ferramenta de suporte para investigações futuras que pretendemos levar a cabo.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Percorrer uma série de etapas é uma exigência de qualquer trabalho de investigação, pelo que organizámos esta secção da seguinte forma: tipo de estudo, questões de investigação e hipóteses, variáveis, instrumentos de recolha de dados, procedimentos, e participantes. Esta investigação seguiu uma metodologia quantitativa e não experimental. Segundo Almeida e Freire (2000), é **não experimental**, porque não há manipulação das variáveis independentes e não existe controlo nas diferenças inter-individuais, ou seja, os investigadores colhem os dados sem introduzir quaisquer tratamentos ou mudança.

### **Questões de Investigação e Hipóteses:**

Para Fortin (1999), as questões de investigação são enunciados interrogativos, precisos, escritos no presente, e que incluem habitualmente, uma ou duas variáveis, assim como a descrição da população estudada. Desta forma, estabeleceram-se como objectivos gerais de investigação, saber:

1<sup>a</sup>) - Quais os perfis de personalidade dos atletas, em função da sua posição de jogo? 2<sup>a</sup>) - Quais os níveis de inteligência emocional dos atletas, em função da sua posição de jogo?

Tendo em conta as questões alvo de estudo, a fundamentação teórica e a convicção que o perfil de personalidade e os níveis de inteligência emocional percebida podem ser influenciados por variáveis de cariz desportivo, formulámos as seguintes hipóteses:

Hipótese 1 (H1) – Existem diferenças nas dimensões da inteligência emocional dos atletas, em função do período de treino;

Hipótese 2 (H2) – Existem diferenças nos factores do perfil de personalidade dos atletas, em função do período de treino;

Hipótese 3 (H3) – Existem diferenças nas dimensões da inteligência emocional dos atletas, consoante sejam seniores ou pertençam a escalões inferiores;

Hipótese 4 (H4) – Existem diferenças nos factores do perfil de personalidade dos atletas, consoante sejam seniores ou pertençam a escalões inferiores;

Hipótese 5 (H5) – Existem diferenças nas dimensões da inteligência emocional dos atletas, consoante sejam seniores da 1ª divisão ou seniores da 2ª divisão;

Hipótese 6 (H6) – Existem diferenças nos factores do perfil de personalidade dos atletas, consoante sejam seniores da 1ª divisão ou seniores da 2ª divisão;

Hipótese 7 (H7) – Existem diferenças nos factores do perfil de personalidade dos atletas, em função da sua posição de jogo;

Hipótese 8 (H8) – Existem diferenças nas dimensões da Inteligência Emocional dos atletas, em função da sua posição de jogo.

#### **Variáveis estudadas:**

Com base na fundamentação teórica, e atendendo aos objectivos do nosso estudo, às características da população e às questões de investigação, seleccionámos as variáveis que consideramos mais pertinentes, e que assumem, com base nas hipóteses por nós formuladas: perfil de personalidade e a inteligência emocional percebida, mês de nascimento, idade, habilitações literárias, estado civil, anos de prática de futebol, escalão competitivo, posição de jogo, frequência de treinos semanais, período de treinos, duração dos treinos, e tempo gasto nas deslocações para os treinos.

#### **Instrumentos:**

Para a mensuração das variáveis em estudo, utilizaram-se como instrumentos de colheita de dados: **a) - *Questionário Sócio-Demográfico e de Prática Desportiva*** (Apêndice A8), desenvolvido especificamente para a idade, estado civil, habilitações literárias, agregado familiar, escalão de competição e divisão competitiva. Procurou-se, também, no mesmo questionário, obter informações sobre a carreira desportiva dos atletas nomeadamente: anos de prática, posição de jogo, número de treinos semanais, tempo gasto nas deslocações para o treino, duração do treino e período do treino (manhã, tarde, ou noite);

**b) - *Ten Item Personality Inventory (TIPI)***, (Gosling et al., 2003); versão portuguesa: Inventário de Personalidade de Dez Itens (Lima & Castro, 2009): é uma

escala breve de avaliação da personalidade baseada no modelo dos Cinco Grandes Factores de Costa e McCrae (1987), composta por 10 itens que são avaliados através de uma escala tipo *likert* de 7 pontos, que varia desde 1 = Discordo totalmente a 7 = Concordo totalmente (Anexo 1). Contém dois itens para cada um dos cinco factores que são: Abertura a Novas Experiências, Afabilidade, Conscienciosidade, Estabilidade Emocional e Extroversão;

c) - *Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)*, (Salovey et al, 1995) na versão portuguesa (Queirós et al., 2005): é uma medida de auto-relato da inteligência emocional percebida, composta por 24 itens que são avaliados através de uma escala tipo *likert* de 5 pontos, que varia desde (1) “discordo totalmente” a (5) “concordo plenamente”(Anexo 2). Esta medida avalia, as diferenças individuais, relativamente estáveis, na tendência que as pessoas têm para lidar com os seus estados emocionais e emoções, em 3 subescalas: I - Atenção às emoções, que caracteriza a crença dos indivíduos nas suas emoções (itens 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8); II - Clareza de sentimentos, que se refere à forma como os indivíduos acreditam perceber as suas emoções (itens 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16); III - Reparação do estado emocional, que caracteriza a crença que o indivíduo tem para acreditar na sua capacidade de interromper os estados emocionais negativos e prolongar os positivos (itens 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24). Os coeficientes de *alpha* de Cronbach para as subescalas da versão portuguesa são : ATENÇÃO às emoções = 0,80 (universitários), 0,88 (idosos); CLAREZA de sentimentos = 0,79 (universitários), 0,83 (idosos); REPARAÇÃO do estado emocional = 0,85 (universitários), 0,92 (idosos).

### **Procedimentos:**

Na sequência dos pedidos efectuados aos autores dos instrumentos (Apêndices A4 e A5), bem como à direcção das instituições para realização do estudo (Apêndices A6, A7) , e após a sua anuência (Anexos 3, 4, 5 e 6), procedemos a um estudo prévio sobre a constituição das diferentes equipas, a fim de seleccionar a amostra pretendida, seguido de uma planificação, com os horários dos diferentes treinos, de forma a empreendermos uma recolha de dados estruturada, rápida e eficaz.

A fim de não prejudicar as rotinas dos participantes, contámos com o apoio dos treinadores de cada equipa que procederam à entrega e recolha dos instrumentos; esta estratégia, permitiu administrar os questionários em apenas dois meses. Aquando da administração, apresentámos os objectivos do estudo numa carta anexa aos questionários (Apêndice A8), e obtivemos o consentimento informado dos participantes ou dos seus encarregados de educação, no que diz respeito aos menores de idade. O tempo médio de resposta foi de 20 minutos. Para a análise estatística recorremos ao *Software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), na versão 19 para *Windows*. Calculámos os índices *Alpha (a) de Cronbach* uma vez que pretendemos verificar a consistência interna dos itens. Procedemos, também, à correlação inter-itens e análise factorial, de forma a observar as propriedades psicométricas dos instrumentos. Utilizámos o teste de *Kolmogorov-Smirnov* para avaliar a normalidade da distribuição, o teste *U Mann Whitney* e o teste de *Kruskal Wallis* para testar as hipóteses sob investigação.

### **Participantes:**

A amostra foi constituída por 170 atletas da modalidade de futebol, voluntários, cuja média de idade se situou nos 18,50 anos, com um mínimo de 13 e um máximo de 33 anos. Todos os participantes eram do género masculino. Os constituintes da amostra pertenciam a três clubes das regiões centro e norte do País designados como clubes A, T e P, sendo que 88,2% da amostra estava integrado, nas divisões principais do campeonato nacional da respectiva modalidade (Clube A e P) e 11,8% se enquadrava num nível competitivo com a designação atribuída pela Federação Portuguesa de Futebol como 2ª Divisão Nacional Centro (Clube T). Ao nível da posição de jogo, 18 indivíduos (10,6%) ocupavam a posição de guarda-redes; 28 indivíduos (16,5%) eram defesa central; 26 indivíduos (15,3%) eram defesa lateral; 46 indivíduos (27,1%) eram médio centro; 30 indivíduos (17,6%) eram médio ala e 22 indivíduos (12,9%) eram ponta de lança.

Dos participantes, conforme constatado no Quadro 1, pertenciam ao clube (A) os escalões Sub-15, Sub-16, Sub-17, Sub-19 e Sénior ; ao clube (P) os escalões Sub-16, Sub-17 e Sub-19, e ao clube (T) o escalão Sénior. No que se refere ao escalão

competitivo, 8,8 % do total da amostra pertencia ao escalão Sub-15; 20,6 % escalão Sub-16; 20,0 % escalão Sub 17; 23,5 % escalão Sub 19 e 27,1% escalão sénior. Relativamente ao escalão sénior, 15,3% pertencia à divisão principal do campeonato nacional e 11,8% eram relativos à segunda divisão. Dentro dos clubes, verificámos que a totalidade dos atletas do Clube (T) era senior da 2ª divisão, no Clube (P) 37,7% era juvenil (Sub-17) e 35,8% Juvenil (Sub-16). No clube (A), 26,8% era sénior da 1ª divisão, sendo a mesma percentagem da amostra dos jogadores deste clube, junior (Sub-19).

### Quadro 1

*Distribuição dos escalões por clube*

Escalão Actual	Clube							
	A		T		P		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Iniciados (sub15)	15	15,5%	0	0,0%	0	0,0%	15	8,8%
Juvenis (sub16)	16	16,5%	0	0,0%	19	35,8%	35	20,6%
Juvenis (sub17)	14	14,4%	0	0,0%	20	37,7%	34	20,0%
Juniões (sub19)	26	26,8%	0	0,0%	14	26,4%	40	23,5%
Seniores 2ª Divisão	0	0,0%	20	100,0%	0	0,0%	20	11,8%
Seniores 1ª Liga	26	26,8%	0	0,0%	0	0,0%	26	15,3%
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0%</b>	<b>20</b>	<b>100,0%</b>	<b>53</b>	<b>100,0%</b>	<b>170</b>	<b>100,0%</b>

**Perfil dos Participantes (Apêndice A1): Guarda-Redes** - Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas apresentaram atenção adequada (66,7%), clareza adequada (94,4%) e reparação adequada (88,9%). Como Perfil de Personalidade, evidenciaram um nível médio alto (38,9%) e alto (38,9%) de extroversão, nível médio alto (38,9%) de afabilidade, nível médio alto (50,0%) de conscienciosidade, nível médio baixo (61,1%) de estabilidade emocional e de abertura a novas experiências;

**Defesa Central:** Quanto ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas revelaram atenção adequada (53,6%), clareza adequada (78,6%) e reparação adequada (75,0%). Como Perfil de Personalidade, evidenciaram um nível médio alto (32,1%) e alto (38,9%) de extroversão, nível médio alto (46,4%) de afabilidade, nível médio alto (42,9%) de conscienciosidade, nível médio alto (46,4%) de estabilidade emocional, e nível médio baixo (39,3%) de abertura a novas experiências;

**Defesa Lateral:** Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas exibiram atenção adequada (57,7%), clareza adequada (73,9%) e reparação adequada (53,8%). Como Perfil de Personalidade, revelaram um nível médio alto (46,2%) de extroversão, nível médio alto (65,4%) de afabilidade, nível médio alto (50,5%) de

conscienciosidade, nível médio alto (38,5%) de estabilidade emocional, e nível médio baixo (38,5%) de abertura a novas experiências;

**Médio Centro:** Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas evidenciaram atenção adequada (50,0%), uma clareza adequada (67,4%) e uma reparação adequada (71,7%). Como Perfil de Personalidade, caracterizaram-se por um nível médio alto (34,8%) de extroversão, nível médio alto (50,0%) de afabilidade, nível médio alto (58,7%) de conscienciosidade, nível médio baixo (50,0%) de estabilidade emocional, e nível médio alto (47,8%) de abertura a novas experiências;

**Médio Ala:** Quanto ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas apresentaram atenção adequada (50,0%), clareza adequada (73,3%) e reparação adequada (56,7%). Como Perfil de Personalidade, revelaram um nível alto (43,3%) de extroversão, nível alto (36,7%) de afabilidade, nível médio alto (40,0%) de conscienciosidade, nível médio baixo (36,7%) de estabilidade emocional e nível alto (40,0%) de abertura a novas experiências;

**Ponta de Lança:** No que respeita à Inteligência Emocional, estes atletas exibiram atenção adequada (59,1%), clareza adequada (72,7%) e reparação adequada (68,2%). Como Perfil de Personalidade, apresentaram um nível médio baixo (36,4%) de extroversão, nível médio alto (36,4%) de afabilidade, nível médio alto (40,9%) de conscienciosidade, nível médio baixo (54,5%) de estabilidade emocional, nível baixo (45,5%) de abertura a novas experiências.

### Propriedades Psicométricas do Instrumento de Avaliação TIPI:

Pela análise do Quadro 2, podemos verificar que a escala TIPI apresenta fraca consistência interna ( $\alpha=0,462$ ).

#### Quadro 2

*Alpha de Cronbach da Escala TIPI*

			<b>0,462</b>
	<b>Alpha de Cronbach (Total)</b>		
	<b>Média da Escala se item eliminado</b>	<b>Variância da Escala se item eliminado</b>	<b>Alpha de Cronbach se item Eliminado</b>
Extroversão	21,2959	6,174	0,462
Afabilidade	20,5710	7,947	0,443
Conscienciosidade	20,6183	6,566	0,332
Estabilidade Emocional	21,8314	7,393	0,464
Abertura a Novas Experiências	20,9852	6,757	0,327

Observamos uma diminuição do *Alpha* se os itens “Conscienciosidade” e “Abertura a Novas Experiências” forem eliminados, tal como apresentado no Quadro 3, no qual podemos observar baixos níveis de correlação entre todas as Dimensões da Escala.

### Quadro 3

Matriz de Correlação Inter-Items da Escala TIPI

	Extroversão	Afabilidade	Conscienciosidade	Estabilidade Emocional	Abertura a Novas Experiências
Extroversão		-0,005	0,190	-0,050	0,368
Afabilidade	-0,005		0,195	0,204	0,069
Conscienciosidade	0,190	0,195		0,204	0,247
Est.Emocional	-0,050	0,204	0,204		0,118
A.N. Experiências	0,368	0,069	0,247	0,118	

Ao nível da Análise Factorial, há correlação entre as variáveis, de acordo com o Teste de *Esfericidade de Bartlett* ( $p < 0,01$ ), contudo observa-se um *KMO* de 0,591 (que compara as correlações simples com as parciais observadas entre as variáveis), o que indica um grau de variância comum baixo, mas não impeditivo de continuar a análise factorial (Quadro 4).

### Quadro 4

Análise Factorial: *KMO* e Teste de *Esfericidade de Bartlett*

<b>KMO</b>		0,591
<b>Teste de Esfericidade de Bartlett</b>	<b>Qui-Quadrado Aproximado</b>	198,684
	<i>G</i>	45
	<i>P</i>	0,000

Verificamos relativamente às comunalidades (Quadro 5), que, com excepção do item *rTIPI2*, os restantes explicam, pelo menos, metade da variância das variáveis originais ( $> 0,5$ ).

### Quadro 5

Análise Factorial: *Comunalidades - TIPI*

	Inicial	Extracção
TIPI1	1,000	,625
rTIPI2	1,000	,404
TIPI3	1,000	,654
rTIPI4	1,000	,611
TIPI5	1,000	,532
rTIPI6	1,000	,675
TIPI7	1,000	,543
rTIPI8	1,000	,791
TIPI9	1,000	,701
rTIPI10	1,000	,541

Relativamente à análise dos *Eigenvalues* e segundo o critério da Raíz Latente ( $p > 1.0$ ), verificamos a existência de 4 factores representativos de cerca de 60% da variância total (Quadro 6). De forma a compreender que variáveis estão associadas a cada factor, optou-se pelo uso da *Rotação Varimax com Normalização de Kaiser*.

### Quadro 6

Análise Factorial: Variância Total Explicada - TIPI

Componentes	Eigenvalues Iniciais			Extracção da Soma dos Quadrados das Cargas			Rotação da Soma dos Quadrados das Cargas		
	Total	% da Variância	% Cumulativa	Total	% da Variância	% Cumulativa	Total	% da Variância	% Cumulativa
1	2,140	21,397	21,397	2,140	21,397	21,397	1,681	16,814	16,814
2	1,552	15,521	36,918	1,552	15,521	36,918	1,504	15,041	31,855
3	1,340	13,397	50,315	1,340	13,397	50,315	1,504	15,036	46,891
4	1,045	10,449	60,764	1,045	10,449	60,764	1,387	13,873	60,764
5	,853	8,528	69,292						
6	,840	8,397	77,688						
7	,688	6,885	84,573						
8	,632	6,316	90,890						
9	,479	4,790	95,680						
10	,432	4,320	100,000						

Pela análise das cargas factoriais de cada item (Quadro 7), podemos distribuir os itens rTIPI6 e rTIPI10, na componente 1, os itens rTIPI4, rTIPI2 e TIPI9, na componente 2, os itens TIPI5, TIPI1 e TIPI3, na componente 3, e os itens rTIPI8 e TIPI7, na componente 4.

### Quadro 7

Análise Factorial: Matriz de rotação (a) - TIPI

	Componentes			
	1	2	3	4
rTIPI6	0,788	0,013	0,219	-0,080
rTIPI10	0,674	0,172	0,067	0,229
rTIPI4	0,333	0,692	-0,142	-0,043
rTIPI2	-0,002	0,627	-0,086	-0,058
TIPI9	-0,411	0,604	0,360	0,195
TIPI5	0,102	-0,085	0,717	-0,015
TIPI1	0,463	-0,255	0,587	0,025
TIPI3	0,100	0,391	0,559	0,422
rTIPI8	0,260	0,029	-0,193	0,828
TIPI7	-0,154	-0,115	0,291	0,649

Método de Extração: Análise de Componentes Principais ; Método de Rotação: Varimax com Normalização Kaiser; (a) Rotação convergiu em 21 interações.

### Propriedades Psicométricas do Instrumento de Avaliação TMMS24:

Pela análise do Quadro 8, podemos verificar que a escala TMMS apresenta uma elevada consistência interna ( $\alpha=0,890$ ), apresentando as dimensões isoladas,

níveis de consistência interna um pouco mais baixos face ao *alpha* dos 24 itens, sendo a dimensão “Reparação do Estado Emocional” a que apresenta a consistência interna mais baixa, apesar de elevada ( $\alpha=0,818$ ). Contudo, não se observa grande variabilidade no *alpha*, quando há eliminação dos itens.

### Quadro 8

*Alpha de Cronbach da Escala TMMS 24*

<b>Alpha de Cronbach TMMS (N itens=24)</b>			<b>0,890</b>
	<b>N Itens</b>	<b>Alpha de Chronbach</b>	<b>Alpha de Cronbach se item Eliminado</b>
<i>Atenção às Emoções</i>	8	0,861	0,872
<i>Clareza de Sentimentos</i>	8	0,836	0,859
<i>Reparação do Estado Emocional</i>	8	0,818	0,863

Ao nível da correlação inter-itens observada (Apêndice A2), podemos observar em geral, correlações fracas entre os itens, contudo, entre os itens que formam as categorias, a correlação tende a fortalecer, diminuindo quando comparados com itens de outras categorias.

Quanto à Análise Factorial, há correlação entre as variáveis pelo Teste de *Esfericidade de Bartlett* ( $p < 0,01$ ); contudo, observa-se um *KMO* de 0,866 (que compara as correlações simples com as parciais observadas entre as variáveis), o que indica um bom grau de variância comum, permitindo continuar a análise factorial (Quadro 9).

### Quadro 9

*Análise Factorial: KMO e Teste de Esfericidade de Bartlett*

<b>KMO</b>		<b>0,866</b>
<i>Teste de Esfericidade de Bartlett</i>	<i>Qui-Quadrado Aproximado</i>	1817,193
	<i>GI</i>	276
	<i>P</i>	0,000

Relativamente às comunalidades (Quadro 10), verificámos que, com excepção do item 14 da TMMS, todos os restantes itens explicaram, pelo menos metade da variância das variáveis originais ( $> 0,5$ ).

**Quadro 10***Análise Factorial: Comunalidades – TMMS 24*

	<b>Inicial</b>	<b>Extracção</b>
TMMS24.1	1,000	0,762
TMMS24.2	1,000	0,684
TMMS24.3	1,000	0,713
TMMS24.4	1,000	0,718
TMMS24.5	1,000	0,550
TMMS24.6	1,000	0,672
TMMS24.7	1,000	0,770
TMMS24.8	1,000	0,706
TMMS24.9	1,000	0,756
TMMS24.10	1,000	0,734
TMMS24.11	1,000	0,729
TMMS24.12	1,000	0,552
TMMS24.13	1,000	0,589
TMMS24.14	1,000	0,433
TMMS24.15	1,000	0,520
TMMS24.16	1,000	0,623
TMMS24.17	1,000	0,654
TMMS24.18	1,000	0,655
TMMS24.19	1,000	0,622
TMMS24.20	1,000	0,646
TMMS24.21	1,000	0,611
TMMS24.22	1,000	0,634
TMMS24.23	1,000	0,573
TMMS24.24	1,000	0,636

Método de Extração: Análise de Componentes Principais

Quanto à análise dos *Eigenvalues* e segundo o critério da Raíz Latente ( $p > 1.0$ ), verificámos a existência de 6 factores representativos de cerca de 65% da variância total (Apêndice A3). De forma a compreender quais as variáveis associadas a cada factor, optou-se pelo uso da Rotação Varimax com Normalização de Kaiser (o que permite extremar as cargas, e efectuar o anteriormente descrito).

Pela análise das Cargas Factoriais de cada item (Quadro 11), podemos distribuir os itens da TMMS 1 a 4 na Componente 1, os itens 9, 10, 11, 12, 14 e 16 da TMMS na componente 2, os itens 17 a 20 da TMMS na componente 3, os itens 13, 15, 21, 22 e 23 da TMMS na componente 4, os itens 6 a 8 na componente 5, e os itens 5 e 24 na componente 6.

**Quadro 11**

*Análise Factorial: Matriz de rotação (a) – TMMS 24*

	Componentes					
	1	2	3	4	5	6
TMMS24.4	0,802	0,192	0,140	0,077	-0,027	0,105
TMMS24.3	0,783	0,168	0,096	0,038	0,219	0,110
TMMS24.1	0,767	-0,041	0,107	0,280	0,284	-0,032
TMMS24.2	0,688	-0,119	0,071	0,231	0,364	0,076
TMMS24.10	-0,033	0,817	0,107	0,182	0,121	0,079
TMMS24.11	0,017	0,813	0,148	0,188	0,079	-0,068
TMMS24.9	0,297	0,773	0,155	0,048	-0,114	0,176
TMMS24.16	0,227	0,535	0,165	0,504	0,001	-0,065
TMMS24.12	0,128	0,474	0,048	0,435	0,326	0,115
TMMS24.14	-0,107	0,360	0,254	0,340	0,232	-0,242
TMMS24.18	0,058	0,093	0,782	0,171	0,031	-0,024
TMMS24.17	-0,004	0,138	0,766	0,196	0,003	0,097
TMMS24.20	0,107	0,152	0,752	0,122	0,128	0,121
TMMS24.19	0,194	0,094	0,750	0,069	-0,013	0,092
TMMS24.15	0,072	0,138	0,142	0,688	0,023	-0,039
TMMS24.13	0,172	0,328	0,117	0,634	0,190	0,021
TMMS24.23	0,370	0,233	0,228	0,531	-0,168	0,138
TMMS24.22	0,324	0,123	0,331	0,523	0,156	0,326
TMMS24.21	-0,038	-0,015	0,301	0,508	0,053	0,508
TMMS24.6	0,142	0,091	0,163	0,083	0,778	0,064
TMMS24.7	0,421	0,005	-0,092	0,059	0,761	0,030
TMMS24.8	0,534	0,231	0,054	0,057	0,560	0,217
TMMS24.24	0,064	0,048	0,213	0,101	0,012	0,758
TMMS24.5	0,356	0,075	-0,119	-0,163	0,259	0,556

Método de Extração: Análise de Componentes Principais ; Método de Rotação: Varimax com Normalização Kaiser (a) Rotação convergiu em 9 interações.

Contudo, como se pode verificar (Quadro 12), forçando a extracção da análise factorial a ser realizada para, apenas 3 factores/dimensões, podemos constatar que os 24 itens são divididos por estes três factores, como na divisão da escala original: Factor 1 (Itens 1 a 8), Factor 2 (Itens 9 a 16) e Factor 3 (Itens 17 a 24).

**Quadro 12**

*Matriz de Correlação Inter-Items da Escala TMMS24*

	Componentes		
	1	2	3
TMMS24.2	0,778	0,013	0,183
TMMS24.1	0,771	0,111	0,203
TMMS24.7	0,771	0,078	-0,106
TMMS24.8	0,768	0,243	0,079
TMMS24.3	0,755	0,168	0,142
TMMS24.4	0,633	0,190	0,217
TMMS24.5	0,544	-0,059	-0,004
TMMS24.6	0,536	0,169	0,105
TMMS24.11	0,005	0,821	0,059
TMMS24.10	0,024	0,806	0,055
TMMS24.16	0,163	0,707	0,231
TMMS24.9	0,169	0,678	0,140
TMMS24.12	0,310	0,622	0,124
TMMS24.13	0,263	0,583	0,254
TMMS24.14	-0,030	0,521	0,180
TMMS24.15	0,088	0,435	0,310
TMMS24.17	-0,051	0,216	0,751
TMMS24.18	-0,014	0,181	0,729
TMMS24.19	0,092	0,119	0,718
TMMS24.20	0,107	0,200	0,715
TMMS24.21	0,113	0,160	0,564
TMMS24.22	0,412	0,317	0,541
TMMS24.24	0,206	0,000	0,439
TMMS24.23	0,238	0,416	0,421

Método de Extração: Análise de Componentes Principais ; Método de Rotação: Varimax com Normalização Kaiser; (a). Rotação convergiu em 4 interações.

## RESULTADOS

Após a análise descritiva dos dados da amostra, e avaliação das propriedades psicométricas dos instrumentos, procedemos à verificação das hipóteses, por nós formuladas, e à análise dos dados, através da estatística inferencial.

O teste de *Kolmogorov-Smirnov* foi utilizado para definir a normalidade da distribuição. Pelo Quadro 13, verificámos que, a distribuição de dados referentes às variáveis Perfil de Personalidade e Inteligência Emocional, com excepção da dimensão Clareza de Sentimentos ( $p=0,200$ ), não se encontravam dentro da normalidade ( $p < 0,05$ ). Desta forma optámos pelo uso de testes não paramétricos para o teste de hipóteses.

### Quadro 13

#### Teste de Normalidade de Kolmogorov-Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estatística	gl	p
<b>Perfil de Personalidade</b>			
Extroversão	0,106	170	0,000
Afabilidade	0,162	170	0,000
Conscienciosidade	0,179	170	0,000
Estabilidade Emocional	0,123	170	0,000
Abertura a Novas Experiências	0,132	170	0,000
<b>Inteligência Emocional</b>			
Atenção às Emoções	0,086	170	0,004
Clareza de Sentimentos	0,058	170	<b>0,200</b>
Reparação do Estado Emocional	0,085	170	0,004

a. Correção de Significância de Lilliefors

As hipóteses foram testadas com uma probabilidade de 95%, de onde resulta um nível de significância de 5% ( $\alpha = 0,05$ ). Este nível de significância permite-nos afirmar com uma "certeza" de 95%, caso se verifique a validade da hipótese em estudo, a existência de uma relação entre as variáveis. Os critérios de decisão para os testes de hipóteses, baseiam-se no estudo das probabilidades, confirmando-se a hipótese se a probabilidade for inferior a 0,05 e rejeitando-se se superior a esse valor. Apenas serão apresentados os resultados nos quais se observam diferenças estatisticamente significativas.

#### **H1 - Existem diferenças nas dimensões da inteligência emocional dos atletas, em função do seu período de treino.**

Optou-se pelo uso do teste Kruskal Wallis, o que permite o teste de uma variável categórica com mais de duas categorias (período de treino) e de uma

variável numérica (dimensões da inteligência emocional). Pela análise do Quadro 14, podemos verificar que não existem diferenças entre os grupos ( $p > 0,05$ ), logo, não há evidências que apontem para que o período de treino influencie as dimensões da inteligência emocional.

**Quadro 14**

*H1 - Teste Kruskal Wallis*

	Período de Treino						$\chi^2$	<i>p</i>
	Manhã		Tarde		Noite			
	N	Média Classe	N	Média Classe	N	Média Classe		
<b>Inteligência Emocional</b>								
Atenção às Emoções	79	77,59	20	102,35	71	89,56	4,889	0,087
Clareza de Sentimentos	79	88,80	20	75,97	71	84,51	1,140	0,566
Reparação do Estado Emocional	79	86,61	20	98,68	71	80,56	2,202	0,333

**H2 - Existem diferenças nos factores do perfil de personalidade dos atletas, em função do seu período de treino.**

Optou-se, igualmente, pelo uso do teste Kruskal Wallis. Pela análise do Quadro 15, podemos verificar que não existem diferenças entre os grupos ( $p > 0,05$ ), logo não existem evidências que nos apontem para que o período de treino influencie os factores do perfil de personalidade.

**Quadro 15**

*H2 - Teste Kruskal Wallis*

	Período de Treino						$\chi^2$	<i>p</i>
	Manhã		Tarde		Noite			
	N	Média Classe	N	Média Classe	N	Média Classe		
<b>Perfil de Personalidade</b>								
Extroversão	79	86,78	20	83,83	71	84,54	0,105	0,949
Afabilidade	79	84,62	20	92,45	71	84,52	0,469	0,791
Conscienciosidade	79	94,72	20	81,22	71	76,44	5,464	0,065
Estabilidade Emocional	79	93,41	20	76,53	71	79,23	3,943	0,139
Abertura a Novas Experiências	79	94,47	20	81,85	71	76,55	5,206	0,074

**H3 - Existem diferenças nas dimensões da inteligência emocional dos atletas, consoante sejam seniores ou pertençam aos escalões inferiores (subs).**

Optou-se pelo uso do teste U Mann Whitney por se tratar de uma análise entre uma variável categórica com duas categorias (Sénior vs Subs) com uma variável numérica (dimensões da Inteligência Emocional). Pela análise do Quadro

16, podemos verificar que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, ao nível da inteligência emocional. Logo, não existem evidências que as dimensões da inteligência emocional difiram entre os seniores e os subs ( $p > 0,05$ ).

**Quadro 16**

*H3 - Teste U Mann Whitney*

	Subs		Séniore		U	p
	N	Média de Classe	N	Média de Classe		
<b>Inteligência Emocional</b>						
Atenção às Emoções	124	85,15	46	86,45	2808,500	0,878
Clareza de Sentimentos	124	83,90	46	89,80	2654,000	0,486
Reparação do Estado Emocional	124	81,52	46	96,24	2358,000	0,082

\* - Correlação é significativa ao nível de 0.05.

**H4 - Existem diferenças nos factores do perfil de personalidade dos atletas, consoante sejam seniores ou pertençam aos escalões inferiores (subs).**

Optou-se, igualmente, pelo uso do teste U Mann Whitney. Pela análise do Quadro 17, podemos verificar que existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, ao nível do perfil de personalidade, nos factores “Conscienciosidade” (U = 2136,0;  $p = 0,011$ ), “Estabilidade Emocional” (U = 2263,5;  $p = 0,037$ ) e “Abertura a novas experiências” (U = 2239,0;  $p = 0,030$ ), observando-se médias de classe superiores nos seniores face aos subs, indicando que os seniores apresentam valores mais elevados ( $p < 0,05$ ) nestes factores do perfil de personalidade, face aos Subs.

**Quadro 17**

*H4 - Teste U Mann Whitney*

	Subs		Seniores		U	p
	N	Média de Classe	N	Média de Classe		
<b>Perfil de Personalidade</b>						
Extroversão	124	87,29	46	80,67	2630,000	0,433
Afabilidade	124	83,19	46	91,74	2565,000	0,305
Cosncienciosidade	124	79,73	46	101,07	2136,000	<b>0,011*</b>
Estabilidade Emocional	124	80,75	46	98,29	2263,500	<b>0,037*</b>
Abertura a Novas Experiências	124	80,56	46	98,83	2239,000	<b>0,030*</b>

\* - Correlação é significativa ao nível de 0.05.

**H5 - Existem diferenças nas dimensões da inteligência emocional dos atletas, consoante sejam seniores da 1ª divisão ou seniores da 2ª divisão.**

Pela análise do Quadro 18, podemos verificar que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos ao nível da Inteligência Emocional ( $p > 0,05$ ). Logo, não existem evidências quanto a divergências ao nível da Inteligência Emocional ( $p > 0,05$ ), entre os seniores da 1ª divisão e os seniores da 2ª divisão.

**Quadro 18**

*H5 - Teste U Mann Whitney*

	Seniores 2ª Divisão		Seniores 1ª Divisão		U	P
	N	Média de Classe	N	Média de Classe		
<b>Inteligência Emocional</b>						
Atenção às Emoções	20	27,65	26	20,31	177,000	0,065
Clareza de Sentimentos	20	19,73	26	26,40	184,500	0,093
Reparação do Estado Emocional	20	23,68	26	23,37	256,500	0,938

**H6 - Existem diferenças nos factores do perfil de personalidade dos atletas, consoante sejam seniores da 1ª divisão ou seniores da 2ª divisão.**

Optou-se pelo uso do teste U Mann Whitney. Pela análise do Quadro 19, podemos verificar que existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, nos factores “Conscienciosidade” ( $U = 151,5$ ;  $p = 0,014$ ) e “Estabilidade Emocional” ( $U = 135,0$ ;  $p = 0,005$ ), observando-se médias de classe superiores nos seniores da 1ª divisão face aos seniores da 2ª divisão nestas dimensões. Logo, os seniores da 1ª divisão apresentam valores mais elevados ( $p < 0,05$ ) nestes factores do perfil de personalidade, face aos seniores da 2ª Divisão.

**Quadro 19**

*H6 - Teste U Mann Whitney*

	Séniores 2ª Divisão		Séniores 1ª Divisão		U	P
	N	Média de Classe	N	Média de Classe		
<b>Perfil de Personalidade</b>						
Extroversão	20	24,55	26	22,69	239,000	0,640
Afabilidade	20	23,75	26	23,31	255,000	0,910
Conscienciosidade	20	18,08	26	27,67	151,500	<b>0,014*</b>
Estabilidade Emocional	20	17,25	26	28,31	135,000	<b>0,005**</b>
Abertura a Novas Experiências	20	20,13	26	26,10	192,500	0,128

\*\* - Correlação é significativa ao nível de 0,01.; \* - Correlação é significativa ao nível de 0.05.

**H7 - Existem diferenças nos factores do perfil de personalidade dos atletas, em função da sua posição de jogo.**

Optou-se pelo uso do teste Kruskal Wallis. De acordo com o Quadro 20, verificamos que existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos ao nível do perfil de personalidade na dimensão “Abertura a novas experiências” ( $p = 0,033$ ), observando-se, nesta dimensão, médias de classe superiores na posição de Médio, face às restantes posições. Logo, existem diferenças nos factores do perfil de personalidade, ao nível da dimensão “abertura a novas experiências ” entre as posições de jogo ( $p < 0,05$ ).

**Quadro 20**  
H7 - Teste Kruskal Wallis

	Posição de Jogo								$\chi^2$	P
	Guarda-Redes		Defesa		Médio		Avançado			
	N	Média Classe	N	Média Classe	N	Média Classe	N	Média Classe		
<b>Perfil de Personalidade</b>										
Extroversão	18	94,89	54	83,65	76	86,32	22	79,52	1,090	0,779
Afabilidade	18	78,86	54	85,31	76	89,66	22	77,00	1,584	0,663
Conscienciosidade	18	83,11	54	85,15	76	86,55	22	84,70	0,087	0,993
Estabilidade Emocional	18	81,94	54	95,43	76	85,29	22	64,77	6,336	0,096
Abertura a Novas Experiências	18	78,14	54	75,36	76	97,72	22	74,20	8,746	<b>0,033*</b>

\* - Correlação é significativa ao nível de 0.05.

**H8 - Existem diferenças nas dimensões da Inteligência Emocional dos atletas, em função da sua posição de jogo.**

Optou-se pelo uso do teste Kruskal Wallis. Pela análise do Quadro 21, podemos verificar que existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, ao nível da Inteligência Emocional, na dimensão “Reparação do Estado Emocional” ( $p = 0,035$ ) observando-se nesta média de classe baixa na posição de Guarda-Redes e média de classe elevada nos Médios face aos restantes grupos. Logo, existem diferenças na dimensão “reparação” da inteligência emocional entre as posições em campo ( $p < 0,05$ ).

**Quadro 21***H8 - Teste Kruskal Wallis*

	Posição de jogo								$\chi^2$	p
	Guarda-Redes		Defesa		Médio		Avançado			
	N	Média Classe	N	Média Classe	N	Média Classe	N	Média Classe		
<b>Inteligência Emocional</b>										
Atenção às Emoções	18	73,25	54	77,86	76	91,73	22	92,75	4,129	0,248
Clareza de Sentimentos	18	78,17	54	82,87	76	89,77	22	83,20	1,179	0,758
Reparação do Estado Emocional	18	<b>56,67</b>	54	83,81	76	<b>94,03</b>	22	83,77	8,597	<b>0,035*</b>

\* - Correlação é significativa ao nível de 0.05.

**DISCUSSÕES**

Procedemos de seguida à discussão dos resultados obtidos, com o objectivo de os interpretar à luz da fundamentação teórica e metodologia do estudo.

No que diz respeito ao TIPI, apresentou baixa consistência interna ( $\alpha = 0,462$ ), e uma análise factorial que vai de encontro aos critérios postulados pelos autores do instrumento (Gosling et al.,2003), sendo expectável a obtenção de baixos índices de *alpha*, no TIPI, com apenas dois itens por dimensão, usando os mesmos nos pólos positivo e negativo, e uma análise factorial que não divide os itens de acordo com a separação original destes.

Apesar da fraca consistência interna e dos baixos índices de análise factorial confirmatória, o TIPI, é considerado um instrumento válido e útil para investigações onde o tempo é limitado, e de mensuração global da personalidade, baseada nos cinco grandes factores da personalidade (Denissen, Geenen, Selfhout, & Van-Aken, 2008; Garaigordobil & Bernaras, 2009; Kenny, 2004; Muck, Hell, & Gosling, 2007; Rammstedt & John, 2007; Smits, & Boeck, 2006; Woods & Hampson, 2005), facto que se comprova com as várias traduções, e validações existentes.

Em relação à TMMS24, procedemos à análise da fiabilidade dos 24 itens do instrumento, a fim de perceber se os itens estavam a medir o construto, tendo obtido uma consistência interna elevada ( $\alpha = 0,890$ ), quase inalterada com a eliminação de qualquer item. A correlação inter-itens não foi tão forte, confirmando a análise do *alpha*. Contudo, os itens de cada categoria têm tendência a ter uma relação mais forte entre si, que entre categorias. Realizámos a análise factorial, para averiguarmos a

validade do construto, e a variabilidade entre as variáveis, de forma a reduzi-las a um determinado número de dimensões. Inicialmente, observámos uma divisão de seis dimensões, mas, ao forçarmos a análise apenas a três, resultou uma divisão dos itens de acordo com a escala original (Salovey et al., 1995). Desta forma, concluímos que a TMMS24 tem uma elevada consistência interna, uma boa fiabilidade e validade, oferecendo-nos um instrumento adequado e fiável com o qual se podem realizar investigações em diferentes âmbitos como o universo do desporto.

Em função do escalão, face ao perfil de personalidade dos atletas, verificámos que os seniores apresentam valores mais evidenciados, comparativamente com os subs, nos factores “Conscienciosidade” ( $p = 0,011$ ), o que está relacionado a indivíduos com maior índice de orientação para a tarefa e para objectivos, com maior controlo de impulsos, que são organizados, que têm senso de dever, auto-disciplinados, pontuais, ambiciosos, comprometidos, e perseverantes; “Estabilidade Emocional” ( $p = 0,037$ ), que se relaciona com indivíduos que tendem a sentir mais frequentemente emoções negativas como ansiedade, amargura, tristeza, e com estratégias de confronto mal-adaptativas, o que depreendemos ter a ver com a sua natureza competitiva e a responsabilidade acrescida; “Abertura a novas experiências” ( $p = 0,030$ ), relativa a indivíduos pró-activos que valorizam a experiência, e que revelam tolerância para a exploração do conhecido e do desconhecido.

Sendo a nossa amostra constituída por atletas cujas idades variam entre os 13 e os 33 anos, estes resultados vão de encontro ao postulado por alguns autores (Allik et al., 2004; McCrae et al., 2002, Parker et al., 2004), que a utilização de medidas de avaliação de auto-relato em jovens, pode oferecer resultados estruturalmente válidos, mas que empiricamente ligados a baixos níveis de estabilidade emocional e conscienciosidade, uma vez que estes vão alterando consoante as construções que vão efectuando no seu crescimento bem como as suas vivências, reiterando também os resultados obtidos em alguns estudos (Buchanan & Smith, 1999; Gosling et al., 2008; McGraw et al., 2000; Robins et al., 2002; Skitka & Sargis, 2006), que postulam o final da infância e início da adolescência, como

períodos fundamentais para o desenvolvimento da capacidade de análise sobre a personalidade.

Já no que diz respeito aos seniores da 1ª divisão face aos seniores da 2ª divisão, apenas foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nos factores “Conscienciosidade” ( $p = 0,014$ ) e “Estabilidade Emocional” ( $p = 0,005$ ), observando-se, ainda assim, médias superiores em todos os factores do perfil de personalidade nos seniores de 1ª divisão face aos seniores de 2ª divisão, reforçando novamente, que os jovens fornecem resultados ligados a baixos níveis de estabilidade emocional e conscienciosidade (Allik et al., 2004; McCrae et al., 2002), uma vez que a média de idades no escalão competitivo da 2ª divisão é inferior à média de idades da 1ª divisão, e direccionam-nos a alguns estudos (Allen, et al., 2011; Johnson & Morgan, 1981; Kirkcaldy, 1982; Morgan & Pollock, 1977; Rhea & Martin, 2010; Sheard & Golby, 2010) que revelam diferenças entre atletas de elite e amadores, uma vez que nesta amostra os seniores de 1ª divisão competem no escalão de elite e os de 2ª divisão são designados amadores, à luz das normas da Federação Portuguesa de Futebol.

Relativamente à inteligência emocional, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, entre as posições de jogo, na dimensão “Reparação do Estado Emocional” ( $p = 0,035$ ), observando-se uma média baixa na posição de “guarda-redes” (devem melhorar a reparação do estado emocional) e média elevada na posição de “médio” (reparação adequada do estado emocional ou seja, a capacidade para acreditar na sua capacidade de interromper os estados emocionais negativos e prolongar os positivos).

Estes resultados não nos surpreendem, uma vez que, de acordo com alguns autores (Botterill, & Brown, 2002; Gaudreau et al., 2010; Hanin, 2000; Jones, 2003; Meyer & Fletcher, 2007; Silvério, & Srebro, 2008), a intensidade emocional bem como a forma como se lida com as emoções, varia e depende de factores individuais e situacionais, corroborando a necessidade do desenvolvimento de aptidões para reconhecer e gerir as suas próprias emoções.

Sabendo-se que a natureza competitiva do desporto pode desencadear uma série de emoções que vão desde leve a intensa, e que são consideradas essenciais

para o desempenho (Botterill & Brown, 2002; Jones, 2007), o guarda-redes, é o protagonista de uma posição extremamente importante, uma vez que no decurso de vitórias e derrotas, reflecte o rendimento de toda a equipa, uma vez que por exemplo, aquando de uma derrota, muitas vezes a imputabilidade da mesma é dada a este. Logo, o controlo emocional, é fundamental nesta posição, uma vez que requer uma enorme capacidade de concentração e de percepção das suas emoções, bem como grande aptidão para a triagem e reparação emocional, num tempo ínfimo (Silvério & Srebro, 2008).

O controlo emocional é um dos aspectos específicos das estratégias de regulação das emoções (Connor & Flachsbarth, 2007; Silvério & Srebro 2008), e como o guarda-redes ocupa uma posição de jogo que requer elevados níveis de controlo emocional, no nosso entender, esse mesmo controlo, é passível de ser potenciado, através da inserção de planos de treino mental, de acordo com o perfil de personalidade (visualização mental, relaxamento, discurso interno positivo e uso de palavras-chave para paragem do pensamento negativo).

Segundo a literatura (Gaudreau et al., 2010; Meyer & Fletcher, 2007; Silvério & Srebro, 2008), essas estratégias de controlo emocional, ajudam o atleta a uma melhor gestão das emoções e conseqüentemente melhor desempenho desportivo, corroborando assim, o conceito de inteligência emocional (Salovey & Mayer, 1990): capacidade de controlar sentimentos e emoções, separando e utilizando-os de forma a orientar o pensamento e acções.

Nos últimos anos, alguns estudos, revelaram a eficácia de programas de treino da inteligência emocional numa variedade de domínios e de acordo com as características individuais das pessoas (Lane et al., 2009; Mayer et al., 2008; Parker, et al., 2004; Roberts, Schulze, Zeidner, & Matthews 2005; Salski & Cartwright, 2002; Schutte et al., 2007; Van Rooy & Viswesvaran, 2004; Zeidner, 2004).

Em função da posição face ao perfil da personalidade dos atletas, também foram observadas diferenças estatisticamente significativas no factor “abertura a novas experiências” ( $p = 0,033$ ), que é vista como a busca pró-activa e valorização da experiência, curiosidade, interesse, criatividade, operacionalização e imaginação, observando-se médias superiores na posição de “médio” face às restantes posições.

Estes resultados assemelham-se ao perfil desportivo do “médio”, que é descrito por Maças e Brito (2000) como sendo o responsável pela criação de jogadas, aquele de quem se espera os lances de construção criativa e de soluções para o ataque, de quem se espera o ponto de partida para a conquista de construções mais ofensivas, através de passes, *dribles*, simulações e lançamentos, criando, ocupando e utilizando de forma eficiente os espaços de jogo.

Face ao anteriormente descrito, esta será a posição que mais requer níveis elevados de “abertura a novas experiências”, para que, num período de tempo tão mínimo quanto possível o “médio” assuma o jogo, e o faça evoluir mais favoravelmente, oferecendo as melhores estratégias aos colegas de equipa, o que corrobora os resultados obtidos.

Dado não termos elementos de comparação no que diz respeito a investigações desta natureza, as diferenças encontradas entre as posições dos jogadores, devem ser tidas em consideração, aquando da realização de um estudo com estas características, uma vez que é essa ambivalência de atributos que totaliza uma equipa.

No futebol, como em qualquer desporto colectivo, embora algumas valências sejam mais importantes para uma determinada posição em campo, é pertinente considerarmos a existência de um nível mínimo de competência individual de cada atleta, de forma a contribuir significativamente, para o seu sucesso individual e grupal, anuindo a linha de raciocínio de alguns autores (Abbott & Collins, 2004; Mohamed et al., 2009; Tranckle & Cushion, 2006; Williams & Reilly, 2000), que referem que, mais importante que identificar o melhor jogador num determinado momento, é identificar quais os factores que podem ser limitadores ou potenciadores do seu talento.

Assim, consideramos que, para além da importância da descoberta de atletas em função das suas qualidades físicas, técnicas e táticas, é de interesse crucial, a identificação desses factores, na perspectiva da personalidade e da inteligência emocional, de forma a contribuir significativamente para a sua real ascensão enquanto atleta e enquanto pessoa.

## CONCLUSÕES

O que nos levou à elaboração desta investigação, foi a constatação da escassez de literatura sobre a personalidade e inteligência emocional de atletas, e de estudos que se circunscrevam à variável posição no futebol, sendo esse um dos grandes aspectos limitadores da discussão e comparação dos dados encontrados.

Em relação ao TIPI, obteve-se uma fraca consistência interna ( $\alpha = 0,462$ ), e uma análise factorial que vai de encontro aos critérios postulados pelos autores do instrumento, sendo assim considerado fiável para investigações rápidas e que pretendam unicamente definir os cinco grandes da personalidade, o que é corroborado com as algumas investigações anteriormente já descritas.

Quanto à TMMS24, apresentou uma elevada consistência interna ( $\alpha = 0,890$ ), e uma análise factorial, que resultou numa divisão dos itens de acordo com a escala original. Assim, concluímos que a TMMS24, apresenta boa fiabilidade e validade, revelando-se um instrumento adequado e fiável com o qual se pode realizar investigações em diferentes âmbitos, como o universo desportivo.

Quanto ao perfil de personalidade dos atletas, verificámos que os seniores apresentam valores mais evidenciados, comparativamente com os subs, nos factores “Conscienciosidade”, “Estabilidade Emocional” e “Abertura a novas experiências”.

No que diz respeito aos seniores da 1ª divisão face aos seniores da 2ª divisão, apesar de terem sido observadas, médias superiores em todos os factores do perfil de personalidade, apenas foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, nos factores “Conscienciosidade” e “Estabilidade Emocional”. Também foram observadas diferenças estatisticamente significativas no factor “abertura a novas experiências” observando-se médias superiores na posição de “médio” face às restantes posições.

Relativamente à posição de jogo, quanto à inteligência emocional dos atletas, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, na dimensão “Reparação do Estado Emocional”, observando-se uma média baixa na posição de “guarda-redes” e média elevada na posição de “médio”.

Esta pesquisa, mostra algumas diferenças evidentes nos perfis de personalidade e nas dimensões da inteligência emocional dos atletas, quer em

função do escalão competitivo, bem como em função da posição de jogo. Assim, os instrumentos de avaliação da personalidade e da inteligência emocional podem ser utilizados para avaliar os diferentes perfis de personalidade e dimensões da inteligência emocional, e predizer com mais sucesso, a selecção de atletas de futebol.

O perfil de personalidade e as emoções têm um efeito determinante sobre as experiências desportivas, não bastando ao atleta ter talento, uma vez que, não é só necessário saber ou saber fazer, mas também saber ser. Estas experiências, são importantes no decorrer da carreira desportiva, no entanto, são apenas isso: individuais, momentâneas e unas para cada atleta, e as escolhas que são feitas, tendo em conta o seu perfil de personalidade, e suas acções emocionais, levam, a que o mesmo revele comportamentos mais ou menos adequados ao seu sucesso desportivo.

Sendo o futebol um desporto colectivo, é pertinente coadjuvar as potencialidades individuais em prol do sucesso do grupo; assim sendo, os resultados deste estudo, podem fornecer pistas importantes para treinadores e recrutadores, no que diz respeito à melhor selecção dos atletas, em função das suas características individuais por posição de jogo, a fim potenciar o sucesso da equipa.

Este estudo incluiu uma amostra de conveniência devido às restrições temporais, e à sua natureza, daí a utilização de instrumentos de auto-relato de pequena dimensão. No entanto, e logo que se reúnam condições, no que diz respeito ao tempo de investigação, à inclusão de um maior número de participantes, e de todos os escalões competitivos, poderemos conduzir estudos com esta linha de orientação, e com a utilização de instrumentos mais exaustivos, de forma a aumentar a validade destes resultados.

À comunidade científica, cabe a responsabilidade da investigação, através de pesquisa actual de informações, de forma a contribuir para a evidência empírica.

Este estudo encorajou-nos para projectos de pesquisa futura, que consideramos pertinente, no âmbito de doutoramento, sobre as características psicológicas, físicas, tácticas e técnicas dos atletas de futebol, em função da posição de jogo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abbott, A., & Collins, D. (2004). Eliminating the dichotomy between theory and practice in talent identification and development: Considering the role of psychology. *Journal of Sports Sciences*, 22(5), 395-408.

Aidman, E., & Schofield, G. (2004). Personality and individual differences in sport. *Journal of Sports Sciences*, 33, 22-47.

Allen, M. S., Greenlees, L. & Jones (2011). An investigation of the five-factor model of personality and coping behaviour in sport. *Journal of Sports Sciences*, 29 (8), 841-850.

Allik, J., Laidra, K., Realo, A., & Pullman, H. (2004). Personality Development from 12 to 18 Years of Age: Changes in Mean Levels and Structure of Traits. *European Journal of Personality*, 18, 445-462.

Almeida, L., & Freire, T. (2000). *Metodologia da investigação em psicologia e educação*. Braga: Psiquilíbrios.

Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional- social intelligence. *Psicothema*, 18, 13-25.

Botterill, C., & Brown, M. (2002). Emotion and perspective in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 33, 38-60.

Brackett, M. A. , & Mayer, J. D. (2003). Convergent, discriminant, and incremental validity of competing measures of emotional intelligence. *Personality and Social Psychology*, 29, 1147-1158.

Buchanan, T., & Smith, J. L. (1999). Using the Internet for psychological research: Personality testing on the World Wide Web. *British Journal of Psychology*, 90, 125-144.

Bucik, V., Boben, D., & Hrusevar-Bobek, B. (1997). Pet velikih faktorjev osebnosti: Big Five factors of personality. In Slovenian. *Personality and Individual Differences* 4, 33-43.

- Cervello, E. M., Moreno, J. A., Villodre, N. A., & Iglesias, D. (2006). Goal orientation, motivational climate, and dispositional flow of high school students engaged in extracurricular physical activity. *Perceptual and Motor Skills*, 102, 87-92.
- Cervone, D., & Pervin, L. A. (2010). *Personality: Theory and research* (11<sup>a</sup> ed.). New York: Wiley.
- Ciarrochi, J. V., Chan, A. C. & Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28 (3), 539-561.
- Connor, S., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 1080-1107.
- Costa, P. T. J., & McCrae, R.R. (1987). Validation of the five-factor model across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90.
- Denissen, J. A., Geenen, R., Selfhout, M., & Van-Aken, M. (2008). Single item big five ratings in a social network design. *European Journal of Personality*, 22, 37-54.
- Egloff, B., & Gruhn, A. J. (1996). Personality and endurance sports. *Personality and Individual Differences*, 21, 223-229.
- Egan, S., & Stelmack, R. M. (2003). A personality profile of Mount Everest climbers. *Personality and Individual Differences*, 34, 1491-1494.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94, 751-755.
- Fortin, M. F. (1999) *O Processo de Investigação: da concepção à realização*. Lisboa: Lusociência-Edições Técnicas e Científicas.

Garaigordobil, M., & Bernaras, E. (2009). Self-concept, self-esteem, personality traits and psychopathological symptoms in adolescents with and without visual impairments. *The Spanish Journal of Psychology*, 12 (1), 149-160.

Gaudreau, P., Nicholls, A., & Levy, A. R. (2010). The ups and downs of coping and sport achievement: An episodic process analysis of within-person associations. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32, 298-312.

Gee, C. J., Marshall, J. C., & King, J. F. (2010). Should coaches use personality assessments in the talent identification process? A 15 year predictive study on professional hockey players. *International Journal of Coaching Science*, 4, 25-34.

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.

Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann J.W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504-528.

Gosling, S., Potter J., Christopher J. S., & Oliver P. J. (2008). The Developmental Psychometrics of Big Five Self-Reports: Acquiescence, Factor Structure, Coherence, and Differentiation From Ages 10 to 20. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94 (4), 718-737.

Grant, S., & Langan-Fox, J. (2006). Occupational stress, coping and strain: The combined/interactive effect of the Big Five traits. *Personality and Individual Differences*, 41, 719-732.

Hanin, Y.L. (2000). *Successful and poor performance and emotions*, In: *Emotions in sport*. Ed: Hanin, Y. Champaign : Human Kinetics. 157-188.

Hughes, S., Case, H. S., Stuempfle, K. J., & Evans, D. (2003). Personality profiles of Idita sport ultra-marathon participants. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 256-261.

Kajtna, T., Tus̃ak, M., Barick, R., & Burnik, S. (2004). Personality in high-risk sport athletes. *Kinesiology*, 36, 24-34.

Kenny, D. A. (2004). Person: A general model of interpersonal perception. *Personality and Social Psychology Review*, 8, 265-280.

Kirkcaldy, B. D. (1982). Personality profiles at various levels of athletic participation. *Personality and Individual Differences*, 3, 321-326.

Johnson, R. W., & Morgan, W. P. (1981). Personality characteristics of college athletes in different sports. *Scandinavian Journal of Sports Science*, 3, 41-49.

Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). Mental Toughness: An examination of Olympic and world champion performers. *The Sport Psychologist*, 21, 243-264.

Jones, M. V. (2003). Controlling emotions in sport. *The Sport Psychologist*, 17, 471-486.

Lane, A. M., Thelwell, R., Lowther, J., & Devonport, T. (2009). Relationships between emotional intelligence and psychological skills among athletes. *Social Behaviour and Personality: An International Journal*, 37, 195-202.

Lazarus, R. S. (1991). Emotion and adaptation. Em Pervin, L. A. (Eds). *Handbook of personality: Theory and Research* (pp. 609-637). New York: Guilford.

Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229-252.

Lima, C. F., & Castro, S. L. (2009). *Inventário de Personalidade de 10 itens, versão portuguesa* [Ten-Item Personality Inventory, Portuguese version]. Acedido em 10, Janeiro, 2011, em [http://homepage.psy.utexas.edu/gosling/scales\\_we.htm](http://homepage.psy.utexas.edu/gosling/scales_we.htm).

Lopes, P. N., Salovey, P., & Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35, 641-658.

Maças V. & Brito J. J. (2000). *Os factores do jogo em futebol: As acções técnico-táticas*. Vila Real: UTAD.

Macdonald, C., Bore, M., & Munro, D. (2008). Values in action scale and the Big 5: An empirical indication of structure. *Journal of Research in Personality*, 42 (4), 787-799.

Mayer, J. D. & Salovey, P. (1993). "The intelligence of emotional intelligence". *Intelligence*, 17, 433-442.

Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence? Emotional development and emotional intelligence: implications for educators*. New York: Basic Books, 3-31.

Mayer, J. D., Roberts, R. D. & Barsade, S. G. (2008). Human Abilities: Emotional Intelligence. *The Annual Review of Psychology*, 59, 507-536.

Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. R. (2000). *Models of emotional intelligence*. En R. J. Sternberg. *Handbook of Intelligence*. England: Cambridge University Press.

McCrae, R. R., & Costa P.T. J., Terracciano, A., Parker, W. D., Mills, C. J., De Fruyt F., Mervielde I. (2002). Personality trait development from age 12 to age 18: longitudinal, cross-sectional, and cross-cultural analyses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (6), 1456-1468,

McGraw, K. O., Tew, M. D., & Williams, J. E. (2000). The integrity of Web-delivered experiments: Can you trust the data? *Psychological Science*, 11, 502-506.

Meyer, B. B., & Fletcher, T. B. (2007). Emotional intelligence: A theoretical overview and implications for research and professional practice in sport psychology. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19, 1-15.

Meyer, B. B., & Zizzi, S. (2007). Emotional intelligence in sport: conceptual, methodological, and applied issues. *Mood and human performance: Conceptual, measurement, and applied issues* (pp. 131-154). Hauppauge, New York: Nova Science.

Mohamed, H., Vaeyens, R., Matthys, S., Multael, M., Lefevre, J. & Lenoir, M. (2009). Anthropometric and performance measures for the development of a talent detection and identification model in youth handball. *Journal of Sports Sciences*, 27 (3), 257-266.

Morgan, W. P., O'Connor, P. J., Ellickson, K. A., & Bradley, P. W. (1988). Personality structure, mood states, and performance in elite distance runners. *International Journal of Sport Psychology*, 19, 247-263.

Morgan, W. P., & Johnson, R. W. (1978). Personality characteristics of successful and unsuccessful oarsmen. *International Journal of Sport Psychology*, 9, 119-133.

Morgan, W. P., & Pollock, M. L. (1977). Psychological characterization of the elite distance runner. *Annals of New York Academy of Science*, 301, 382-403.

Morris, L., Sallybanks, J., Willis, K., & Makkai, T. (2004). Sport, physical activity and antisocial behavior in youth. *Youth Studies Australia*, 23, 47-52.

Muck, P. M., Hell, B., & Gosling, S. D. (2007). Construct validation of a short fivefactor model instrument. A self-peer study on the German adaption of the ten item personality inventory (TIPI-G). *European Journal of Psychological Assessment*, 23, 166-175.

Ozer, D. J., & Benet-Martinez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*, 57, 401-421.

Parker, J. D. A., Summerfeldt, L. J., Hogan, M. J., & Majeski, S. A. (2004). Emotional intelligence and academic success: examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, 36, 163-172.

Pervin, A. L., & John, P. O. (1997). *Personality: Theory and research*. (7<sup>a</sup> ed.). New York: John Wiley & Sons.

Piedmont, R. L., Hill, D. C., & Blanco, S. (1999). Predicting athletic performance using the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 27, 769-777.

Poropat, A. E. (2009). A meta-analysis of the five-factor model of personality and academic performance. *Psychological Bulletin*, 135, 322-338.

Queirós, M., Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., Carral, J. M. C., & Queirós, P. S. (2005). Validação e fiabilidade da versão portuguesa modificada da Trait Meta-Mood Scale. *Psicologia, Educação e Cultura*, 9 (1), 199-216.

Rammstedt, B., & John, O. P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*, 41, 203-212.

Rhea, D. J., & Martin, S. (2010). Personality trait differences of traditional sport athletes, bullriders, and other alternative sport athletes. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 5, 75-85.

Roberts, R. D., Schulze, R., Zeidner, M., & Matthews, G. (2005). Understanding, measuring, and applying emotional intelligence: What have we learned? What have we missed? In R. Schulze & R. D. Roberts (Eds.). *International Handbook of Emotional Intelligence*, 333-360.

Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D., & Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging*, 17, 423-434.

Rovik, J. O., Tyssen, R., Gude, T., Moum, T., Ekeberg, O., & Vaglum, P. (2007). Exploring the interplay between personality dimensions: A comparison of the typological and the dimensional approach in stress research. *Personality and Individual Differences*, 42, 1255-1266.

Salovey, P., Bedell, B.T., Detweiler, J.B., & Mayer, J.D. (1999). Coping intelligently, Emotional Intelligence, and the coping process. In C.R. Snyder (Eds.).

*Coping: The psychology of what Works* (pp. 141-160). New York: Oxford University Press.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.

Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In A. J. W. Pennebaker (Eds.). *Emotion, Disclosure, and Health* (pp. 123-154). New York: Bantam Books.

Salovey, P., Stroud, L., Woolery, A., & Epel, E. (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity and symptom reports: Further explorations using the Trait Meta-Mood Scale. *Psychology and Health*, 17, 611-627.

Sheard, M., & Golby, J. (2010). Personality hardiness differentiates elite-level sport performers. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8, 160-169.

Silvério, J., & Srebro, R. (2008). *Como ganhar usando a cabeça*. (4.<sup>a</sup> ed., pp.187-293). Coimbra: Quarteto.

Skitka, L. J., & Sargis, E. G. (2006). The Internet as psychological laboratory. *Annual Review of Psychology*, 57, 529-555.

Slaski, M. & Cartwright, S. (2002). Health performance and emotional intelligence: An exploratory study of retail managers. *Stress and Health*, 18, 63-68.

Smits, D. J. M., & Boeck, P. (2006). From BIS/BAS to the big five. *European Journal of Personality*, 20, 255-270.

Schulte, M. J., Ree, M. J., & Carretta, T. R. (2004). Emotional intelligence: not much more than gender and personality. *Personality and Individual Differences*, 37, 1059-1068.

Schutte, N. S., Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2007). A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences, 42*, 921-933.

Thelwell, R.C., Lane, A.M., Weston, N.J.V. & Greenlees, L.A. (2008). Examining relationships between emotional intelligence and coaching efficacy. *International Journal of Sport & Exercise Psychology, 6*, 224-235.

Tranckle, P., & Cushion, C. J. (2006). Rethinking Giftedness and Talent in Sport. *Quest, 58*, 265-282.

Tuckman, B. W. (2002). *Manual de Investigação em Educação*. (3.<sup>a</sup> ed.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Williams, A. M., & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. *Journal of Sports Sciences, 18*, 657-667.

Woods, S. A., & Hampson, S. E. (2005). Measuring the Big Five with single items using a bipolar response scale. *European Journal of Personality, 19*, 373-390.

Vaeyens, R., Williams, A., Lenoir, M., & Philippaerts, R. M. (2008). Talent Identification and Development Programmes in Sport: Current Models and Future Directions. *Sports Medicine, 38* (9), 703-714.

Vallance, J. K. H., Dunn, J. G. H., & Dunn, J. L. C. (2006). Perfectionism, anger, and situation criticality in competitive youth ice hockey. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 28*, 383-406.

Van Rooy, D. L., & Viswesvaran, C. (2004). Emotional intelligence: A meta-analytic investigation of predictive validity and nomological net. *Journal of Vocational Behavior, 65*, 71-95.

Vealey, R. S. (2002). Personality and sport behavior. In T. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (2.<sup>a</sup> ed., pp. 43-82). Champaign, IL: Human Kinetics.

Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2004). Emotional Intelligence in the Workplace: A Critical Review. *Applied Psychology: An International Review*, 53, 371-399.

## **Apêndices**

## Apêndice A1

### Perfil dos Participantes:

**Guarda-Redes:** Têm uma idade média de 19,22 anos, nasceram no 1º trimestre do ano (44,4%), possuem o 9º ano de escolaridade (66,7%), são solteiros (94,4%), e vivem com os pais (47,1%), treinam no Clube A (61,1%) jogam nos *Juvenis* (sub-16) (22,2%) ou juniores (sub-19) (22,2%), com uma média de 2,25 anos de futebol nos *Traquinas*, 2,08 nos *Benjamins*, 1,94 nos *Infantis*, 2,00 nos *Iniciados*, 1,81 anos no *Juvenis*. Estes atletas demoram em média 28,06 minutos a deslocar-se para o local de treino, treinam em média 1,94 vezes por dia, sendo o treino à noite (44,4%), com uma duração média de treino de 1,33 horas. Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas apresentam atenção adequada (66,7%), clareza adequada (94,4%) e reparação adequada (88,9%). Como Perfil de Personalidade, apresentam um nível médio alto (38,9%) e alto (38,9%) de extroversão, nível médio alto (38,9%) de afabilidade, nível médio alto (50,0%) de conscienciosidade, nível médio baixo (61,1%) de estabilidade emocional e de abertura a novas experiências;

**Defesa Central:** têm uma idade média de 18,68, nasceram no 2º trimestre do ano (39,3%), possuem o 9º ano de escolaridade (64,3%), são solteiros (78,6%), e vivem com os pais (68,2%), treinam no Clube A (64,3%) jogam nos *Juniores* (sub-19) (25,0%), com uma média de 2,08 anos de futebol nos *Traquinas*, 2,00 nos *Benjamins*, 1,96 nos *Infantis*, 1,96 nos *Iniciados*, 1,76 anos no *Juvenis*, 1,69 nos *Juniores*. Estes atletas demoram em média 32,40 minutos a deslocar-se para o local de treino, treinam em média 1,86 vezes por dia, sendo o treino durante a manhã (46,4%) ou à noite (46,4%), com uma duração média de treino de 1,25 horas. Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas apresentam atenção adequada (53,6%), clareza adequada (78,6%) e reparação adequada (75,0%). Como Perfil de Personalidade, apresentam um nível médio alto (32,1%) e alto (38,9%) de extroversão, nível médio alto (46,4%) de afabilidade, nível médio alto (42,9%) de conscienciosidade, nível médio alto (46,4%) de estabilidade emocional, e nível médio baixo (39,3%) de abertura a novas experiências;

**Defesa Lateral:** têm uma idade média de 18,50, nasceram no 1º trimestre do ano (34,6%), possuem o 9º ano de escolaridade (65,4%), são solteiros (84,6%), e vivem com os pais (54,5%), treinam no Clube A (50,0%) jogam nos *Juniores* (sub-19) (26,9%), com uma média de 1,75 anos de futebol nos *Traquinas*, 2,05 nos *Benjamins*, 2,04 nos *Infantis*, 1,96 nos *Iniciados*, 1,75 anos no *Juvenis*, e 1,85 nos *Juniores*. Estes atletas demoram em média 22,77

minutos a deslocar-se para o local de treino, treinam em média 1,92 vezes por dia, sendo o treino durante a manhã (50,0%), com uma duração média de treino de 1,23h. Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas apresentam atenção adequada (57,7%), clareza adequada (73,9%) e reparação adequada (53,8%). Como Perfil de Personalidade, apresentam nível médio alto (46,2%) de extroversão, nível médio alto (65,4%) de afabilidade, nível médio alto (50,5%) de conscienciosidade, nível médio alto (38,5%) de estabilidade emocional, e nível médio baixo (38,5%) de abertura a novas experiências;

**Médio Centro:** têm uma idade média de 18,50, nasceram no 1º trimestre do ano (52,2%), possuem o 9º ano de escolaridade (73,3%), são solteiros (95,7%), e vivem com os pais (54,5%), treinam no Clube A (54,3%) jogam nos *Juniores* (sub-19) (21,7%), com uma média de 1,86 anos de futebol nos *Traquinas*, 2,14 nos *Benjamins*, 2,05 nos *Infantis*, 1,98 nos *Iniciados*, 1,68 anos no *Juvenis* e 1,90 anos nos *Juniores*. Estes atletas demoram em média 26,48 minutos a deslocar-se para o local de treino, treinam em média 1,85 vezes por dia, sendo o treino durante a manhã (45,7%), com uma duração média de treino de 1,35 horas. Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas apresentam atenção adequada (50,0%), uma clareza adequada (67,4%) e uma reparação adequada (71,7%). Como Perfil de Personalidade, apresentam nível médio alto (34,8%) de extroversão, nível médio alto (50,0%) de afabilidade, nível médio alto (58,7%) de conscienciosidade, nível médio baixo (50,0%) de estabilidade emocional, e nível médio alto (47,8%) de abertura a novas experiências;

**Médio Ala:** têm uma idade média de 18,53, nasceram no 1º trimestre do ano (40,0%), possuem o 9º ano de escolaridade (66,7%), são solteiros (76,7%), e vivem com os pais (47,8%), treinam no Clube A (60,0%) jogam nos *Juvenis* (sub-17) (26,7%), com uma média de 1,93 anos de futebol nos *Traquinas*, 2,17 nos *Benjamins*, 1,89 nos *Infantis*, 1,97 nos *Iniciados* e 1,67 anos no *Juvenis*. Estes atletas demoram em média 23,93 minutos a deslocar-se para o local de treino, treinam em média 1,97 vezes por dia, sendo o treino durante a manhã (50,0%), com uma duração média de treino de 1,27h. Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas apresentam atenção adequada (50,0%), clareza adequada (73,3%) e reparação adequada (56,7%). Como Perfil de Personalidade, apresentam nível alto (43,3%) de extroversão, nível alto (36,7%) de afabilidade, nível médio alto (40,0%) de conscienciosidade, nível médio baixo (36,7%) de estabilidade emocional e nível alto (40,0%) de abertura a novas experiências;

**Ponta de Lança:** Têm uma idade média de 18,27, nasceram no 1º trimestre do ano (40,9%), possuem o 9º ano de escolaridade (50,0%), são solteiros (90,9%), e vivem com os pais

(40,0%), treinam no Clube A (54,5%) jogam nos *Juniores* (sub-19) (27,3%), com uma média de 1,92 anos de futebol nos *Traquinas*, 1,95 nos *Benjamins*, 2,05 nos *Infantis*, 1,95 nos *Iniciados*, 1,85 anos no *Juvenis* e 1,75 anos nos *Juniores*. Estes atletas demoram em média 30,43 minutos a deslocar-se para o local de treino, treinam em média 1,91 vezes por dia, sendo o treino durante a manhã (45,5%), com uma duração média de treino de 1,27 hora. Ao nível da Inteligência Emocional, estes atletas apresentam atenção adequada (59,1%), clareza adequada (72,7%) e reparação adequada (68,2%). Como Perfil de Personalidade, apresentam nível médio baixo (36,4%) de extroversão, nível médio alto (36,4%) de afabilidade, nível médio alto (40,9%) de conscienciosidade, nível médio baixo (54,5%) de estabilidade emocional, nível baixo (45,5%) de abertura a novas experiências.

*Distribuição da Posição por Trimestre de Nascimento, Habilitações Literárias, Estado Civil e Com quem vivem*

	<b>Guarda-Redes</b>		<b>Defesa Central</b>		<b>Defesa Lateral</b>		<b>Médio Centro</b>		<b>Médio Ala</b>		<b>Ponta de Lança</b>	
	Média		Média		Média		Média		Média		Média	
<b>Idade</b>	19,22		18,68		18,50		18,50		18,53		18,27	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Trimestre Nascimento</b>												
1º Trimestre	8	44,4%	8	28,6%	9	34,6%	24	52,2%	12	40,0%	9	40,9%
2º Trimestre	3	16,7%	11	39,3%	8	30,8%	12	26,1%	3	10,0%	4	18,2%
3º Trimestre	6	33,3%	3	10,7%	7	26,9%	5	10,9%	10	33,3%	4	18,2%
4º Trimestre	1	5,6%	6	21,4%	2	7,7%	5	10,9%	5	16,7%	5	22,7%
<b>Habilitações literárias</b>												
4º Ano	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	4,5%
6º Ano	1	5,6%	1	3,6%	1	3,8%	3	6,7%	5	16,7%	2	9,1%
9º Ano	12	66,7%	18	64,3%	17	65,4%	33	73,3%	20	66,7%	11	50,0%
12º Ano	3	16,7%	9	32,1%	8	30,8%	9	20,0%	5	16,7%	8	36,4%
Licenciatura	2	11,1%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Mestrado	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
<b>Estado Civil</b>												
Solteiros	17	94,4%	22	78,6%	22	84,6%	44	95,7%	23	76,7%	20	90,9%
Casado	1	5,6%	4	14,3%	3	11,5%	2	4,3%	2	6,7%	1	4,5%
União facto	0	0,0%	1	3,6%	1	3,8%	0	0,0%	3	10,0%	1	4,5%
Outro	0	0,0%	1	3,6%	0	0,0%	0	0,0%	2	6,7%	0	0,0%
<b>Com quem vivem</b>												
Pais	8	47,1%	15	68,2%	12	54,5%	24	54,5%	11	47,8%	8	40,0%
Só Pai	1	5,9%	0	0,0%	1	4,5%	0	0,0%	1	4,3%	0	0,0%
Só Mãe	0	0,0%	1	4,5%	0	0,0%	1	2,3%	1	4,3%	2	10,0%
Academia do Clube	4	23,5%	2	9,1%	6	27,3%	7	15,9%	4	17,4%	5	25,0%
Familiares	1	5,9%	3	13,6%	1	4,5%	7	15,9%	3	13,0%	2	10,0%
Instituição	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	2,3%	1	4,3%	0	0,0%
Outro	3	17,6%	1	4,5%	2	9,1%	4	9,1%	2	8,7%	3	15,0%

*Distribuição da Posição por Clube, Escalão, Anos de Futebol, e Treino*

	Guarda-Redes		Defesa Central		Defesa Lateral		Médio Centro		Médio Ala		Ponta de Lança	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Clube</b>												
Clube A	11	61,1%	18	64,3%	13	50,0%	25	54,3%	18	60,0%	12	54,5%
Clube T	3	16,7%	2	7,1%	3	11,5%	6	13,0%	3	10,0%	3	13,6%
Clube P	4	22,2%	8	28,6%	10	38,5%	15	32,6%	9	30,0%	7	31,8%
<b>Escalão</b>												
Iniciados	1	5,6%	2	7,1%	2	7,7%	6	13,0%	2	6,7%	2	9,1%
Juvenis (Sub-16)	4	22,2%	6	21,4%	6	23,1%	9	19,6%	5	16,7%	5	22,7%
Juvenis (Sub-17)	3	16,7%	6	21,4%	5	19,2%	9	19,6%	8	26,7%	3	13,6%
Juniores (Sub-19)	4	22,2%	7	25,0%	7	26,9%	10	21,7%	6	20,0%	6	27,3%
Seniores 2ª Divisão	3	16,7%	2	7,1%	3	11,5%	6	13,0%	3	10,0%	3	13,6%
Seniores 1ª Liga	3	16,7%	5	17,9%	3	11,5%	6	13,0%	6	20,0%	3	13,6%
<b>Anos Futebol</b>												
	Média		Média		Média		Média		Média		Média	
Anos Futebol Traquinas	2,25		2,08		1,75		1,86		1,93		1,92	
Anos Futebol Benjamins	2,08		2,00		2,05		2,14		2,17		1,95	
Anos Futebol Infantis	1,94		1,96		2,04		2,05		1,89		2,05	
Anos Futebol Iniciados	2,00		1,96		1,96		1,98		1,97		1,95	
Anos Futebol Juvenis	1,81		1,76		1,75		1,68		1,67		1,85	
Anos Futebol Juniores	1,89		1,69		1,85		1,90		1,71		1,75	
Anos Futebol Seniores	4,40		6,00		6,17		4,83		5,38		4,83	
<b>Treino</b>												
Numero Vezes Treino	1,94		1,86		1,92		1,85		1,97		1,91	
Tempo Deslocações	28,06		32,40		22,77		26,48		23,93		30,43	
Duração Média Treino	1,33		1,25		1,23		1,35		1,27		1,27	
<b>Período de Treino</b>												
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Manhã	7	38,9%	13	46,4%	13	50,0%	21	45,7%	15	50,0%	10	45,5%
Tarde	3	16,7%	2	7,1%	3	11,5%	6	13,0%	3	10,0%	3	13,6%
Noite	8	44,4%	13	46,4%	10	38,5%	19	41,3%	12	40,0%	9	40,9%

*Distribuição da Posição segundo a Inteligência Emocional da TMMS24*

	Guarda-Redes		Defesa Central		Defesa Lateral		Médio Centro		Médio Ala		Ponta de Lança	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Atenção</b>												
Deve melhorar a sua atenção: presta pouca atenção	1	5,6%	3	10,7%	0	0,0%	2	4,3%	1	3,3%	1	4,5%
Atenção Adequada	12	66,7%	15	53,6%	15	57,7%	23	50,0%	15	50,0%	13	59,1%
Deve melhorar a sua atenção: presta demasiada atenção	5	27,8%	10	35,7%	11	42,3%	21	45,7%	14	46,7%	8	36,4%
<b>Clareza de Sentimentos</b>												
Deve melhorar a sua clareza	1	5,6%	2	7,1%	4	15,4%	5	10,9%	2	6,7%	4	18,2%
Clareza adequada	17	94,4%	22	78,6%	19	73,1%	31	67,4%	22	73,3%	16	72,7%
Excelente clareza	0	0,0%	4	14,3%	3	11,5%	10	21,7%	6	20,0%	2	9,1%
<b>Reparação Estado Emocional</b>												
Deve melhorar a sua reparação	1	5,6%	0	0,0%	2	7,7%	0	0,0%	1	3,3%	1	4,5%
Reparação adequada	16	88,9%	21	75,0%	14	53,8%	33	71,7%	17	56,7%	15	68,2%
Excelente reparação	1	5,6%	7	25,0%	10	38,5%	13	28,3%	12	40,0%	6	27,3%

*Distribuição da Posição segundo o Perfil de Personalidade da TIPI*

	Guarda-Redes		Defesa Central		Defesa Lateral		Médio Centro		Médio Ala		Ponta de Lança	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Extroversão</b>												
Baixo	1	5,6%	2	7,1%	1	3,8%	4	8,7%	2	6,7%	1	4,5%
Médio Baixo	3	16,7%	8	28,6%	5	19,2%	10	21,7%	5	16,7%	8	36,4%
Médio Alto	7	38,9%	9	32,1%	12	46,2%	16	34,8%	10	33,3%	6	27,3%
Alto	7	38,9%	9	32,1%	8	30,8%	16	34,8%	13	43,3%	7	31,8%
<b>Afabilidade</b>												
Baixo	1	5,6%	2	7,1%	0	0,0%	4	8,7%	2	6,7%	3	13,6%
Médio Baixo	5	27,8%	7	25,0%	2	7,7%	3	6,5%	7	23,3%	4	18,2%
Médio Alto	7	38,9%	13	46,4%	17	65,4%	23	50,0%	10	33,3%	8	36,4%
Alto	5	27,8%	6	21,4%	7	26,9%	16	34,8%	11	36,7%	7	31,8%
<b>De Caráter Consciencioso</b>												
Baixo	1	5,6%	2	7,1%	3	11,5%	6	13,0%	2	6,7%	3	13,6%
Médio Baixo	5	27,8%	6	21,4%	8	30,8%	7	15,2%	8	26,7%	5	22,7%
Médio Alto	9	50,0%	12	42,9%	13	50,0%	27	58,7%	12	40,0%	9	40,9%
Alto	3	16,7%	8	28,6%	2	7,7%	6	13,0%	8	26,7%	5	22,7%
<b>Estabilidade Emocional</b>												
Baixo	2	11,1%	3	10,7%	3	11,5%	2	4,3%	6	20,0%	5	22,7%
Médio Baixo	11	61,1%	7	25,0%	12	46,2%	23	50,0%	11	36,7%	12	54,5%
Médio Alto	4	22,2%	13	46,4%	10	38,5%	17	37,0%	10	33,3%	5	22,7%
Alto	1	5,6%	5	17,9%	1	3,8%	4	8,7%	3	10,0%	0	0,0%
<b>Abertura a Novas Experiências</b>												
Baixo	0	0,0%	3	10,7%	5	19,2%	7	15,2%	0	0,0%	4	18,2%
Médio Baixo	11	61,1%	11	39,3%	10	38,5%	9	19,6%	9	30,0%	10	45,5%
Médio Alto	6	33,3%	8	28,6%	8	30,8%	22	47,8%	9	30,0%	4	18,2%
Alto	1	5,6%	6	21,4%	3	11,5%	8	17,4%	12	40,0%	4	18,2%

## Apêndice A2

### Matriz de Correlação Inter-Items da Escala TMMS24

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1		0,741	0,596	0,506	0,261	0,302	0,510	0,567	0,209	0,097	0,071	0,333	0,335	0,120	0,202	0,288	0,095	0,206	0,215	0,261	0,133	0,420	0,398	0,137
2	0,741		0,531	0,509	0,361	0,383	0,512	0,480	0,071	0,052	0,096	0,262	0,266	0,044	0,157	0,239	0,123	0,141	0,189	0,166	0,221	0,346	0,265	0,161
3	0,596	0,531		0,670	0,345	0,279	0,498	0,588	0,337	0,144	0,159	0,289	0,275	0,147	0,163	0,287	0,128	0,139	0,238	0,188	0,119	0,422	0,237	0,214
4	0,506	0,509	0,670		0,281	0,246	0,330	0,445	0,400	0,152	0,209	0,205	0,273	0,038	0,218	0,325	0,195	0,135	0,268	0,224	0,186	0,357	0,356	0,173
5	0,261	0,361	0,345	0,281		0,201	0,292	0,361	0,124	0,039	0,027	0,178	0,037	-0,054	-0,005	0,016	-0,047	0,010	0,031	0,036	0,068	0,210	0,069	0,262
6	0,302	0,383	0,279	0,246	0,201		0,573	0,496	0,146	0,194	0,162	0,244	0,262	0,100	0,150	0,189	0,185	0,110	0,127	0,271	0,192	0,288	0,149	0,059
7	0,510	0,512	0,498	0,330	0,292	0,573		0,613	0,059	0,112	0,072	0,272	0,183	0,102	0,078	0,115	-0,019	-0,026	0,007	0,070	0,075	0,287	0,108	0,063
8	0,567	0,480	0,588	0,445	0,361	0,496	0,613		0,344	0,226	0,197	0,404	0,355	0,124	0,134	0,263	0,071	0,124	0,211	0,235	0,131	0,422	0,251	0,251
9	0,209	0,071	0,337	0,400	0,124	0,146	0,059	0,344		0,578	0,551	0,366	0,331	0,214	0,228	0,464	0,240	0,178	0,240	0,303	0,162	0,331	0,400	0,197
10	0,097	0,052	0,144	0,152	0,039	0,194	0,112	0,226	0,578		0,654	0,449	0,376	0,321	0,221	0,510	0,249	0,174	0,155	0,275	0,213	0,254	0,332	0,109
11	0,071	0,096	0,159	0,209	0,027	0,162	0,072	0,197	0,551	0,654		0,468	0,383	0,376	0,267	0,517	0,283	0,227	0,197	0,231	0,161	0,228	0,307	0,028
12	0,333	0,262	0,289	0,205	0,178	0,244	0,272	0,404	0,366	0,449	0,468		0,565	0,281	0,315	0,399	0,182	0,242	0,218	0,239	0,213	0,397	0,332	0,159
13	0,335	0,266	0,275	0,273	0,037	0,262	0,183	0,355	0,331	0,376	0,383	0,565		0,283	0,424	0,464	0,230	0,296	0,252	0,276	0,255	0,452	0,413	0,166
14	0,120	0,044	0,147	0,038	-0,054	0,100	0,102	0,124	0,214	0,321	0,376	0,281	0,283		0,345	0,410	0,221	0,262	0,238	0,211	0,152	0,218	0,104	0,065
15	0,202	0,157	0,163	0,218	-0,005	0,150	0,078	0,134	0,228	0,221	0,267	0,315	0,424	0,345		0,389	0,262	0,220	0,217	0,252	0,248	0,330	0,324	0,152
16	0,288	0,239	0,287	0,325	0,016	0,189	0,115	0,263	0,464	0,510	0,517	0,399	0,464	0,410	0,389		0,307	0,334	0,208	0,224	0,255	0,452	0,438	0,134
17	0,095	0,123	0,128	0,195	-0,047	0,185	-0,019	0,071	0,240	0,249	0,283	0,182	0,230	0,221	0,262	0,307		0,570	0,461	0,531	0,382	0,408	0,321	0,219
18	0,206	0,141	0,139	0,135	0,010	0,110	-0,026	0,124	0,178	0,174	0,227	0,242	0,296	0,262	0,220	0,334	0,570		0,523	0,514	0,252	0,351	0,264	0,201
19	0,215	0,189	0,238	0,268	0,031	0,127	0,007	0,211	0,240	0,155	0,197	0,218	0,252	0,238	0,217	0,208	0,461	0,523		0,515	0,283	0,337	0,297	0,274
20	0,261	0,166	0,188	0,224	0,036	0,271	0,070	0,235	0,303	0,275	0,231	0,239	0,276	0,211	0,252	0,224	0,531	0,514	0,515		0,314	0,438	0,369	0,233
21	0,133	0,221	0,119	0,186	0,068	0,192	0,075	0,131	0,162	0,213	0,161	0,213	0,255	0,152	0,248	0,255	0,382	0,252	0,283	0,314		0,478	0,357	0,326
22	0,420	0,346	0,422	0,357	0,210	0,288	0,287	0,422	0,331	0,254	0,228	0,397	0,452	0,218	0,330	0,452	0,408	0,351	0,337	0,438	0,478		0,525	0,283
23	0,398	0,265	0,237	0,356	0,069	0,149	0,108	0,251	0,400	0,332	0,307	0,332	0,413	0,104	0,324	0,438	0,321	0,264	0,297	0,369	0,357	0,525		0,136
24	0,137	0,161	0,214	0,173	0,262	0,059	0,063	0,251	0,197	0,109	0,028	0,159	0,166	0,065	0,152	0,134	0,219	0,201	0,274	0,233	0,326	0,283	0,136	

## Apêndice A3

### Análise Factorial: Variância Total Explicada – TMMS 24

Componentes	Extracção da Soma dos						Rotação da Soma dos		
	Eigenvalues Iniciais			Quadrados das Cargas			Quadrados das Cargas		
	Total	Variância	Cumulativa	Total	Variância	Cumulativa	Total	Variância	Cumulativa
1	7,227	30,113	30,113	7,227	30,113	30,113	3,432	14,302	14,302
2	2,966	12,357	42,471	2,966	12,357	42,471	2,973	12,388	26,690
3	1,919	7,995	50,465	1,919	7,995	50,465	2,906	12,110	38,800
4	1,225	5,103	55,569	1,225	5,103	55,569	2,597	10,819	49,619
5	1,125	4,689	60,257	1,125	4,689	60,257	2,132	8,883	58,503
6	1,081	4,503	64,761	1,081	4,503	64,761	1,502	6,258	64,761
7	,971	4,045	68,806						
8	,816	3,401	72,207						
9	,718	2,992	75,198						
10	,660	2,751	77,949						
11	,604	2,518	80,468						
12	,573	2,388	82,856						
13	,556	2,316	85,172						
14	,474	1,975	87,147						
15	,425	1,771	88,918						
16	,384	1,601	90,519						
17	,356	1,483	92,002						
18	,343	1,428	93,430						
19	,333	1,388	94,817						
20	,317	1,321	96,139						
21	,285	1,186	97,324						
22	,246	1,025	98,349						
23	,230	,958	99,308						
24	,166	,692	100,000						

Método de Extração: Análise de Componentes Principais

## Apêndice A4

### *Pedido de Autorização para Utilização do Inventário TIPI*

----- Original Message -----

**From:** [Sónia Costa](#)

**To:** [slcasto@fpce.up.pt](mailto:slcasto@fpce.up.pt)

**Sent:** Thursday, March 10, 2011 4:09 PM

**Subject:** Fw: PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO DO INVENTÁRIO TIPI

Exm<sup>a</sup> Senhora Doutora,

Na sequencia da nossa conversa telefónica de ontem em que me autorizou a utilização do inventário TIPI para o meu estudo de mestrado, venho desta forma solicitar-lhe que me ceda essa autorização por escrito por forma a anexar a sua autorização à minha tese.

Melhores Cumprimentos

Sónia Costa

----- Original Message -----

**From:** [Sónia Costa](#)

**To:**

**Sent:** Monday, March 07, 2011 2:36 AM

**Subject:** PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO DO INVENTÁRIO TIPI

Exm<sup>a</sup> Doutora,

O meu nome é Sónia Costa e sou mestranda em Psicologia Clínica no Instituto Superior Miguel Torga em Coimbra, e pretendo utilizar o questionário TIPI - *Ten-Item Personality Inventory* - (*Versão portuguesa de César F. Lima e São Luís Castro*) na minha investigação para a minha tese de mestrado.

Gostaria que me concedesse essa autorização.

Nessa conformidade e na eventualidade de autorizar-me a utilização do instrumento, gostaria que me enviasse o mesmo bem como a sua cotação.

Melhores cumprimentos

Sonia Costa

## **Apêndice A5**

### *Pedido de Autorização para Utilização do Questionário TMMS 24*

Em 1 de março de 2011 22:21, Sónia Costa < > escreveu:

Exm<sup>a</sup> Doutora Maria Manuela Lima de Figueiredo Queirós,

Desde já apresento os meus melhores cumprimentos,

Sou mestranda em Psicologia Clínica no Instituto Superior Miguel Torga - Coimbra, e gostaria de usar o TRAIT META-MOOD SCALE (TMMS 24 versão Portuguesa) na minha investigação para a minha tese de mestrado.

Gostaria de saber se para além de ceder-me o questionário e a sua cotação, me autoriza à sua utilização para o meu estudo.

Na expectativa das suas prezadas notícias, subscrevo-me com elevada estima e consideração.

Atentamente,

Sónia Costa



## **Apêndice A7**

### *Pedido de Autorização do Estudo no Clube P*

----- Original Message -----

**From:** [Sónia Costa](#)

**To:** [REDACTED]

**Sent:** Wednesday, April 06, 2011 3:34 PM

**Subject:** Pedido de Autorização para participação em estudo de investigação

Excelentíssimo Senhor Dr. Luis Castro,

Com a finalidade de obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica – Ramo de Psicoterapia pelo Instituto Superior Miguel Torga, venho por este meio solicitar a Vossa Excelência, autorização para a realização de uma investigação em que pretendo estudar a relação entre a Personalidade e a Inteligência Emocional Percebida em atletas de futebol dos vários escalões dessa Instituição.

Neste estudo pretendo valorizar os alguns dos traços de personalidade baseada no modelo Big Five (Modelo dos 5 grandes Factores) e Inteligência Emocional percebida (atenção, clareza e reparação de emoções) em Atletas de Elite.

A recolha de dados, necessita da administração de um questionário demográfico e dois questionários de auto-resposta junto dos atletas. Dessa participação não resultarão quaisquer danos físicos ou psíquicos para os atletas incluídos nem serão perturbadas as rotinas e horários de treino dos mesmos.

Os dados recolhidos serão confidenciais e anónimos, e apenas divulgados no relatório final do estudo, sendo o anonimato dos seus protagonistas salvaguardado, incluindo a identidade da própria Instituição, salvaguardando as questões éticas e deontológicas de uma investigação, nomeadamente e entre outras a declaração de consentimento informado por parte dos atletas e representantes legais dos atletas menores envolvidos no referido estudo.

Neste sentido, solicito a Vossa Excelência se digne autorizar a realização da referida recolha de informação, a partir desta data e até ao final de Maio junto dos atletas dessa Instituição, nos escalões Juvenis, Juniores e Seniores.

Para a análise deste pedido, anexo os questionários que pretendo utilizar na minha investigação.

Questionário Demográfico, Trait Meta Mood Scale (Questionário de auto-resposta com 24 itens) e Ten Item Personality Inventory (Questionário de auto-resposta com 10 Itens).

Certa que esta solicitação merecerá por parte de Vossas Excelências toda a atenção, agradeço desde já a vossa amável colaboração.

Pede deferimento,

Sónia Costa

28674@sapo.pt

## Apêndice A8

*Apresentação do estudo, Consentimento Informado, Questionário Sócio-Demográfico e de Carreira Desportiva, Questionário TMMS 24 e Inventário TIPI*

### **Apresentação do Estudo de Investigação**

Sónia Maria de Brito Costa, com a finalidade de obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica – Ramo de Psicoterapias pelo Instituto Superior Miguel Torga - Coimbra, pretende realizar um estudo de investigação junto dos atletas dos vários escalões pertencentes à vossa Instituição. Assim, após autorização da instituição, vem por este meio solicitar a Vossa Excelência, a participação no seu estudo para o qual necessita que responda a três pequenos questionários: Questionário Sócio-demográfico, Questionário TMMS-24 (*Trait Meta-Mood Scale*) e Inventário TIPI (*Ten-Item Personality Inventory*).

Como em qualquer investigação, tem o direito de recusar participar no estudo e a possibilidade de, no caso de aceitar, deixar de nele participar a qualquer momento sem sofrer por isso qualquer prejuízo.

Desde já se informa que será garantida a confidencialidade e anonimato dos elementos recolhidos.

Nesta participação não resultarão quaisquer danos físicos ou psíquicos para os atletas incluídos.

A confidencialidade e a privacidade dos resultados obtidos, será assegurada pelo anonimato da identificação dos atletas, sendo este documento conservado de forma segura durante a investigação e tratamento de dados, e destruído no fim do estudo.

Nesta conformidade e na eventualidade de aceitar participar no mesmo, agradece que assine o consentimento informado que se junta para o efeito, no caso de ser maior de idade, e sendo menor de idade, que o mesmo seja assinado pelo Responsável Parental.

Agradece desde já a atenção dispensada,

A Investigadora

Sónia Costa

Qualquer dúvida por favor não hesite em contactar

(Telefone: [REDACTED])

## Consentimento Informado para participação na Investigação

Aceito que os dados recolhidos pelos instrumentos anexos sejam utilizados num estudo que faz parte integrante dos requisitos para obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica – Ramo de Psicoterapias de Sónia Maria de Brito Costa, pelo Instituto Superior Miguel Torga, uma vez que tomei conhecimento sobre os seus objectivos e sobre as condições em que este se realizará.

Foi-me ainda assegurado que a minha identificação / do meu educando será preservada e mantida sobre anonimato e que será sempre preservada a sua dignidade e bem-estar.

Fui, também, informado(a) sobre o direito de recusar participar no estudo e sobre a possibilidade de, no caso de aceitar, deixar de nele participar a qualquer momento sem sofrer por isso qualquer prejuízo.

Compreendi que o meu anonimato /do meu educando (riscar o que não interessa) será sempre protegido e que nenhum nome ou outros detalhes identificativos serão divulgados.

Compreendi que este documento será conservado de forma segura durante a investigação e tratamento de dados, e será destruído no fim do estudo.

Considero que fui convenientemente esclarecido(a), pelo que autorizo a utilização dos dados para as finalidades que me foram explicadas.

Aceito participar no estudo / Aceito que o meu educando participe no estudo

(riscar o que não interessa)

## QUESTIONÁRIO SÓCIO-DEMOGRÁFICO E DE PRÁTICA DESPORTIVA

Nas questões com várias opções de resposta por favor coloque uma cruz nos locais que se enquadram com a sua situação.

Preencha com os seus elementos mas por favor não coloque o nome no questionário.

As respostas são confidenciais e anónimas e serão tratadas unicamente para questões estatísticas, onde serão salvaguardadas as questões éticas de uma investigação.

DADOS DE NASCIMENTO: MÊS \_\_\_\_\_ ANO \_\_\_\_\_ IDADE: \_\_\_\_\_

CIDADE ONDE NASCEU \_\_\_\_\_ (facultativo)

ESTADO CIVIL: Solteiro\_\_\_\_, Casado\_\_\_\_, União de Facto\_\_\_\_, Outro\_\_\_\_

NO CASO DE SER SOLTEIRO COM QUEM VIVE DURANTE A ÉPOCA DESPORTIVA:

Pais\_\_\_\_, Só Pai\_\_\_\_, Só Mãe\_\_\_\_, Academia do Clube\_\_\_\_, Familiares\_\_\_\_, Instituição\_\_\_\_, Outro\_\_\_\_

HABILITAÇÕES LITERÁRIAS CONCLUÍDAS: Até 4º ano \_\_\_\_\_, 6º ano \_\_\_\_\_, 9º ano \_\_\_\_\_, 12º ano \_\_\_\_\_,  
Licenciatura \_\_\_\_\_, Mestrado \_\_\_\_\_

QUANTOS ANOS PRATICOU FUTEBOL: Traquinas\_\_\_\_ anos, Benjamins\_\_\_\_ anos, Infantis\_\_\_\_ anos,  
Iniciados\_\_\_\_ anos, Juvenis\_\_\_\_ anos, Juniores\_\_\_\_ anos, Séniores\_\_\_\_ anos.

ESCALÃO EM QUE COMPETE ACTUALMENTE:

Iniciados (sub-15) _____	Juvenis (sub-16) _____	Juvenis (sub-17) _____
Juniores (sub-19) _____	Séniores 2ª Liga _____	Séniores 1ª Liga _____

POSIÇÃO EM QUE JOGA HABITUALMENTE:

GR \_\_\_\_\_, Defesa Central \_\_\_\_\_, Defesa Lateral \_\_\_\_\_, Médio Centro \_\_\_\_\_, Médio Ala \_\_\_\_\_, Ponta de Lança \_\_\_\_\_

NUMERO DE VEZES QUE HABITUALMENTE TREINA POR SEMANA: \_\_\_\_\_

TEMPO GASTO NAS DESLOCAÇÕES PARA O TREINO: \_\_\_\_\_ Minutos DURAÇÃO MÉDIA DO TREINO \_\_\_\_\_ Minutos

PERÍODO HABITUAL DE TREINO:

Manhã (das \_\_\_\_\_ às \_\_\_\_\_ horas), Tarde (das \_\_\_\_\_ às \_\_\_\_\_ horas), Noite (das \_\_\_\_\_ às \_\_\_\_\_ horas)

### TMMS 24 (Trait Meta-Mood Scale)

Neste questionário encontrará algumas afirmações sobre as suas emoções e sentimentos. Leia atentamente cada frase e indique, por favor, o grau em que está de acordo ou desacordo com cada uma delas marcando com X ou um círculo no número que mais se aproxima das suas preferências. Tenha sempre presente que não há respostas certas ou erradas, nem respostas boas ou más. Não gaste muito tempo a pensar em cada resposta.

1	2	3	4	5
Discordo totalmente	Discordo em parte	Nem concordo nem discordo	Concordo em parte	Concordo plenamente
1. Presto muita atenção aos meus sentimentos.				1 2 3 4 5
2. Preocupo-me muito com os meus sentimentos.				1 2 3 4 5
3. Acho que é útil pensar nas minhas emoções.				1 2 3 4 5
4. Vale a pena prestar atenção às minhas emoções e estados de espírito				1 2 3 4 5
5. Deixo que os meus sentimentos se intrometam com os meus pensamentos				1 2 3 4 5
6. Penso constantemente no meu estado de espírito				1 2 3 4 5
7. Penso muitas vezes nos meus sentimentos.				1 2 3 4 5
8. Presto muita atenção àquilo que sinto.				1 2 3 4 5
9. Normalmente sei o que estou a sentir				1 2 3 4 5
10. Muitas vezes consigo saber aquilo que sinto.				1 2 3 4 5
11. Quase sempre sei exactamente aquilo que sinto.				1 2 3 4 5
12. Normalmente conheço os meus sentimentos sobre as pessoas ou qualquer assunto				1 2 3 4 5
13. Tenho, muitas vezes, consciência do que sinto sobre qualquer assunto				1 2 3 4 5
14. Consigo dizer sempre o que sinto				1 2 3 4 5
15. Às vezes, consigo dizer o que sinto				1 2 3 4 5
16. Consigo perceber aquilo que sinto.				1 2 3 4 5
17. Embora, por vezes, esteja triste tenho, quase sempre, uma atitude optimista				1 2 3 4 5
18. Mesmo que me sinta mal, tento pensar em coisas agradáveis				1 2 3 4 5
19. Quando me aborreço, penso nas coisas agradáveis da vida				1 2 3 4 5
20. Tento ter pensamentos positivos mesmo que me sinta mal.				1 2 3 4 5
21. Se sinto que estou a perder a cabeça, tento acalmar-me.				1 2 3 4 5
22. Preocupo-me em manter um bom estado de espírito				1 2 3 4 5
23. Tenho sempre muita energia quando estou feliz				1 2 3 4 5
24. Quando estou zangado procuro mudar a minha disposição				1 2 3 4 5

## TIPI – Ten Item Personality Inventory

Encontra a seguir um conjunto de traços de personalidade que podem ou não aplicar-se a si. Por favor escreva um número a seguir a cada afirmação indicando em que medida *está de acordo ou em desacordo com essa afirmação*. Deve avaliar em que medida cada par de traços se aplica a si, mesmo que uma das características se aplique melhor do que a outra.

Discordo totalmente	Discordo moderadamente	Discordo um pouco	Nem concordo nem discordo	Concordo um pouco	Concordo moderadamente	Concordo totalmente
1	2	3	4	5	6	7

*Vejo-me como uma pessoa:*

1. Extrovertida, entusiasta. \_\_\_\_\_
2. Crítica, conflituosa. \_\_\_\_\_
3. De confiança, com auto-disciplina. \_\_\_\_\_
4. Ansiosa, que se preocupa facilmente. \_\_\_\_\_
5. Aberta a experiências novas, multifacetada. \_\_\_\_\_
6. Reservada, calada. \_\_\_\_\_
7. Compreensiva, afectuosa. \_\_\_\_\_
8. Desorganizada, descuidada. \_\_\_\_\_
9. Calma, emocionalmente estável. \_\_\_\_\_
10. Convencional, pouco criativa. \_\_\_\_\_

*Muito Obrigada pela sua Participação !*

## **Anexos**

**TIPI - Inventário de Personalidade de 10 Itens**

Ten-Item Personality Inventory

Samuel D. Gosling, Peter J. Rentfrow, and William B. Swann Jr., 2003<sup>1</sup>Versão portuguesa de César F. Lima e São Luís Castro, Fevereiro 2009<sup>2</sup>

Encontra a seguir um conjunto de traços de personalidade que podem ou não aplicar-se a si. Por favor escreva um número a seguir a cada afirmação indicando em que medida *está de acordo ou em desacordo com essa afirmação*. Deve avaliar em que medida cada par de traços se aplica a si, mesmo que uma das características se aplique melhor do que a outra.

Discordo totalmente	Discordo moderadamente	Discordo um pouco	Nem concordo nem discordo	Concordo um pouco	Concordo moderadamente	Concordo totalmente
1	2	3	4	5	6	7

*Vejo-me como uma pessoa*

1. Extrovertida, entusiasta. \_\_\_\_\_
2. Crítica, conflituosa. \_\_\_\_\_
3. De confiança, com auto-disciplina. \_\_\_\_\_
4. Ansiosa, que se preocupa facilmente. \_\_\_\_\_
5. Aberta a experiências novas, multifacetada. \_\_\_\_\_
6. Reservada, calada. \_\_\_\_\_
7. Compreensiva, afectuosa. \_\_\_\_\_
8. Desorganizada, descuidada. \_\_\_\_\_
9. Calma, emocionalmente estável. \_\_\_\_\_
10. Convencional, pouco criativa. \_\_\_\_\_

Cotação ("R" indica que os itens devem ser cotados inversamente): Extroversão 1, 6R; Afabilidade 2R, 7; De Carácter Consciencioso 3, 8R; Estabilidade Emocional 4R, 9; Abertura a Novas Experiências 5, 10 R.

<sup>1</sup> Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann Jr., W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504-528.

<sup>2</sup> Laboratório de Fala, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto ([www.fpce.up.pt/labfala](http://www.fpce.up.pt/labfala) ; [labfala@fpce.up.pt](mailto:labfala@fpce.up.pt) )

### Cotação:

Abertura a Novas Experiências: "aberta a experiências novas, multifacetada", "Convencional, pouco criativa (invertida)"; para a Afabilidade: "compreensiva, afectuosa "e"crítica, conflituosa (invertida)"; para a Conscienciosidade: " de confiança, com auto-disciplina" e "desorganizada, descuidada(invertida)" , para a Estabilidade emocional: "calma, emocionalmente estável" e "ansiosa, que se preocupa facilmente (invertida)"; para a Extroversão os itens são: "extrovertida, entusiasta " e "reservada, calada (invertida)".

### Pontos de Corte:

Abertura a Novas Experiências: 5,38; Afabilidade: 5,23; Conscienciosidade: 5,40; Estabilidade Emocional: 4,83; Extroversão: 4,44. São caracterizados níveis para cada dimensão: Abertura a Novas Experiências: (de 0 a 4,30 – Baixo), (de 4,31 a 5,37 - Médio Baixo), (de 5,38 a 6,44 - Médio Alto), (acima de 6,45 – Alto); Afabilidade: (de 0 a 4,11 – Baixo), (de 4,12 a 5,22 - Médio Baixo), (de 5,23 a 6,33 - Médio Alto), (acima de 6,34 – Alto); Conscienciosidade: (de 0 a 4,07 – Baixo), (de 4,08 a 5,39 - Médio Baixo), (de 5,40 a 6,71 - Médio Alto), (acima de 6,72 – Alto); Estabilidade Emocional: (de 0 a 3,40 – Baixo), (de 3,41 a 4,82 - Médio Baixo), (de 4,83 a 6,24 - Médio Alto), (acima de 6,25 – Alto); Extroversão: (de 0 a 2,98 – Baixo), (de 2,99 a 4,43 - Médio Baixo), (de 4,44 a 5,88 - Médio Alto), (acima de 5,89 – Alto).

## TMMS 24 (Trait Meta-Mood Scale)

Queirós, M. M., Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. Carral, J. M. C. e Queirós, P. S. (2005). Validação e fiabilidade da versão portuguesa modificada da Trait Meta-Mood Scale.

Neste questionário encontrará algumas afirmações sobre as suas emoções e sentimentos. Leia atentamente cada frase e indique, por favor, o grau em que está de acordo ou desacordo com cada uma delas marcando com X ou um círculo no número que mais se aproxima das suas preferências. Tenha sempre presente que não há respostas certas ou erradas, nem respostas boas ou más. Não gaste muito tempo a pensar em cada resposta.

1	2	3	4	5
Discordo totalmente	Discordo em parte	Nem concordo nem discordo	Concordo em parte	Concordo plenamente
1. Presto muita atenção aos meus sentimentos.				1 2 3 4 5
2. Preocupo-me muito com os meus sentimentos.				1 2 3 4 5
3. Acho que é útil pensar nas minhas emoções.				1 2 3 4 5
4. Vale a pena prestar atenção às minhas emoções e estados de espírito				1 2 3 4 5
5. Deixo que os meus sentimentos se intrometam com os meus pensamentos				1 2 3 4 5
6. Penso constantemente no meu estado de espírito				1 2 3 4 5
7. Penso muitas vezes nos meus sentimentos.				1 2 3 4 5
8. Presto muita atenção àquilo que sinto.				1 2 3 4 5
9. Normalmente sei o que estou a sentir				1 2 3 4 5
10. Muitas vezes consigo saber aquilo que sinto.				1 2 3 4 5
11. Quase sempre sei exactamente aquilo que sinto.				1 2 3 4 5
12. Normalmente conheço os meus sentimentos sobre as pessoas ou qualquer assunto				1 2 3 4 5
13. Tenho, muitas vezes, consciência do que sinto sobre qualquer assunto				1 2 3 4 5
14. Consigo dizer sempre o que sinto				1 2 3 4 5
15. Às vezes, consigo dizer o que sinto				1 2 3 4 5
16. Consigo perceber aquilo que sinto.				1 2 3 4 5
17. Embora, por vezes, esteja triste tenho, quase sempre, uma atitude optimista				1 2 3 4 5
18. Mesmo que me sinta mal, tento pensar em coisas agradáveis				1 2 3 4 5
19. Quando me aborreço, penso nas coisas agradáveis da vida				1 2 3 4 5
20. Tento ter pensamentos positivos mesmo que me sinta mal.				1 2 3 4 5
21. Se sinto que estou a perder a cabeça, tento acalmar-me.				1 2 3 4 5
22. Preocupo-me em manter um bom estado de espírito				1 2 3 4 5
23. Tenho sempre muita energia quando estou feliz				1 2 3 4 5
24. Quando estou zangado procuro mudar a minha disposição				1 2 3 4 5

Na tabela seguinte são apresentadas as três componentes. Contem três dimensões chave da inteligência emocional percebida com 8 itens cada uma. Atenção às emoções, Clareza de sentimentos e Reparação do estado emocional.

Atenção	Sou capaz de sentir e expressar os sentimentos de forma adequada
Clareza	Compreendo bem os meus estados emocionais
Reparação	Sou capaz de regular os estados emocionais correctamente

Para corrigir e obter uma pontuação em cada um dos factores, siga as instruções :

Factores	Fórmula
Factor I. Atenção às emoções	(1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + 7 + 8)
Factor II. Clareza de sentimentos	(9 + 10 + 11 + 12 + 13 + 14 + 15 + 16)

Posteriormente observe a sua pontuação em cada uma das tabelas seguintes que mostram os pontos de corte, para homens e mulheres, pois existem diferenças nas pontuações entre os sexos.

	Homens	Mulheres
Atenção	Deve melhorar a sua atenção: presta pouca atenção < 21	Deve melhorar a sua atenção: presta pouca atenção < 24
	Atenção adequada 22 a 32	Atenção adequada 25 a 35
	Deve melhorar a sua atenção: presta demasiada atenção > 33	Deve melhorar a sua atenção: presta demasiada atenção > 36
Reparação	Deve melhorar a sua reparação < 23	Deve melhorar a sua reparação < 23
	Reparação adequada 24 a 35	Reparação adequada 24 a 34
	Excelente reparação > 36	Excelente reparação > 35
Clareza	Deve melhorar a sua clareza < 25	Deve melhorar a sua clareza < 23
	Clareza adequada 26 a 35	Clareza adequada 24 a 34
	Excelente clareza > 36	Excelente clareza > 35

### ANEXO 3

#### Autorização para Utilização do Inventário TIPI

----- Original Message -----

**From:** [Sao Luis Castro](#)

**To:** [Sónia Costa](#)

**Cc:** [São Luís Castro](#)

**Sent:** Friday, March 11, 2011 12:02 PM

**Subject:** Re: PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO DO QUESTIONARIO TIPI

Cara Sónia:

tenho muito gosto em que use a versão portuguesa do TIPI no seu estudo de mestrado.

Gostaria apenas que no final me comunicasse os resultados desse estudo.

Felicidades.

São Luis Castro

Associate Professor w/ Habilitation

Faculdade de Psicologia e CE

Universidade do Porto

Rua Dr. Manuel Pereira Silva

[REDACTED]

----- Original Message -----

**From:** [César Lima](#)

**To:** [Sónia Costa](#)

**Sent:** Wednesday, April 27, 2011 3:03 PM

**Subject:** Re: Ten item Personality Inventory

Boa tarde,

No seguimento da nossa conversa telefónica de há pouco, aqui envio a forma como poderá fazer referência à tradução portuguesa do TIPI:

Lima, C. F., & Castro, S. L. (2009). *Inventário de Personalidade de 10 itens, versão portuguesa* [Ten-Item Personality Inventory, Portuguese version]. Retrieved from [http://homepage.psy.utexas.edu/homepage/faculty/gosling/scales\\_we.htm#Ten%20Item%20Personality%20Measure%20\(TIPI\)](http://homepage.psy.utexas.edu/homepage/faculty/gosling/scales_we.htm#Ten%20Item%20Personality%20Measure%20(TIPI))

Permaneço ao dispor para qualquer outra questão em que possa ser útil.

Cumprimentos,

César Lima

[REDACTED]

## **ANEXO 4**

### *Autorização para Utilização do Questionário TMMS 24*

----- Original Message -----

**From:** [Manuela Queirós](#)

**To:** [Sónia Costa](#)

**Sent:** Wednesday, March 02, 2011 3:43 PM

**Subject:** Re: Pedido de questionário TMMS 24 e Autorização para a sua aplicação

Muito boa tarde!

É com imenso gosto que autorizo a utilização da versão portuguesa do TMMS 24, para a sua investigação de mestrado.

Envio em ficheiro anexo o artigo, no qual se encontra em anexo o questionário e a respectiva cotação.

Os meus melhores cumprimentos

Manuela Queirós

## **ANEXO 5**

### *Autorização para o Estudo no Clube A e T*

----- Original Message -----

**From:** [José Eduardo Simões](#)

**To:** [Sónia Costa](#)

**Sent:** Thursday, March 10, 2011 3:28 PM

**Subject:** Re: Pedido de Autorização para recolha de dados para Tese de Mestrado

Cara Sónia

Autorizo o pedido, que considero de grande interesse também para a [REDACTED]. Gostaria que um exemplar desses resultados e da tese fosse entregue à [REDACTED], para servir a própria formação e como formar.

Saudações académicas

José Eduardo Simões

## ANEXO 6

### *Autorização do Estudo no Clube P*

----- Original Message -----

**From:** [Luis Castro](#)

**To:** [28674@sapo.pt](mailto:28674@sapo.pt)

**Sent:** Friday, April 22, 2011 4:01 PM

**Subject:** questionário para tese

Boa tarde Sónia,

Tal como conversa-mos via telefone o seu estudo foi autorizado, serve o presente para enviar contacto dos Psicólogos dos escalões de Sub 19, 17 e 16:

Sub 19 – [REDACTED]

Sub 17 – [REDACTED]

Sub 16 – [REDACTED]

Cumprimentos,

[Luís Castro](#)

[REDACTED]

[REDACTED]