

## PERCEIVED EMOTIONAL INTELLIGENCE IN SOCCER ATHLETES

**Sónia Brito-Costa**

Universidade de Aveiro, sonya.b.costa@gmail.com

**Florêncio Vicente Castro**

Universidade da Extremadura, fvicentec@gmail.com

**Ana Moisés**

Universidade de Aveiro, ana.karina.teodosio@gmail.com

**Ester Nascimento**

Universidade Tiradentes, ester\_fraga@unit.br

**Hugo de Almeida**

ISCA-Universidade de Aveiro, hugodealmeida@ua.pt

**M<sup>a</sup> Isabel Ruiz Fernández**

University of Extremadura, miruiz@gmial.com

<http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v2.310>

*Fecha de Recepción: 29 Enero 2016*

*Fecha de Admisión: 15 Febrero 2016*

### RESUMO

Pretendeu-se determinar a Inteligência Emocional percebida baseado no Modelo de Inteligência Emocional proposto por Mayer e Salovey (1993) em 170 atletas, do género masculino da modalidade de futebol. Utilizaram-se como medidas de auto-relato, 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*. A TMMS24 apresentou uma elevada consistência interna ( $\alpha=0,890$ ) e 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.

**Palavras-Chave:** Inteligência Emocional, TMMS24, Atletas de Futebol

### ABSTRACT

#### **Inteligência emocional percebida em atletas de futebol**

This study sought to determine the Perceived Emotional Intelligence, based on the theoretical model of emotional intelligence proposed by Mayer and Salovey (1993) in 170 male athletes of soccer sport. Were used as measures of self-report 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. The TMMS24 showed a high internal consistency ( $\alpha = 0.890$ ). There were 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.

**Keywords:** Emotional Intelligence, TMMS24, Soccer Players

### INTRODUÇÃO

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, indo 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, para que o indivíduo possa solucionar problemas, e adaptar-se ao meio que o rodeia, e o entendimento emocional é uma componente fundamental das capacidades psicológicas do indivíduo, uma vez que é esta capacidade que permite que o mesmo se relacione de forma adequada com os outros (Aragón, Franco, & Chavéz, 2008). Desta forma, os componentes emocionais da competência emocional, são as habilidades primordiais e eficazes, mais concretamente nas interações sociais, uma vez que é no intercâmbio interpessoal que se estabelece o significado emocional (Guaita, 2007).

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, & 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; II - A emoção como facilitadora do pensamento; III - O conhecimento emocional; IV - A regulação das emoções.

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.

O estudo 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, considerámos pertinente, empreender uma análise da inteligência emocional percebida em atletas de futebol, com base no Modelo da inteligência emocional de Salovey e Mayer (1993).

## MATERIAIS E MÉTODOS:

### Instrumentos:

- **Questionário Sócio-Demográfico e de Prática Desportiva**, 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);

- **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”. Esta medida avalia, as diferenças individuais, relativamente

## PERCEIVED EMOTIONAL INTELLIGENCE IN SOCCER ATHLETES

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:

Aquando da administração, apresentámos os objectivos do estudo numa carta anexa aos questionários, 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 recorreremos 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 confiabilidade do instrumento. 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 sénior 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, júnior (Sub-19).

Quadro 1: Distribuição dos escalões por clube

	Clube						Total	
	A		T		P		N	%
<b>Escalão Actual</b>	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%
Juniore (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>	97	100,0%	20	100,0%	53	100,0%	170	100,0%

**Perfil dos Participantes por posição de jogo:**

**Guarda-Redes:** apresentaram atenção adequada (66,7%), clareza adequada (94,4%) e reparação adequada (88,9%);

**Defesa Central:** revelaram atenção adequada (53,6%), clareza adequada (78,6%) reparação adequada (75,0%);

**Defesa Lateral:** exibiram atenção adequada (57,7%), clareza adequada (73,9%) e reparação adequada (53,8%);

**Médio Centro:** evidenciaram atenção adequada (50,0%), uma clareza adequada (67,4%) e uma reparação adequada (71,7%);

**Médio Ala:** apresentaram atenção adequada (50,0%), clareza adequada (73,3%) e reparação adequada (56,7%);

**Ponta de Lança:** exibiram atenção adequada (59,1%), clareza adequada (72,7%) e reparação adequada (68,2%).

**RESULTADOS****Confiabilidade do Instrumento de Avaliação TMMS24:**

Pela análise do Quadro 2, 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 2: Alpha de Cronbach da Escala TMMS 24

**Alpha de Cronbach TMMS (N itens=24)****0,890**

	N Itens	Alpha de Chronbach	Alpha de Cronbach se item Eliminado
Atenção às Emoções	8	0,861	0,872
Clareza de Sentimentos	8	0,836	0,859
Reparação do Estado Emocional	8	0,818	0,863

## PERCEIVED EMOTIONAL INTELLIGENCE IN SOCCER ATHLETES

O teste de *Kolmogorov-Smirnov* foi utilizado para definir a normalidade da distribuição. Pela análise do Quadro 3, verificámos que a distribuição de dados referentes às variáveis da 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 3: Teste de Normalidade de Kolmogorov-Smirnov

Inteligência Emocional	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estatística	gl	p
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

Pela análise do Quadro 4, 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 4: Teste Kruskal Wallis

Inteligência Emocional	Período de Treino						$\chi^2$	p
	Manhã		Tarde		Noite			
	N	Média Classe	N	Média Classe	N	Média Classe		
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

Pela análise do Quadro 5, 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 5: Teste U Mann Whitney

Inteligência Emocional	Subs		Seniores		U	p
	N	Média de Classe	N	Média de Classe		
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 significante ao nível de 0.05.

Pela análise do Quadro 6, 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 6: 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

Pela análise do Quadro 7, 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 de jogo ( $p < 0,05$ ).

Quadro 7 : 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 E CONCLUSÕES:

Em relação à TMMS24, procedemos à análise da confiabilidade dos 24 itens do instrumento, tendo obtido uma consistência interna elevada ( $\alpha = 0,890$ ), quase inalterada com a eliminação de qualquer item, concluindo que a TMMS24 tem uma elevada consistência interna, aproximando-se dos resultados encontrados pelos autores do instrumento (Salovey et al, 2005) assim como dos valores encontrados na versão Portuguesa (Queirós et al, 1995), oferecendo-nos um instrumento adequado e fiável com o qual se podem realizar investigações em diferentes âmbitos como o universo do desporto.

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; Guaita, 2007; 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.

## PERCEIVED EMOTIONAL INTELLIGENCE IN SOCCER ATHLETES

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, Hanton, & Connaughton, 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 & Flachsbart, 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 (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 consequentemente 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). Estes resultados assemelham-se ao perfil desportivo do “médio”, que é descrito por Maçãs 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 “reparação do estado emocional”, 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.

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 tácticas, é de interesse crucial, a identificação desses factores, na perspectiva da inteligência emocional, de forma a contribuir significativamente para a sua real ascensão enquanto atleta e enquanto pessoa.

Assim poderemos inferir que emoções poderão ter 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 esco-



lhas que são feitas, tendo em conta as suas acções emocionais, levam, a que o mesmo revele comportamentos mais ou menos potenciadores do seu sucesso desportivo.

### 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. DOI: 10.1080/02640410410001675324
- Aragón, R., Franco, B., & Chavéz, E. (2008). Psychological Evaluation of Emotional Understanding: Differences and Similarities between women and men. *Revista Ibero-Americana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 26 (2), 193-216.
- Botterill, C., & Brown, M. (2002). Emotion and perspective in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 33, 38-60.
- 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. Doi: 10.2466/pr0.94.3.751-755
- 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.
- Guaita, V. (2007). Emotional aspects of communication in children at risk by poverty. *Revista Ibero-Americana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 24 (2), 177 – 192.
- Hanin, Y.L. (2000). *Successful and poor performance and emotions*, In: *Emotions in sport*. Ed: Hanin, Y. Champaign : Human Kinetics. 157-188.
- 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.
- Maças V. & Brito J. J. (2000). *Os factores do jogo em futebol: As acções técnico-tácticas*. Vila Real: UTAD.
- 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.
- 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.
- 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*

## PERCEIVED EMOTIONAL INTELLIGENCE IN SOCCER ATHLETES

- Individual Differences*, 36, 163-172. Doi: 10.1016/S0191-8869(03)00076-X
- 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.
- 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.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211. Doi:0.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG
- 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. Doi: 10.1080/08870440290025812
- Silvério, J., & Srebro, R. (2008). *Como ganhar usando a cabeça*. (4.<sup>a</sup> ed., pp.187-293). Coimbra: Quarteto.
- Slaski, M. & Cartwright, S. (2002). Health performance and emotional intelligence: An exploratory study of retail managers. *Stress and Health*, 18, 63-68.
- 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. Doi:10.1016/j.paid.2006.09.003
- 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. DOI 10.1080/1612197X.2008.9671863
- 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.
- 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. DOI 10.1016/S0001-8791(03)00076-9
- Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2004). Emotional Intelligence in the Workplace: A Critical Review. *Applied Psychology: An International Review*, 53, 371-399. Doi: 10.1111/j.1464-0597.2004.00176.x