

Relação entre Personalidade, Coping e Coesão no Desporto

Diferenças entre géneros e escalões.

**Projeto de Investigação apresentado para a obtenção do grau de
Mestre em Psicologia do Desporto e do Exercício**

Ana Sofia Duarte Freixo

Orientador: Professora Doutora Carla Chicau Borrego

2014

“A ideia de que a personalidade e a prática de desporto estão mutuamente relacionadas, tem sido muito atrativa para os investigadores. A sua exploração científica não é um mero capricho pois está relacionada com a solução de diversos problemas práticos do desporto.”

Valdés (1998)

Dedicatória

Estes trabalho é dedicado aos meus os meus avós, que já não estão presentes, mas sei que estão orgulhosos do trabalho que fiz, do qual eles presenciaram os primeiros passos. Aos meus pais que tanto se esforçaram para que eu conseguisse estar aqui neste momento e me apoiaram nos bons e maus momentos. E por último, mas não menos importante, ao meu namorado que me ajudou em todos os processos logísticos que o presente trabalho envolveu e também pela paciência demonstrada quando o meu stress acumulado era descarregado sobre ele.

Agradecimentos

Terminando mais um ciclo importante da minha vida, não posso deixar de agradecer às pessoas que tornaram este projecto possível e me acompanharam em todo o percurso.

À minha Orientadora, Professora Doutora Carla Chicau Borrego por me ter acompanhado neste trabalho e ter conseguido o questionário da personalidade e a parceria com as equipas com quem trabalhei.

Ao Sr. Dr. Ulisses Pereira que permitiu o contato com treinadores e atletas.

Aos treinadores, Prof. Rolando Freitas, Prof. Filomena Santos, Prof. Sandra Fernandes, Prof. João Florêncio e Prof. Dragoslav Punosevac e seus atletas que despenderam um pouco do seu tempo de estágio para que eu pudesse realizar este trabalho.

Aos Professores, Professora Doutora Mariana Kaiseler e Professor Doutor Adam Nicholls, que me facultaram artigos sobre os trabalhos que desenvolveram para a minha revisão de literatura.

À Marta uma amiga que gastou parte do seu tempo para me ajudar na correcção e estruturação da dissertação.

Por último, mas não menos importante aos meus pais Isaura e Virgílio, sem o vosso esforço não estaria aqui hoje, ao meu namorado Pedro que me ajudou em todas as etapas deste grande processo e à minha irmã Elisabete que apesar de tudo compreendeu a minha necessidade de concentração e me disponibilizou o material necessário ao tratamento de dados.

Resumo 1 – Relação entre Personalidade e a Coesão e diferenças em função do género e do escalão.

Pretendemos com o estudo analisar a relação entre a personalidade e coesão e verificar se existem diferenças de Personalidade e Coesão entre géneros e escalões, na modalidade de andebol. Participaram 102 atletas de andebol de seleção nacional (masculino, n=52 e feminino, n=50), pertencentes aos escalões juniores A juniores B e seniores, com idades compreendidas entre os 16 e os 35 anos (M= 20,34 DP+/-4,75 anos). Como instrumentos, foram utilizadas as versões portuguesas do Inventário de Personalidade, NEO-Pi (Lima & Simões, 2009), e do Questionário de Ambiente de Grupo (Mendes, Serpa & Bártolo, 1993). Os resultados permitem-nos concluir que o género feminino é mais recetivo a novas experiências, e integrado no grupo em questões sociais e de tarefa e mais atraídos para o grupo em questões relacionadas com a tarefa, do que o género masculino. Relativamente aos escalões, concluímos que os Juniores B são mais responsáveis (níveis mais elevados de Conscienciosidade) que o Juniores A e mais integrados no grupo, no que diz respeito a questões sociais do que o Juniores A e que os Seniores. Nas questões relacionadas com a Tarefa são mais integrados que os Seniores. Os resultados indicam ainda que os atletas com elevados valores de Amabilidade se comprometem mais com a equipa como um todo nas tarefas a desenvolver.

Palavras Chaves: Personalidade, Coesão, Idade, Escalão, Andebol, Alta-Competição.

Resumo 2- Relação entre Personalidade e a Coesão e diferenças em função do género e do escalão

O presente estudo teve como objetivos analisar a relação entre a personalidade e coping e verificar se existem diferenças de personalidade e coping entre géneros e escalões, na modalidade de andebol. Participaram 60 atletas de andebol (masculino $n=30$ e feminino $n=30$), pertencentes aos escalões juniores A, juniores B e seniores com idades compreendidas entre os 16 e os 33 anos ($M=19,68 \pm 4,75$ anos). Para a realização do estudo foram utilizadas as versões portuguesas do Inventário de Personalidade, NEO-Pi (Lima & Simões, 2009) e do Inventário de competências de Coping, ASCI-28 (Cruz, 1995). Os resultados permitem-nos concluir que o género feminino é mais recetivo a novas ideias e que aproveita o tempo de treino para novas aprendizagem do que o género masculino. Relativamente às diferenças entre escalões verificámos que os Juniores B são mais responsáveis (níveis mais elevados de Conscienciosidade) e mais preocupados (valores inferiores na Ausência de Preocupações) que o Juniores A. Concluimos também que a Personalidade e o Coping estão positivamente relacionados através da Extroversão e o Confronto com Adversidade; a Conscienciosidade e a Confiança e Motivação para Realização e a Formulação Objetivos/ Preparação Mental. E negativamente relacionadas através do Neuroticismo e Rendimento Máximo sob Pressão, Ausência de Preocupações, Confronto com Adversidade, Confiança, Confiança e Motivação para Realização e a Formulação Objetivos/ Preparação Mental e ainda entre o Rendimento Máximo sob Pressão.

Palavras-Chave: Personalidade, Coping, Idade, Escalão, Andebol, Alta-Competição.

Summary 1 – relationship between personality and cohesion and gender and Echelon differences.

We want the study to analyze the relationship between the personality and cohesion and check whether there are differences in personality and cohesion between genders and ranks in handball. 102 athletes participated in national team handball (male, $n = 52$ and female, $n = 50$), belonging to the junior ranks to junior B and seniors, aged between 16 and 35 years ($M = 20.34$ DP ± 4.75 years). As instruments, Portuguese versions were used personality inventory, NEO-Pi (Lima & Simões, 2009), and the Group environment questionnaire (Mendes, Serpa & Abdalla, 1993). The results allow us to conclude that the female gender is more recetivo to new experiences, and integrated into the Group on social issues and task and more attracted to the Group on issues related to the task, than the males. With regard to youth, we conclude that the juniors B are more responsible (higher levels of Conscientiousness) that the juniors and more integrated into the group, with regard to social issues than the juniors and the seniors. Task-related issues are more integrated than the seniors. The results indicate that the athletes with high values of Agreeableness if you promise more with the team as a whole in tasks to develop.

Key Words: Personality, Cohesion, Age, Rank, Handball, High-Competition.

Summary 2-relationship between personality and cohesion and gender and Echelon differences.

The present study aimed to analyze the relationship between personality and coping and check whether there are differences in personality and coping among genera and echelons, in handball. Participated 60 athletes in handball (male $n = 30$ and female $n = 30$), belonging to the junior ranks A, B and senior Juniors aged between 16 and 33 years ($M = 19.68 \pm 4.75$ years). To perform the study Portuguese versions were used personality inventory, NEO-Pi (Lima & Simões, 2009) and Coping skills inventory, ASCI-28 (cross, 1995). The results allow us to conclude that the female gender is more recetivo to new ideas and leveraging the training time for new learning than the males. Regarding the differences between ranks we found that the juniors B are are more responsible (higher levels of Conscientiousness) and more concerned (lower values in the absence of concerns) that Juniors A. We conclude also that the personality and Coping are positively linked through Extroversion and the confrontation with Adversity; the Conscientiousness and the confidence and motivation to Achieve and formulating goals/Mental preparation. And negatively related through the Neuroticism and maximum yield under pressure, the absence of Concerns, confrontation with Adversity, trust, Confidence and motivation to Achieve and formulating goals/Mental preparation and still among the maximum yield under pressure.

Keywords: Personality, Coping, Age, Rank, Handball, High-Competition.

Índice de Tabelas

Tabela 1. Caracterização da amostra em função da Personalidade e Coesão

Tabela 2. Descritivas das variáveis Género, Personalidade e Coesão

Tabela 3. Descritivas das variáveis Escalão, Personalidade e Coesão

Tabela 4. Comparação entre Géneros em função das variáveis Personalidade e Coesão

Tabela 5. Comparação entre Escalões em função das variáveis Personalidade e Coesão

Tabela 6. Correlação entre Personalidade e Coesão do total dos participantes

Tabela 7. Correlação entre Personalidade e Coesão em função do Género

Tabela 8. Correlação entre Personalidade e Coesão em função do Escalão

Tabela 9. Caracterização da amostra em função da Personalidade e Coping

Tabela 10. Descritivas das variáveis Género, Personalidade e Coping

Tabela 11. Descritivas das variáveis Escalão, Personalidade e Coping

Tabela 12. Comparação entre Géneros em função das variáveis Personalidade e Coping

Tabela 13. Comparação entre Escalões em função das variáveis Personalidade e Coping

Tabela 14. Correlação entre Personalidade e Coping do total dos participantes

Tabela 15. Correlação entre Personalidade e Coping em função do Género

Tabela 16. Correlação entre Personalidade e Coping em função do Escalão

Abreviaturas

N - Neuroticismo

E - Extroversão

O - Abertura à Experiência

A - Amabilidade

C - Conscienciosidade

AIG_T - Atração Individual para o Grupo em relação à Tarefa

AIG_S - Atração Individual para o Grupo em relação aos aspectos sociais

IG_T – Integração no Grupo em relação à Tarefa

IG_S - Integração no Grupo em relação em relação aos aspectos sociais

RMP - Rendimento Máximo sob Pressão

AP - Ausência de Preocupações

CA - Confronto com Adversidade

CO - Concentração

FO_PM – Formulação de Objetivos e Preparação Mental

CMR – Confiança e Motivação para a Realização

DAT – Disponibilidade para Aprendizagem durante o Treino

QAG – Questionário de Ambiente de Grupo

NEO-Pi – Inventário da Personalidade

ACSI /ICCD- Athletic Coping Skills Inventory/ Inventário de Competências de Confronto no Desporto

Índice

Dedicatória.....	ii
Agradecimentos.....	iii
Resumo 1 – Relação entre Personalidade e a Coesão e diferenças em função do género e do escalão.	iv
Resumo 2- Relação entre Personalidade e a Coesão e diferenças em função do género e do escalão.....	v
Summary 1 – relationship between personality and cohesion and gender and Echelon differences.	vi
Summary 2-relationship between personality and cohesion and gender and Echelon differences.	vii
Índice de Tabelas	viii
Abreviaturas	ix
Índice	1
1. Introdução Geral	3
1.1 Pertinência do Estudo	3
1.2.1. Objetivos	6
1.2.2. Hipóteses	6
2. Definição de Conceitos	7
2.1. Personalidade	7
2.2 Coesão	8
2.3 Coping	9
3. ESTUDO UM: Estudo da relação entre Personalidade e Coesão e diferenças em função do género e do escalão.....	11
3.1 Introdução	11
3.2 Definição de Variáveis	12
3.3. Metodologia	13
3.3.1 Participantes.....	13
3.3.2 Instrumentos.....	13
3.3.3 Procedimentos	15
3.3.4. Procedimentos Estatísticos.....	15
3.4 Apresentação de Resultados.....	16
3.5 Discussão e Conclusão do ESTUDO UM.....	24
4. ESTUDO DOIS: Estudo da relação entre Personalidade e Coping e diferenças em função do género e do escalão.....	27

4.1. Introdução	27
4.2 Definição de Variáveis	32
4.3. Metodologia do estudo 2	32
4.3.1 Participantes.....	32
4.3.2 Instrumentos.....	32
4.3.3. Procedimentos	33
4.3.4. Procedimentos Estatísticos.....	33
4.4 Apresentação de Resultados.....	34
4.5 Discussão e Conclusão do ESTUDO DOIS	44
5. Conclusões Gerais, Limitações e Recomendações	47
6. Referências Bibliográficas	49
Anexo I Análise Personalidade e Coesão entre Escalão.....	53
Anexo II – Análise Personalidade e Coping entre Escalão	56
Anexo III	60

1. Introdução Geral

1.1 Pertinência do Estudo

O estudo da personalidade no desporto é considerado, por Valdés (1998) e SanJuan (2003) como pertinente dado que esta pode ter grande influência no rendimento desportivo e na relação de trabalho com cada atleta ou com um grupo de atletas. No seu trabalho Braquín (2006), teve como objetivo descrever as características de personalidade mais utilizadas pelos homens e mulheres, e estabelecer possíveis relações entre essas características e os resultados desportivos. Os resultados do estudo mostram que no traço “conscienciosidade” não existem diferenças significativas entre homens e mulheres, contudo no traço “extroversão”, este é mais evidente no sexo feminino podendo estar mais relacionado com os resultados desportivos. O que corrobora a ideia dos autores acima mencionados.

Também no estudo realizado por Hermáez e Bardaji (2001), o objetivo centrou-se na análise das diferenças de personalidade entre géneros e idades. No estudo participaram 578 indivíduos com idades compreendidas 19 e os 65 anos, e concluíram que as mulheres apresentam pontuações mais altas nos traços preservação, acomodação, proteção, extroversão, afetividade e concordância e pontuações mais baixas nos traços de individualismo, introversão, reflexão firmeza e controlo. Também, Filho, Ribeiro e García (2005) indicam que os traços auto-realização e agressividade são mais elevados nos homens, e os traços irritabilidade, queixas físicas, inibição e emotividade são mais elevados nas mulheres.

Relativamente à comparação entre idades, os dados de Hermáez e Bardaji (2001), revelam diferenças significativas entre seniores (40 -65 anos) e juniores (19-26 anos), sendo que os primeiros apresentam valores mais altos nos traços proteção, introversão, reflexão, sistematização, conformismo e controlo e pontuações mais baixas nos traços de extroversão, intuição, inovação, comunicação e discrepância.

García-Naveira, Barquín e Pujals (2011) no seu estudo sobre diferenças de personalidade em função da idade consideraram que os atletas mais velhos diferem significativamente dos mais novos com níveis de Neuroticismo mais baixos (maior estabilidade emocional), traço de Conscienciosidade mais elevados (mais responsáveis), e mais abertos a novas experiências porém a Amabilidade e a Extroversão não apresentam diferenças significativas. Assim, não se confirma na totalidade a hipótese dos autores, contudo estes resultados contribuem para reforçar a ideia que existe diferenças de personalidade em função da idade.

Entendendo coesão como “um processo dinâmico que reflecte a tendência de um grupo em permanecer unido à procura de objectivos instrumentais comuns e/ou a satisfação das necessidades afectivas dos seus membros” (Carron, Brawley e Widmeyer, 1987 citado por Van Vianen e De Dreu, 2001 pp.100), onde se diferenciaram dois tipos de coesão, a coesão para a tarefa que consiste no grau em que os membros do grupo colaboram entre si para alcançar um objectivo comum; e a coesão social que se caracteriza pelo grau em que os membros do grupo se relacionam entre eles, companheirismo.

A relação entre a personalidade e a coesão tem sido alvo de estudos sendo as suas conclusões, por vezes, diferentes. Assim, o traço Neuroticismo relaciona-se positivamente com a coesão social (Van Vianen e De Dreu, 2001; O'Neill e Kline, 2008). No traço Amabilidade foi encontrada uma relação positiva com a coesão (LePine, Buckman, Crawford & Methot, 2010; O'Neill e Kline, 2008). Em relação à Extroversão verificou-se, no estudo de O'Neill e Kline (2008), não existir nenhuma relação significativa com a coesão, no entanto Van Vianen e De Dreu (2001) encontrou uma associação positiva com a coesão social. Ao nível da Conscienciosidade verificou-se uma relação positiva com a coesão para a tarefa (LePine, Buckman, Crawford & Methot, 2010; Van Vianen e De Dreu, 2001), porém O'Neill e Kline (2008) concluem que esta dimensão não tem efeito significativo em relação à coesão. Relativamente à Abertura à Experiência não existem dados sobre a sua relação com a coesão.

O coping foi identificado por Nicholls e Polman (2007) como um fator crucial na performance desportiva. O coping é uma expressão pouco utilizada em português, estando estritamente ligada ao stress, assumindo o significado

em linguagem científica de *adaptação, confronto, gerir e/ou lidar com* (Ribeiro, 2009) Tal como para o significado existem diferentes expressões, também a definição do conceito é variada. No presente estudo entendemos coping como “um conjunto preferencial de estratégias que permanece relativamente fixo no tempo e nas circunstâncias” (Carver, Scheier & Weintraub, 1989 pp.270 citado por Nicholls & Polman, 2007). De muitos modelos e posições teóricas para estudar o coping, o Modelo de Lazarus e Folkman (1984) é dos mais utilizados no contexto do desporto. Este modelo apresenta duas grandes dimensões: o coping focado no problema ou cognitivo e o coping focado nas emoções.

Os estudos realizados sobre a relação entre a personalidade e o coping analisam, maioritariamente, a influência dos traços de personalidade na escolha das estratégias de coping não havendo consensualidade nas suas conclusões. Assim o traço Neuroticismo encontra-se positivamente relacionado com o coping focado no problema e negativamente relacionado com o coping focado nas emoções (Vollrath e Torgersen, 2000; Karimzade e Ali Besharat, 2011). Porém os estudos de Brebner (2001) e de Carver e Connor-Smith (2010), mostram que o Neuroticismo se encontra positivamente relacionado com o coping focado nas emoções. No traço Extroversão foram encontradas relações positivas entre esta dimensão e o coping focado no problema (Vollrath e Torgersen, 2000; Carver e Connor-Smith, 2010; Karimzade e Ali Besharat, 2011) e negativamente relacionada com o coping focado nas emoções (Vollrath e Torgersen, 2000), no entanto Brebner (2001) diz que existe relação positiva com o coping focado nas emoções. Na Abertura à Experiência, os estudos de Carver e Connor-Smith (2010) e Karimzade e Ali Besharat (2011) mostram que esta dimensão se relaciona positivamente com o coping focado no problema, no entanto, Brebner (2001) refere que a relação positiva é com o coping focado nas emoções. Relativamente à Conscienciosidade os estudos mostram que esta se relaciona positivamente com o coping focado no problema (Vollrath e Torgersen, 2000; Brebner, 2001; Carver e Connor-Smith, 2010; Karimzade e Ali Besharat, 2011) e negativamente com o coping focado nas emoções (Vollrath e Torgersen, 2000; Brebner, 2001; Karimzade e Ali Besharat, 2011). Em relação à Amabilidade foram apenas encontradas relações positivas com o coping

focado no problema. (Carver e Connor-Smith,2010;Karimzade e Ali Besharat, 2011)

1.2 Apresentação dos Objetivos e Hipóteses

1.2.1. Objetivos

Para a realização da investigação delineámos os seguintes objectivos:

- Verificar se existem relações significativas entre a Personalidade e o Coping e entre Personalidade e a Coesão.
- Verificar se existem diferenças de Personalidade e Coesão entre géneros e escalões.
- Verificar se existem diferenças de Personalidade e Coping entre géneros e escalões.

1.2.2. Hipóteses

Estudo 1: Estudo da relação entre Personalidade e Coesão e diferenças em função do género e do escalão.

H1 - Existe diferença significativa na personalidade e coesão em função de:

- a) Género;
- b) Escalão

H2 - Existe relação positiva entre as variáveis Personalidade e da Coesão

Estudo 2: Estudo da relação entre Personalidade e Coping e diferenças em função do género e do escalão.

H3 - Existe diferença significativa na personalidade e coping em função de:

- a) Género;
- b) Escalão

H4 - Existe relação positiva entre as variáveis Personalidade e Coping.

O presente trabalho dividir-se-á em 2 estudos, devido ao “N” ser diferente para cada variável estudada. Sendo que no estudo 1, Personalidade e Coesão tem participado 102 atletas (50 femininos e 52 masculinos) e no estudo 2, Personalidade e Coping participaram 60 atletas (30 femininos e 30 masculinos).

2. Definição de Conceitos

2.1. Personalidade

É frequente utilizarmos a palavra personalidade para descrevermos os outros e a nós mesmos. Assim, Schultz e Schultz (2002) definem personalidade como o “conjunto de aspetos internos e externos peculiares relativamente permanentes do carácter de uma pessoa, que influenciam o seu comportamento em situações diferentes”. Das inúmeras abordagens da personalidade, a abordagem dos traços, nomeadamente o modelo dos Cinco Fatores (McCrae & Costa, 1985), vê o traço como uma característica pessoal distinta, fixa, constante e invariável independentemente da situação, utilizada para descrever a personalidade de pessoas que conhecemos. Porém, existem algumas críticas apontadas a este modelo, sendo as principais: base na análise factorial, poucos elementos sobre a forma como funciona a personalidade; os traços não são interessantes para explicar a personalidade porque nem sempre agimos da mesma maneira. Apesar das críticas, McCrae e Costa (1994) enumeram argumentos a favor do modelo os cinco grandes fatores: estudos longitudinais mostram que os 5 fatores constituem disposições reais para que uma pessoa se comporte de determinada forma, em certas situações; os 5 fatores encontram-se na linguagem corrente e na maioria dos questionários de personalidade; os 5 factores encontram-se em diferentes culturas; o modelo é considerado universal.

Na revisão sistemática de Fortes e Conrado (2012), de 1008 estudos, confirma-se que o Modelo dos Cinco Fatores e o seu instrumento NEO-Pi tem sido amplamente utilizados no contexto desportivo, permitindo tirar as seguintes conclusões: quanto mais baixos os níveis de neuroticismo mais benefícios no desempenho e facilidade de atuar sob pressão; quanto maiores os níveis de conscienciosidade melhor é o desempenho; quanto maior a abertura á experiencia maior a convivência com o grupo; A extroversão e a amabilidade não evidenciam nenhuma relação significativa nem com o desempenho nem com a tração para o grupo. Razão pela qual utilizamos o questionário NEO-Pi neste estudo.

2.2 Coesão

Das diferentes definições de coesão a mais aceite é a de Carron, Brawley e Widmeyer, 1997, segundo a qual coesão é “ um processo dinâmico que reflecte a tendência de um grupo em permanecer unido à procura de objectivos instrumentais comuns e/ou a satisfação das necessidades afectivas dos seus membros”, onde se diferenciaram dois tipos de coesão, a coesão para a tarefa que consiste no grau em que os membros do grupo colaboram entre si para alcançar um objectivo comum; e a coesão social que se caracteriza pelo grau em que os membros do grupo se relacionam entre eles, companheirismo. Com esta nova definição, Carron, Brawley e Widmeyer (1985) construíram o modelo conceptual de coesão, que identificou quatro dimensões da coesão: grupo, indivíduo, social e tarefa. As dimensões grupo e indivíduo reflectem que um membro pode ser comprometido com os outros membros e / ou do próprio grupo. Integração no grupo representa as percepções dos membros do grupo como um todo. Atracção Individual para o grupo representa o envolvimento pessoal de cada membro e a sua atracção para permanecer no grupo. As dimensões social e tarefa reflectem os interesses de cada membro nos objectivos e/ou nas relações sociais do grupo. Relacionando as quatro dimensões do modelo, obtemos os seguintes factores de coesão : Atracção individual para o grupo em relação aos aspectos sociais, que reflecte os sentimentos dos membros para o grupo quando este é visto como uma unidade

social; Atracção individual para o grupo em relação à tarefa, que se traduz nos sentimentos dos membros do grupo em relação à produtividade do mesmo; Integração no grupo em relação aos aspectos sociais transmite a percepção individual de cada membro sobre os aspectos sociais existentes no grupo; Integração no grupo em relação à tarefa reflecte a percepção individual que cada membro tem em relação ao grupo como um todo tendo em conta as tarefas a realizar.

A escolha deste modelo deve-se ao facto de este estar na base do questionário mais utilizado no desporto, para medir a coesão, o Questionário do Ambiente de Grupo de Mendes, Serpa & Bártolo, (1993) traduzido e adaptado para a população portuguesa.

2.3 Coping

O coping é uma expressão pouco utilizada em português. Estando estritamente ligada ao stress, em linguagem científica, significa “adaptação” “confronto”, “gerir” e/ou “lidar com”. (Ribeiro, 2009)

Tal como para o significado existem diferentes expressões, também existem diferentes definições deste conceito. Nicholls e Polman (2007) na sua revisão sistemática de 64 estudos apresentam-nos duas definições de coping: segundo a perspectiva de traços onde o coping é visto como “um conjunto preferencial de estratégias que permanece relativamente fixo no tempo e nas circunstâncias.” E segundo a perspectiva do processo ou transaccional onde o coping se define como “ esforços cognitivos e comportamentais para gerir exigências específicas, internas e/ou externas, que são avaliadas como estando nos limites dos recursos humanos.”

De muitos modelos e posições teóricas para estudar o coping, o Modelo de Lazarus e Folkman (1984) é o mais utilizado para o estudo do coping no desporto. Este modelo apresenta duas grandes dimensões o coping focado no problema ou cognitivo e o coping focado nas emoções. Estas duas dimensões subdividem-se, o coping focado no problema tem as seguintes sub-dimensões:

suporte social, resolução planeada do problema, reavaliação positiva, distanciamento e assumir a responsabilidade. O coping focado nas emoções tem as seguintes sub-dimensões: autocontrolo, fuga ou evitamento e confrontação. Este modelo pressupõe quatro conceitos: 1) o coping é um processo entre o individuo e o ambiente; 2) a função é gerir a situação stressora; 3) pressupõe a noção de avaliação; 4) mobilização de esforços cognitivos e comportamentais.

A introdução da variável coping no nosso estudo resulta recomendação de Nicholls e Polman (2007) que identificam o coping como um fator crucial na performance desportiva.

O estudo de Coimbra, Filho, Andrade e Miranda (2013) teve como objectivo analisar as habilidades de coping em atletas brasileiros e verificar as diferenças entre os sexos, com 375 atletas com uma média de idades de 16.8 ± 2.1 anos. Em relação às habilidades psicológicas e o género das atletas, foram observados efeitos principais significativos para Rendimento Máximo sob Pressão ($F= 18.4$ $p<0.01$), Confronto com Adversidades ($F=34.4$ $p<0.01$), Formulação de Objetivos/Preparação Mental ($F= 6.2$ $p<0.01$) e Confiança/Motivação ($F= 23.8$ $p<0.01$). Independentemente do tipo de desporto e do nível competitivo, os atletas masculinos apresentaram maiores escores nestas habilidades psicológicas do que as atletas do género feminino.

Os resultados do estudo de Barbosa e Cruz (1997) sobre as principais estratégias de coping utilizadas por atletas de andebol de alta competição, indicam que as estratégias mais evidentes são o controlo emocional, a ausência de preocupações e aprendizagem através do treino. Estes dados confirmam que as estratégias mais utilizadas estão mais próximas dos modelos conceptuais gerais, razão pela qual utilizamos no nosso estudo o Inventário de Competências de Confronto (Athletics Coping Skills Inventory – ACSI-28), o mesmo instrumento utilizado pelos autores para avaliação do coping.

3. ESTUDO UM: Estudo da relação entre Personalidade e Coesão e diferenças em função do género e do escalão.

3.1 Introdução

O estudo da personalidade no desporto é considerado, por Valdés (1998) e SanJuan (2003) como pertinente dado que esta pode ter grande influência no rendimento desportivo e na relação de trabalho com cada atleta ou com um grupo de atletas.

Existem alguns estudos sobre a associação entre a personalidade e a coesão. Karn, Syed-Abdullah, Cowling & Holcombe (2007) estudaram a influência da homogeneidade da personalidade na coesão tanto social como para a tarefa; O estudo de LePine, Buckman, Crawford & Methot (2010) debruçou-se sobre características gerais da personalidade (características tais como consciência e afabilidade) de cada membro da equipa, que podem ser bastantes substanciais no desempenho da mesma, sendo os efeitos mais fortes quando o comportamento é orientado para os processos, do que quando o comportamento da equipa é orientado para os resultados.

O estudo de Van Vianen e De Dreu (2001) examinou a relação entre a composição da personalidade, a coesão para a tarefa e a coesão social em duas amostras, uma de 85 funcionários de 24 empresas americanas e outra de 100 estudantes, divididos em 25 equipas, da Universidade de Amesterdão. Os autores concluíram que os níveis mínimos de consciência e afabilidade contribuíram positivamente para a coesão de tarefa e que níveis médios-altos de extroversão e Neuroticismo contribuíram positivamente para a coesão social.

Segundo Bolin e Neuman (2006), no estudo com 312 estudantes universitários de psicologia, moderados níveis de extroversão tiveram relações significativamente negativas com as variáveis do processo do grupo. Níveis médios de Abertura à Experiencia tiveram uma correlação positiva e significativa com os resultados do grupo, mas não com as variáveis do processo de grupo. Finalmente, o Neuroticismo não foi relacionado com

variáveis de processo de grupo, mas teve uma relação significativa com os resultados do mesmo.

O estudo piloto de O'Neill e Kline (2008), permitiu identificar as variáveis que poderiam estar relacionadas com o desempenho da equipa. As variáveis analisadas foram a Extroversão, Conscienciosidade, Neuroticismo e a Amabilidade em relação à coesão para a tarefa e à coesão social. Os resultados indicam que a Extroversão e a Conscienciosidade não tem nenhum efeito significativo em relação á coesão, enquanto o Neuroticismo e a Amabilidade têm um efeito significativo na previsão da coesão.

Os autores Minton e Schneider (1985) explicam as diferenças entre os sexos através das convicções da maioria dos autores interessados na psicologia das diferenças do sexo. Assim, socialmente vemos as mulheres como o género mais sociável e mais orientado para as pessoas e vemos os homens como mais orientados para a tarefa.

Com este estudo pretendemos analisar se existe diferença significativa na personalidade e coesão em função do Género e Escalão e ainda se, se verifica uma relação de positiva entre as variáveis Personalidade e da Coesão

3.2 Definição de Variáveis

Variáveis Independentes. No presente estudo, são consideradas variáveis independentes o Género e o Escalão

Variáveis Dependentes. São consideradas variáveis dependentes a Personalidade e a Coesão.

3.3. Metodologia

3.3.1 Participantes

No estudo realizado participaram 102 atletas das seleções de andebol, de ambos os sexos, (52 masculino e 50 feminino), pertencentes aos escalões juniores A (n=35, 18 masc. e 17fem.), juniores B (n= 32, 16 masc. e 16 fem.) e seniores (n= 35, 18 masc. e 17 fem.), com idades compreendidas entre os 16 e os 35 anos ($M_{idade} = 20,34$, $DP = \pm 4,75$ anos). A escolha destes escalões justifica-se através da literatura que refere que a personalidade só deve ser avaliada a partir dos 16/17 anos.

Tabela 1. Caracterização da amostra em função da Personalidade e Coesão

	Feminino (n=50)		Masculino (n=52)		Total (n=102)	
	Min.-Máx.	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)
Idade	16-35	19,68 (4,66)	16-33	20,98 (4,7)	16-35	20,34 (4,75)
Anos de Prática	4-23	9,43 (4,55)	4-24	11,17 (5,32)	4-24	10,32 (4,99)
Horas de Prática Semanais	5,5-12	7,46 (1,78)	7-28	13,03 (3,76)	5,5-28	10,30 (4,07)

3.3.2 Instrumentos

Para a análise da Coesão foi utilizado o *Questionário do Ambiente de Grupo* (QAG; Mendes, Serpa & Bártolo, 1993), tradução e adaptação, para a população portuguesa, do Group Environment Questionnaire (Carron, Brawley e Widmeyer, 1985). O QAG é um instrumento para a avaliação geral da coesão compreendida pelos membros das equipas dos vários desportos (individuais e coletivos). O questionário apresenta quatro dimensões: 1) Atracção Individual para o Grupo em relação aos aspetos Sociais - AIG-S (e.g. “*Não gosto de participar nas actividades sociais desta equipa*”); 2) Atracção Individual para o Grupo em relação à Tarefa - AIG-T (e.g. “*Não estou satisfeito com o tempo que tenho para treinar*”); 3) Integração do Grupo em relação aos aspectos Sociais -

IG-S (e.g. “Os membros da nossa equipa preferem sair sozinhos do que saírem juntos como uma equipa” e; 4) Integração no Grupo em relação à Tarefa - IG-T (e.g. “Assumimos toda a responsabilidade por qualquer mau resultado ou mau rendimento da nossa equipa”).

As pontuações das dimensões são obtidas pelo somatório dos itens relevantes para cada uma das dimensões: Itens 1, 3, 5, 7 e 9 para AIG-S; Itens 2, 4, 6, 8 para AIG-T; Itens 11, 13, 15 e 17 para IG-S; e Itens 10, 12, 14, 16 e 18 para IG-T. Os itens 5; 9; 10; 12; 15 e 16 têm uma cotação idêntica aos valores da escala, indo de “Discordo absolutamente” que assume o valor 1 até ao “Concordo absolutamente” com o valor 9. Os outros itens são cotados de forma inversa (Discordo absolutamente=9, Concordo absolutamente=1). Assim, maior pontuação representa maior percepção de coesão.

Ao analisarmos a consistência interna das dimensões do questionário, os valores obtidos pelo *Alpha de Cronbach* variam entre 0.64 e 0.75, respectivamente AIG_S e IG_S, sendo que os valores de AIG_T e IG_T são 0.74 e 0.73, respectivamente.

Para a Personalidade foi utilizado o *Inventário da Personalidade NEO PI-R* (McCrae e Costa, 1990), traduzido e validado para a população portuguesa por Lima (1997). O NEO PI-R é composto por 240 itens que avaliam os 5 factores da personalidade: Neuroticismo (adaptação vs. instabilidade emocional e.g. “Muitas vezes aborrece-me a maneira como as pessoas me tratam”), Extroversão (quantidade e intensidade das interações interpessoais e.g. “Gosto realmente da maioria das pessoas que conheço”), Abertura à Experiência (inclinação para novas ideias e valores e.g. “Tenho uma imaginação muito ativa”), Amabilidade (tendências interpessoais e.g. “Prefiro colaborar com as outras pessoas do que competir com elas”) e Conscienciosidade (grau de organização e.g. “sou conhecido(a) pela minha prudência e bom senso”), bem como as 6 facetas de cada um, correspondendo assim 8 itens a cada faceta.

A escala de resposta é uma escala de Likert de 5 pontos que variam entre 0 “Discordo Fortemente” e 4 “Concordo Fortemente”, porém, existem itens que são cotados de forma inversa (4 “Discordo Fortemente” e 0 “

Concordo Fortemente”). As pontuações das dimensões são obtidas pelo somatório dos itens de cada uma das dimensões. O NEO PI-R é composto por 2 versões: a forma S de auto-avaliação e a forma R de hetero-avaliação, aplicada pelos pares ou cônjuges, e serve para completar os dados da auto-avaliação. Para o presente estudo apenas utilizaremos a forma S.

No que diz respeito à consistência interna das dimensões do instrumento verificámos que os valores do *Alpha de Cronbach* obtidos em cada uma das dimensões foram 0.81, 0.48, 0.53, 0.61, respectivamente Neuroticismo, Extroversão, Abertura à Experiência, Amabilidade e Conscienciosidade.

3.3.3 Procedimentos

Inicialmente, procederemos ao pedido de autorização à Federação Andebol de Portugal, para realização do estudo.

Num segundo contato com as equipas agendámos a sessão de diagnóstico que se realizou no decorrer do estágio. Os questionários foram preenchidos numa sala previamente preparada. O processo foi supervisionado pelo autor que, efetuou uma breve explicação do estudo e do preenchimento dos questionários, onde garantiu a confidencialidade dos dados. Todos os participantes foram informados que a recolha teria a duração média de 60 minutos porém seriam dispensados mais 30 minutos para quem necessitasse. Em geral, não surgiram dúvidas aquando o preenchimento dos mesmos.

3.3.4. Procedimentos Estatísticos

O tratamento e análise dos dados foram realizados através do programa estatístico SPSS 20.0 (Statistics Program for Social Sciences).

Para a descrição dos dados obtidos recorreu-se à estatística descritiva, que incluiu a distribuição de frequências, medidas de tendência central e de dispersão (média, desvio padrão, mínimo e máximo). A fim de analisarmos a associação entre as variáveis recorreremos a técnica de correlação, mais

concretamente o teste de *Pearson* assumindo que amostra tem uma distribuição normal e cumpre os critérios de normalidade e homogeneidade das variâncias uma vez que o $N \geq 30$. Para a comparação entre o género e escalões das variáveis Personalidade e Coesão, utilizaremos a técnica de estatística paramétrica ($N \geq 30$), nomeadamente o *T- Student* (género) e *Análise de variância* (escalão). Foi definido um nível de significância de 0.05 para todas as hipóteses.

3.4 Apresentação de Resultados

A análise descritiva apresentada na tabela 2 referente às variáveis Personalidade e Coesão permite identificar quais os valores médios obtidos em função do género. Segundo os valores obtidos verifica-se que para o total de participantes, as dimensões da personalidade com médias mais elevadas são a Abertura à Experiência ($M=128,38$ $DP= 10,7$) e a Conscienciosidade ($M=125,13$ $DP=13,90$). Em função de género verificamos que as dimensões da Personalidade mais elevada no género feminino são Abertura à Experiência ($M=130,42$ $DP=10,92$) e a Conscienciosidade ($M=124,92$ $DP= 14,44$) e no género masculino são a Conscienciosidade ($M=125,34$ $DP= 13,49$) e a Extroversão ($M=123,37$ $DP=11,38$).

Relativamente às dimensões da coesão verificamos que na amostra total a dimensão mais elevada é a *AIG_T* ($M=7,82$ $DP=1,26$), no género feminino a dimensão mais elevada é a *AIG_T* ($M=8,29$ $DP=1,02$), bem como no sexo masculino *AIG_T* ($M=7,47$ $DP=1,37$).

Tabela 2. Descritivas das variáveis Género, Personalidade e Coesão

	Feminino (n=50)		Masculino (n=52)		Total (n=102)	
	Min.-Máx.	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)
Personalidade						
N	65-145	113,04 (17,04)	78-141	107,40 (14,26)	65-145	110,16 (15,86)
E	89-138	122,02 (9,04)	103-149	123,67 (11,38)	89-149	122,86 (10,28)
O	102-148	130,42 (10,92)	115-141	121,42 (9,04)	102-148	128,38 (10,17)
A	87-145	124,08 (12,98)	93-151	123,11 (10,78)	87-151	123,58 (11,86)
C	82-147	124,92 (14,44)	100-151	125,34 (13,49)	82-151	125,13 (13,90)
Coesão						
AIG_S	4-9	7,40 (1,35)	2-9	7,01 (1,24)	2-9	7,20 (1,30)
AIG_T	4-9	8,19 (1,02)	2-9	7,47 (1,37)	3-9	7,82 (1,26)
IG_S	3-9	6,91 (1,50)	3-9	6,30 (1,56)	2-9	6,60 (1,56)
IG_T	5-9	7,16 (1,21)	2-9	6,60 (1,65)	2-9	6,87 (1,47)

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A= Amabilidade; C= Conscienciosidade; AIG_S= Atração Individual para o Grupo_ Social AIG_T= Atração Individual para o Grupo_ Tarefa IG_S= Integração no Grupo_ Social IG_T= Integração no Grupo_ Tarefa

A análise descritiva referente às variáveis Personalidade e Coesão em função do escalão, apresentada na tabela 3 permite-nos verificar que os valores médios mais altos, são Abertura à Experiência (M=128,38 DP=10,17) e Conscienciosidade (M=125,13+/-13,90), para as dimensões da Personalidade e AIG_T (M=7,82 DP=,26) para a Coesão, considerando o total dos participantes. Relativamente aos escalões verificamos que no escalão Juniores A as dimensões da Personalidade com médias mais elevadas são Abertura à Experiência (M=128,05 DP=11,50) e Amabilidade (M=123,11 DP=11,89) e as dimensões da Coesão são AIG_T (M=7,83 DP=1,10) e AIG_S (M=7,38 DP=0,88); Para o escalão Juniores B as dimensões da Personalidade com médias mais elevadas são Conscienciosidade (M=129,21 DP=13,07) e Abertura à Experiência (M=126,09 DP=10,13) e as dimensões da Coesão são AIG_T (M=8,00 DP=1,09) e AIG_S (M=7,74 DP=1,30); E para os seniores as dimensões da Personalidade com médias mais elevadas são Abertura à Experiência (M=130,80 DP=8,36) e Conscienciosidade (M=125,45 DP=13,75) e

as dimensões da Coesão com médias mais elevadas são AIG_T (M=7,65 DP=1,54) e AIG_S (M=6,53 DP=1,40), respetivamente.

Tabela 3. Descritivas das variáveis Escalão, Personalidade e Coesão

	Juniore A (n=35)		Juniore B (n=32)		Seniores (n=35)		Total (n=102)	
	Min.-Máx.	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)	Min.- Max	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)
Personalidade								
N	65-145	108,11 (16,70)	84-137	110,90 (14,27)	78-141	11,54 (16,61)	65-145	110,16 (15,86)
E	89-149	122,97 (11,55)	104-138	123,15 (8,67)	103-146	122,48 (10,57)	89-149	122,86 (10,28)
O	103-144	128,05 (11,50)	102-148	126,09 (10,13)	115-148	130,80 (8,36)	102-148	128,38 (10,17)
A	87-145	123,11 (11,89)	88-145	125,87 (10,99)	93-151	121,97 (12,58)	87-151	123,58 (11,86)
C	82-144	121,08 (11,50)	100-151	129,21 (13,07)	91-145	125,45 (13,75)	82-151	125,13 (13,90)
Coesão								
AIG_S	5 -9	7,38 (0,88)	5-9	7,74 (1,30)	2-9	6,53 (1,40)	2-9	7,20 (1,30)
AIG_T	4-9	7,83 (1,10)	4-9	8,00 (1,09)	3-9	7,65 (1,54)	3-9	7,82 (1,26)
IG_S	3-9	6,67 (1,15)	5-9	7,53 (1,29)	2-8	5,68 (1,63)	2-9	6,60 (1,56)
IG_T	4-9	6,91 (1,21)	4-9	7,48 (1,29)	2-8	6,29 (1,66)	2-9	6,87 (1,47)

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A= Amabilidade; C= Conscienciosidade; AIG_S= Atração Individual para o Grupo_ Social AIG_T= Atração Individual para o Grupo_ Tarefa IG_S= Integração no Grupo_ Social IG_T= Integração no Grupo_ Tarefa

Para verificar as diferenças significativas entre os géneros recorreremos à técnica paramétrica T-Teste. Como podemos verificar na tabela 4, existem diferenças significativas ao nível da Personalidade nomeadamente na Abertura á Experiência ($F=0,65$ $p=0,04$). Também ao nível da coesão se verificam diferenças significativas nas dimensões IG-S ($F=0,08$ $p=0,04$), IG-T ($F=2,10$ $p=0,05$) e AIG-T ($F=2,85$ $p=0,04$). Na análise dos valores médios das dimensões referidas, verificamos que o género feminino apresenta valores significativamente superiores ($p=0,05$). Assim, verificamos que o género feminino quando comparado com o género masculino, é mais receptivo a novas ideias e valores. Relativamente às questões associadas à da tarefa verificamos também que o género feminino é superior ao masculino na atração

para o grupo e integração no grupo. Porém nas questões sociais o gênero feminino só é significativamente diferente do masculino na integração no grupo.

Tabela 4. Comparação das variáveis Personalidade e Coesão em função do gênero

Variável	df	F	Sig.
Dependente			
Personalidade			
N	1	1,73	0,07
E	1	0,03	0,41
O	1	0,65	0,04*
A	1	0,14	0,68
C	1	0,81	0,87
Coesão			
AIG_S	1	1,66	0,13
AIG_T	1	2,85	0,00**
IG_S	1	0,08	0,04*
IG_T	1	2,10	0,05*

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A= Amabilidade; C= Conscienciosidade; AIG_S= Atração Individual para o Grupo_ Social AIG_T= Atração Individual para o Grupo_ Tarefa IG_S= Integração no Grupo_ Social IG_T= Integração no Grupo_ Tarefa
*p=0.05 **p=0.01

Perante os dados apresentados, apenas podemos aceitar parcialmente a hipótese H1a), existem diferenças significativas entre os gêneros em função da Personalidade e da Coesão, para a dimensão da Personalidade Abertura à Experiência e para as dimensões da Coesão Integração no Grupo Social e Tarefa e Atração Individual para o Grupo nas questões associadas à Tarefa.

Para análise das diferenças significativa entre escalões recorreremos à técnica estatística ANOVA. Como podemos verificar na tabela 5, existem diferenças significativas ao nível da Personalidade nomeadamente Conscienciosidade (F=2,98 p=0,05). Também ao nível da coesão se verificam diferenças significativas nas dimensões IG-S (F=14,97 p=0,0), IG-T (F=6,0 p=0,00) e AIG-S (F=8,88 p=0,00).

Tabela 5. Comparação das variáveis Personalidade e Coesão em função do Escalão

Variável	df	F	Sig.
Dependente			
Personalidade			
N	2	0,45	0,63
E	2	0,03	0,96
O	2	1,84	0,16
A	2	0,94	0,39
C	2	2,98	0,05*
Coesão			
AIG_S	2	8,88	0,00**
AIG_T	2	0,63	0,53
IG_S	2	14,97	0,00**
IG_T	2	6,00	0,00**

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A= Amabilidade; C= Conscienciosidade; AIG_S= Atração Individual para o Grupo_ Social AIG_T= Atração Individual para o Grupo_ Tarefa IG_S= Integração no Grupo_ Social IG_T= Integração no Grupo_ Tarefa
* $p=0.05$ ** $p=0.01$

Decorrente da análise do teste Pos Hoc, nomeadamente o teste de Scheffe (anexo I) para comparação de múltiplas médias verificámos, o escalão Sénior apresenta valores médios significativamente inferiores do que o Júnior B ($p=0,00$) e que o júnior A ($p=0,016$) na dimensão Atração Individual para o grupo em relação aos aspectos sociais. Na dimensão Integração no Grupo em relação aos aspetos sociais, os três escalões diferem significativamente entre si ($p=0,05$), sendo o escalão de seniores o que apresenta valores médios baixos, seguido do escalão de junior A e depois pelo escalão de Júnior B. Na dimensão Integração no grupo relativa à tarefa o escalão de Sénior revela valores significativamente inferiores ($p=0,03$) ao escalão Junior B.

Na análise das diferenças entres os escalões nas dimensões da Personalidade, verificamos que os Juniores B apenas apresentam valores significativamente superiores ($p=0,05$) do que os atletas do escalão Juniores A, na dimensão conscienciosidade. No entanto este valor deve ser analisado com alguma precaução uma vez que o valor de significância se encontra na fronteira.

Examinando os resultados acima apresentados, aceitamos parcialmente a hipótese H1b), Existem diferenças significativas entre os escalões em função da Personalidade e da Coesão, para a dimensão da Personalidade Conscienciosidade e para as dimensões da Coesão Integração no Grupo Social e Tarefa e Atração Individual para o Grupo na questões Sociais.

Para análise da relação entre as variáveis Personalidade e Coesão, utilizámos a estatística paramétrica, de correlação, *r de Pearson*, uma vez que os dados seguem os parâmetros da normalidade,

Pela análise da tabela 6, onde considerámos o total dos participantes, verifica-se correlações significativas entre AIG-S e AIG-T ($r=0,40$ $p=0,01$), IG-S ($r=0,50$ $p=0,01$) e IG-T ($r=0,57$ $p=0,01$) assim podemos dizer que as dimensões da coesão estão associadas entre si de forma positiva. Relativamente às correlações significativas entre AIG-T e Amabilidade ($r=0,27$ $p=0,01$) podemos dizer que atração para o grupo orientada para a tarefa está positivamente associada à Amabilidade, ou seja indivíduos mais amáveis sentem-se mais atraídos para o grupo em questões relacionadas com a tarefa. No que diz respeito às correlações entre Extroversão e Abertura à Experiência ($r=0,32$ $p=0,01$); podemos dizer que a Extroversão está positivamente relacionada com a Abertura à Experiência, isto significa que indivíduos mais extrovertidos são mais receptivos a novas ideias; que a Abertura à Experiência está positivamente relacionada com a Amabilidade ($r=0,33$ $p=0,01$) que significa que indivíduos mais extrovertidos tendem para relações interpessoais; que a Amabilidade está positivamente relacionada com a Conscienciosidade ($r=0,34$ $p=0,01$) o que significa que indivíduos que tendem para relações interpessoais tem um elevado grau de organização. Verificámos também correlações significativamente negativas entre N e C ($r= - 0,27$ $p=0,01$), isto significa que o Neuroticismo e a Conscienciosidade se relacionam negativamente, isto é, indivíduos com elevados níveis de instabilidade emocional possuem baixos níveis de organização.

Tabela 6. Correlação entre Personalidade e Coesão do total dos participantes

	AIG_S	AIG_T	IG_S	IG_T	N	E	O	A	C
AIG_S	1								
AIG_T	0,40**	1							
IG_S	0,50**	0,22**	1						
IG_T	0,57**	0,59**	0,55**	1					
N	-0,08	-0,05	0,32	-0,02	1				
E	0,06	-0,01	0,06	0,00	-0,14	1			
O	0,08	0,03	0,04	0,02	0,15	0,32**	1		
A	0,18	0,27**	0,17	0,17	0,16	0,13	0,33**	1	
C	0,07	0,10	0,02	-0,01	-0,27**	0,14	0,08	0,34**	1

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A= Amabilidade; C= Conscienciosidade; AIG_S= Atração Individual para o Grupo_ Social AIG_T= Atração Individual para o Grupo_ Tarefa IG_S= Integração no Grupo_ Social IG_T= Integração no Grupo_Tarefa
 * $p=0.05$ ** $p=0.01$

Por existirem diferenças significativas entre os géneros ao nível da Personalidade na Abertura à Experiência, e ao nível da Coesão nas dimensões IG-S, IG-T e AIG-T, para um grau de significância de 0,05 apresentamos em seguida (tabela 7.) os resultados das correlações por género. Para o género feminino verificámos correlações significativamente positivas entre as variáveis AIG-S e IG-S ($r=0,67$ $p=0,01$) e IG-T ($r=0,53$ $p=0,01$) o que significa que a Atração Individual para o Grupo – Tarefa está positivamente associada a Integração no grupo quer nas questões relacionadas com a tarefa quer nas questões sociais; correlações significativas entre IG-S e IG-T ($r=0,40$ $p=0,01$) o que significa que a integração no grupo- social está positivamente associada à integração no grupo- tarefa. Ao nível da personalidade a dimensão Extroversão e Abertura à Experiência ($r=0,40$ $p=0,01$), estão correlacionadas significativamente no sentido positivo, isto é, indivíduos extrovertidos estão mais receptivos a novas ideias.

Relativamente ao género masculino verificámos correlações positivas AIG-S e AIG-T ($r=0,63$ $p=0,01$), IG-S ($r=0,30$ $p=0,05$) e IG-T ($r=0,60$ $p=0,01$) assim podemos dizer que as dimensões da coesão estão associadas entre si de forma positiva. E entre Extroversão e Abertura à Experiência ($r=0,32$

p=0,05) o que significa que estas variáveis estão positivamente associadas entre si, o que significa que indivíduos extrovertidos estão mais receptivos a novas ideias.

Tabela 7. Correlação entre Personalidade e Coesão em função do Género

	Feminino (n=50)						Masculino (n=52)					
	AIG S	AIG T	IG S	IG T	E	O	AIG S	AIG T	IG S	IG T	E	O
AIG_S	1						1					
AIG_T	0,07	1					0,63**	1				
IG_S	0,67**	0,03	1				0,30*	0,28*	1			
IG_T	0,53**	0,36	0,40**	1			0,60**	0,68**	0,62**	1		
E	0,09	0,05	0,11	-0,00	1		0,06	-0,01	0,05	0,03	1	
O	0,01	0,04	-0,02	-0,10	0,40**	1	0,11	-0,08	0,03	0,05	0,32*	1

Nota: E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; AIG_S= Atração Individual para o Grupo_Social AIG_T= Atração Individual para o Grupo_ Tarefa IG_S= Integração no Grupo_Social IG_T= Integração no Grupo_Tarefa

*p=0.05 **p=0.01

Por existirem diferenças significativas entre os escalões ao nível da Personalidade na Conscienciosidade e ao nível da coesão nas dimensões IG-S, IG-T e AIG-S, para um grau de significância de 0,05, apresentamos em seguida (tabela 8.) os resultados das correlações por Escalão. Para o escalão Juniores A verificámos que não existem correlações significativas.

No que diz respeito ao escalão Juniores B verificámos correlações significativamente positivas entre as dimensões da coesão AIG-S e IG-S (r=0,76 p=0,01) e IG-T (r=0,77 p=0,01) e IG-S e IG-T (r=0,62 p=0,01) o que significa que a Atração Individual para o Grupo- Social está positivamente associada a Integração no grupo quer nas questões relacionadas com a tarefa quer nas questões sociais; correlações significativas entre IG-S e IG-T (r=0,40 p=0,01) o que significa que a integração no grupo- social está positivamente associada à integração no grupo- tarefa.

Relativamente ao escalão Seniores verificámos correlações positivas IG-T e AIG-S e IG-S ($r=0,30$ $p=0,05$) assim podemos dizer que a Integração no Grupo- Tarefa está positivamente associadas à Atração para o Grupo e Integração no grupo relativos aos aspectos sociais.

Tabela 8. Correlação entre Personalidade e Coesão em função do Escalão

	Juniões A (n=35)				Juniões B (n=32)				Seniores (n=35)			
	AIG S	IG S	IG T	C	AIG S	IG S	IG T	C	AIG S	IG S	IG T	C
AIG_S	1				1				1			
IG_S	,265	1			0,76**	1			0,21	1		
IG_T	-,017	0,30	1		0,77**	0,62**	1		0,60**	0,47**	1	
C	,133	0,08	-0,15	1	0,00	0,05	0,10	1	0,05	-0,16	-0,08	1

Nota: C= Conscienciosidade; AIG_S= Atração Individual para o Grupo_ Social; IG_S= Integração no Grupo_ Social; IG_T= Integração no Grupo_Tarefa

** $p=0.01$

Analisando os dados acima apresentados e considerando o total dos participantes verificamos que existe relação significativamente positiva entre as variáveis dimensões Amabilidade e Atração Individual para Grupo- Tarefa, o que nos leva aceitar parcialmente a hipótese H2.

3.5 Discussão e Conclusão do ESTUDO UM

Os atletas participantes neste estudo, em relação ao género diferem na Personalidade e na Coesão nas respectivas dimensões Abertura à Experiência, Integração no Grupo Social e Tarefa e Atração Individual para o Grupo nas questões associadas à Tarefa. No que se refere à personalidade os nossos resultados demonstram que o género feminino apresenta valores mais elevados do que o género masculino nas dimensões Neuroticismo (Estabilidade vs. Instabilidade Emocional), Amabilidade (tendências interpessoais, cooperação/competição) e Abertura à Experiência embora apenas nesta última se verifiquem diferenças significativas na Abertura à Experiência, sugerindo que o género feminino seja mais receptivo a novas

ideias do que o género masculino. Estes resultados não coincidem com os estudos existentes onde as diferenças significativas se encontram nas dimensões extroversão (Hermáez e Bardaji ,2001; Braquín, 2006) e amabilidade (Hermáez e Bardaji, 2001), embora também seja o género feminino que apresenta valores mais elevados.

Pensamos que esta homogeneidade em termos da personalidade poderá dever-se ao fato dos nossos atletas serem de elite, ou seja, participação de alto rendimento. Esta participação está sujeito a um processo ativo e dinâmico de aprendizagem e interação em que os agentes significativos como treinadores, colegas de equipa e seleccionadores desenvolvem interações, socialização, em função do nível de rendimento e não do género. Esta ideia poderá ser suportada pelas abordagens feitas noutros estudos (Garcia-Naveira, Barquín e Pujals,2011) onde se encontram diferenças entre atletas e não atletas.

Em relação às diferenças de coesão entre géneros, os nossos resultados indicam que o género feminino apresenta maiores valores nas dimensões relacionadas com a tarefa, Integração e Atração para o grupo, do que o género masculino. Estes resultados vão contra os resultados da literatura existente, onde se demonstra que as mulheres são mais sociáveis e mais orientadas para os aspetos sociais e os homens mais orientados para a tarefa. (Minton & Schneider, 1985)

Relativamente ao escalão os nossos participantes diferem na dimensão da Personalidade, Conscienciosidade, o escalão Júniores B que apresenta valores mais elevados em relação ao escalão Júniores A, isto é os atletas mais jovens apresentam um maior grau de organização e consciência do que os atletas mais velhos. No que diz respeito às dimensões da Coesão, Integração no Grupo nas questões Sociais, o escalão Júniores B apresenta os maiores valores seguido do escalão Júniores A e posteriormente dos Seniores o que significa que quanto mais novos mais importantes são os factores sociais, como a amizade, para a integração na equipa; Na Integração no Grupo nas questões associadas à Tarefa o escalão de Sénior revela valores significativamente inferiores ao escalão Júnior B, ou seja, os mais novos

integram-se melhor nos grupos quando este se une para concretização de objetivos/tarefas; E na Atração Individual para o Grupo nas questões Sociais os Seniores apresentam valores significativamente inferiores aos escalões Juniores A e B, o que mostra que os mais velhos não são atraídos para o grupo nos aspetos sociais, isto é, não são atraídos pelas amizades que possam existir dentro do grupo

Estudos sobre as diferenças entre escalões mostram que os seniores apresentam níveis mais elevados de Conscienciosidade do que os Juniores (Hermáez e Bardaji, 2001 e García-Naveira, Barquín e Pujals, 2011).

Comparando o nosso estudo com a literatura existente verificamos que os nossos resultados não vão de encontro aos resultados de investigações anteriores, levando-nos a concluir que as diferenças entre escalões podem estar associadas ao nível competitivo.

No que diz respeito a correlação entre Personalidade e Coesão a revisão de literatura indica que baixos níveis de Conscienciosidade e Amabilidade contribuem positivamente para a coesão na tarefa e níveis médios-altos de Extroversão e Neuroticismo contribuem positivamente para a coesão social (Van Vianen e De Dreu, 2001). Bolin e Neuman (2006) no seu estudo mostraram que moderados níveis de Extroversão estão negativa e significativamente relacionados com as variáveis do processo do grupo. Níveis médios de abertura à experiência tiveram uma correlação positiva e significativa com os resultados do grupo, mas não com as variáveis do processo de grupo. No estudo piloto de O'Neill e Kline (2008), os resultados indicam que a Extroversão e a Conscienciosidade não têm nenhum efeito significativo em relação á coesão, enquanto o Neuroticismo e a Amabilidade têm um efeito significativamente positivo na coesão.

Os nossos resultados apenas apresentam correlações significativamente positivas entre a Amabilidade (Personalidade) e Atração Individual para Grupo-Tarefa (Coesão), que vão de encontro aos resultados de Van Vianen e De Dreu (2001) e de O'Neill e Kline (2008). Porém, para as restantes dimensões os nossos resultados não coincidem com a literatura existente, estas diferenças pode dever-se ao contexto de investigação,isto é, os estudos existentes foram

realizados na população geral, enquanto o nosso estudo foi realizado na população do desporto de alta competição.

Os nossos resultados apresentam algumas implicações práticas para os treinadores. Independentemente do escalão, os treinadores do género feminino devem ter em atenção o facto de as raparigas serem mais abertas a novas experiências e mais orientadas para a tarefa para apresentarem treinos que desenvolvam a criatividade técnica e tática e que foquem a coesão na tarefa. Independentemente do género, os treinadores dos juniores B devem ter em conta que estes atletas são mais organizados também são mais coesos a nível social o que pode indicar que treinos direccionados para a tarefa podem mostrar um grupo pouco coeso e organizado.

4. ESTUDO DOIS: Estudo da relação entre Personalidade e Coping e diferenças em função do género e do escalão.

4.1. Introdução

Os estudos realizados sobre a relação entre a personalidade e o coping analisam, maioritariamente, a influência dos traços de personalidade na escolha das estratégias de coping.

De acordo com o estudo realizado por Vollrath e Torgersen (2000) as estratégias de coping focada no problema estão relacionadas com níveis elevados de Extroversão e Conscienciosidade e com baixos níveis de Neuroticismo. Enquanto estratégias de coping focado nas emoções estão relacionadas com baixos níveis de Extroversão e Conscienciosidade sendo que o Neuroticismo não é uma dimensão influente nestas estratégias, mas em níveis elevados influencia o coping disfuncional. Brebner (2001), com 113 estudantes universitários, veio fortalecer algumas conclusões de Vollrath e Torgersen (2000), mostrando que a Conscienciosidade está positiva e significativamente relacionada com o coping focado no problema e negativa e significativamente relacionada com o coping focado nas emoções. O Neuroticismo está positiva e significativamente ligado ao coping focado nas emoções. A Extroversão e Abertura à Experiência estão positiva e

significativamente relacionadas com o coping de evitamento. Quanto a Amabilidade não foram encontradas nenhuma relações significativas.

Esta ideia foi reforçada por Carver e Connor-Smith (2010) ao estudarem a relação entre a personalidade e o coping, concluíram que a personalidade influencia, frequentemente, as estratégias de coping, mostrando para cada dimensão do NEO-Pi a sua influência no coping. Assim, o Neuroticismo caracterizado por uma evasão de temperamento, reflete tendências para experiências de medo, tristeza, angústia e excitação fisiológica o que prevê uma exposição ao stress interpessoal e tendência para avaliar eventos como altamente ameaçadores lidando com baixos recursos de confronto, sendo a principal estratégia de coping a fuga ou evitamento; A Conscienciosidade definida por persistência, organização e orientação de realização prevê exposição baixa ao stress provavelmente porque pessoas conscientes planeiam de stressores previsíveis e evitam ações impulsivas, sendo as principais estratégias a reestruturação cognitiva e a resolução planeada do problema; A Amabilidade envolve elevados níveis de confiança e de preocupação com os outros está ligada a baixos conflitos interpessoais e, portanto, menos stress dado que a principal estratégia de coping é o suporte social. Extroversão e Abertura à Experiência caracterizadas, respectivamente, pela sociabilidade, assertividade e alta energia e pela imaginação, criatividade, curiosidade e flexibilidade, fazem com que os indivíduos percebam os eventos como desafios em vez de ameaças o que leva a avaliações positivas dos recursos de coping, tendo como principais estratégias a reestruturação cognitiva, o suporte social e o distanciamento.

Karimzade e Ali Besharat (2011) demonstraram que os elevados níveis no Neuroticismo levam a baixos níveis de coping emocional positivo e a elevados níveis de coping emocional negativo, isto é, os indivíduos com elevados níveis de Neuroticismo tendem a utilizar estratégias de confronto focadas em emoções negativas. Os elevados níveis de Extroversão, por sua vez, permitem que os indivíduos se foquem nas estratégias de resolução de problemas mais eficazes. Enquanto a Abertura à Experiência se correlacionou positivamente com as estratégias positivas de resolução de problemas, apenas no género feminino. A Conscienciosidade estava positivamente correlacionada

com o estilo de coping focado no problema e negativamente correlacionada com estratégias negativas de coping emocional em ambos os géneros. Os elevados níveis de amabilidade, em ambos os géneros, estavam relacionados com mais estratégias de coping focadas no problema e menos estratégias negativas focadas nas emoções.

Em 2011, Kaiseler, Polman e Nicholls tiveram como objectivo estudar a relação personalidade- coping no desporto, formulando as seguintes hipóteses: 1) elevados níveis de Neuroticismo estão associados a elevados níveis de intensidade de stress e a baixos níveis de percepção de controlo; 2) os 5 traços/ dimensões da personalidade prevêm a selecção de diferentes estratégias de coping e estão direta ou indiretamente relacionados com o processo de avaliação do stress; 3) elevados níveis de Neuroticismo estão associados a baixos níveis de efetividade do coping. Os resultados do estudo indicam que os traços de personalidade não estão relacionados com o tipo de stress mas com a intensidade do stress e a percepção de controlo, sendo as relações mais significativas a nível do Neuroticismo, que quanto mais elevado mais elevados são os níveis de intensidade do stress e mais baixos são os níveis de percepção de controlo; a nível da Amabilidade quanto mais elevado mais baixos são os níveis de intensidade de stress; a nível da Conscienciosidade quanto mais elevado mais elevados são os níveis de percepção de controlo. Estes dados mostram que estas três dimensões estão relacionadas com o processo de avaliação do stress. A análise dos resultados demonstra ainda que a Extroversão, a Amabilidade, a Conscienciosidade e a Abertura à Experiência, dimensões relacionadas com estratégias de focalização no problema, estão mais ligadas à eficácia do coping do que o Neuroticismo, dimensão mais relacionada com estratégias focadas nas emoções. Os autores concluem que, no desporto, a personalidade influencia diretamente a avaliação do stress, as estratégias de coping e a sua eficácia.

No estudo da relação género – coping existem duas hipóteses, contraditórias, a hipótese de tendência defendida por Tarnares, Janicki e Helgeson (2002) citado por Kaiseler e Polman (2010), afirma que homens e mulheres possuem características diferentes, logo utilizam estratégias de

coping diferentes, estas diferenças podem basear-se nas diferenças biológicas ou sociais como a expressão emocional e o suporte social; A hipótese situacional defendida por West e Zimmerman (2001) citado por Kaiseler e Polman, transmite a ideia que a situação é que influencia os comportamentos de coping, logo homens e mulheres utilizam as mesmas estratégias de coping, abolindo assim os estereótipos sociais enunciados pela hipótese anterior.

Estudando estas hipóteses, Kaiseler e Polman (2010) referem que a compreensão das diferenças das estratégias de coping entre os géneros no desporto é importante porque o desenvolvimento de estratégias de coping, igualmente eficazes, em homens e mulheres leva a uma melhoria da performance e a um aumento da satisfação. Estas conclusões sugerem que o género pode ser um factor importante no processo de coping

Estudos recentes revelam que homens e mulheres utilizam estratégias de coping diferentes e que avaliam o stress de forma diferente. Assim o estudo de Hoar, Crocker, Holt e Tamminen (2010) em que analisaram as diferenças de estratégias de coping entre os géneros. No estudo participaram 524 adolescentes (274 rapazes e 250 raparigas) com idades entre os 11 e os 15 anos, onde obtiveram os seguintes resultados: as mulheres usam mais o suporte social e a reavaliação cognitiva como estratégias de coping enquanto os homens utilizam mais a agressão.

Também Kaiseler, Polman e Nicholls (2012) tiveram como objetivos verificar se as mulheres avaliam o stress pelo nível elevado de intensidade e pela baixa perceção de controlo; e mostrar que a relação género-coping é baseada na hipótese de tendência. Estas hipóteses foram estudadas numa amostra de 271 atletas, masculinos e femininos, de futebol e os resultados obtidos suportam a primeira hipótese dado que revelam que as mulheres avaliam o stress pelo nível elevado de intensidade e pelo baixo nível de perceção de controlo. Quanto à segunda hipótese os resultados são escassos mas permitem confirmar que as diferenças entre géneros se baseiam na hipótese da tendência, ou seja, homens e mulheres utilizam diferentes estratégias de coping, isto porque em três situações comuns a as mulheres apresentaram mais estratégias/comportamentos de coping.

Quanto á relação idade-coping, Dias, Cruz e Fonseca (2010) realizaram um estudo cujo objetivo saber quais a estratégias de coping utilizadas pelos atletas portugueses e estudar as diferenças entre idades e género. Participaram neste estudo 550 atletas (171 mulheres e 379 homens) Relativamente as diferenças entre géneros os autores concluíram que os homens utilizam mais estratégia de coping físicas como o refugio no álcool ou substancias enquanto as mulheres utilizam mais o coping focado nas emoções. No que diz respeito às diferenças entre idades surgem para as estratégias de fuga comportamental, planeamento e aceitação. Os atletas mais jovens (juniores / juvenis) relataram um maior uso de fuga comportamental e um menor uso do planeamento e aceitação do que atletas mais velhos. Os atletas mais velhos estratégias mais passivas, intrapessoal e voltados para a emoção o que reflete uma maturidade a nível de estratégias de coping, onde se subentende que consideram cada vez menos potenciais situações stressantes.

Reeves, Nicholls, e McKenna (2009) tiveram como objetivo estudar os stressores e as estratégias de coping entre os pré-adolescentes (12-14 anos) e os adolescentes (15-18 anos). Participaram neste estudo 40 jogadores de futebol da academia masculina, com idades entre 12 – 18 anos (M+/- 14,22 anos), que realizaram entrevistas semi-estruturadas. Resultados revelam que os adolescentes relataram um maior repertório de estratégias de coping do que pré-adolescentes, usado mais estratégias centradas no problema na emoção, e usando menos as estratégias de prevenção. Com base nesses resultados, é recomendável que profissionais que trabalham em academias de futebol tenham em conta a idade dos ao prestar apoio psicológico.

Com este estudo pretendemos analisar se existe diferença significativa na personalidade e coping em função do Género e Escalão e ainda se, se verifica uma relação de positiva entre as variáveis Personalidade e da Coesão

4.2 Definição de Variáveis

Variáveis Independentes. No presente estudo, são consideradas variáveis independentes o Género e o Escalão

Variáveis Dependentes. São consideradas variáveis dependentes a Personalidade e o Coping.

4.3. Metodologia do estudo 2

4.3.1 Participantes

No estudo realizado participaram 60 atletas de andebol, de ambos os sexos, (30 masculino e 30 feminino), pertencentes aos escalões juniores A (n=15, 15 fem.), juniores B (n= 30, 15 masc. e 15 fem.) e seniores (n= 15, 15 masc.), com idades compreendidas entre os 16 e os 33 anos ($M_{idade}=19,68$, $DP= 4,75$ anos). A escolha destes escalões justifica-se através da literatura que refere que a personalidade só deve ser avaliada a partir dos 16/17 anos.

Tabela 9. Caracterização da amostra em função da Personalidade e Coping

	Feminino (n=30)		Masculino (n=30)		Total (n=60)	
	Min-Máx.	M SD	Min-Máx.	M SD	Min-Máx.	M SD
Idade	16-19	17,17 0,83	16-33	22,20 5,67	16-33	19,68 4,75
Anos de Prática	4-14	6,93 2,33	4-24	12,70 6,19	4-24	9,81 5,47
Horas de Prática Semanais	5,5-12	7,5 2,10	7-20	12,85 3,31	5,5-20	10,17 3,85

4.3.2 Instrumentos

Para avaliação do Coping foi utilizado o Inventário de Competências de Confronto no Desporto (Cruz, 1995), tradução e adaptação, para a população portuguesa, do Athletic Coping Skills Inventory (Smith, Shultz, Smoll e Ptacek

1995) O ACSI-28 é composto por 28 itens que avaliam as competências de confronto face ao stress, designadas por estratégias de coping. Os 28 itens encontram-se divididos em 7 sub-escalas: Rendimento máximo sobre pressão, ausência de preocupações, confronto com adversidade, concentração, formulação de objetivo e preparação mental, confiança e motivação para a realização e por último disponibilidade para aprendizagem a partir do treino.

A escala de resposta é uma escala de Likert de 4 pontos que variam entre 0 “Quase Nunca” e 3 “Quase Sempre”, porém, existem itens que são cotados de forma inversa (3 “Quase Nunca” e 0 “Quase Sempre”). A cotação de cada dimensão é obtida a partir do somatório dos “scores” dos itens que compõem cada dimensão.

No que diz respeito à consistência interna das dimensões verificámos que os valores do *Alpha de Cronbach* obtidos em cada uma das dimensões foram 0.77, 0.63, 0.65, 0.52, 0.70, 0.63, 0.63 respectivamente Rendimento Máximo sob Pressão, Ausência de Preocupações, Confronto com Adversidade, Concentração, Formulação de Objetivos/Preparação Mental, Confiança/Motivação para a Realização e Disponibilidade para Aprendizagem no Treino.

Para a avaliação da personalidade foi utilizado o mesmo instrumento do estudo 1.

4.3.3. Procedimentos

Os procedimentos utilizados neste estudo foram os mesmos que utilizámos no estudo 1.

4.3.4. Procedimentos Estatísticos

O tratamento e análise dos dados foram realizados através do programa estatístico SPSS 20.0 (Statistics Program for Social Sciences).

Para a descrição dos dados obtidos recorreu-se à estatística descritiva, que incluiu a distribuição de frequências, medidas de tendência central e de dispersão (média, desvio padrão, mínimo e máximo). A fim de analisarmos a

associação entre as variáveis, Personalidade e Coping recorremos a técnica de correlação paramétrica mais concretamente o teste de *Pearson*, assumindo que amostra ($N \geq 30$), tem uma distribuição normal e cumpre os critérios de normalidade e homogeneidade das variâncias.

Para a comparação entre géneros e escalões das variáveis Personalidade-Coping, e uma vez no caso da variável escalão os grupos apresentam um $N \leq 30$, verificamos através do teste Shapiro-Wilk, a normalidade da amostra, e utilizámos a estatística paramétrica, nomeadamente o *T- Student* e a *Análise de variância*. Foi definido um nível de significância de 0.05 para todas as hipóteses.

4.4 Apresentação de Resultados

A análise descritiva apresentada na tabela 10 referente às variáveis Personalidade e Coping permite identificar quais os valores médios obtidos em função do género. Segundo os valores obtidos verifica-se que para o total de participantes, as dimensões da personalidade com médias mais elevadas são a Abertura à Experiência (128,20 +/- 10,36) e a Conscienciosidade (125,96 +/- 13,76). Em função de género verificamos que as dimensões da Personalidade mais elevadas no género feminino são Abertura à Experiência (129,00 +/- 12,20) e a Conscienciosidade (125,16 +/- 13,32) e no género masculino são a Abertura à Experiência (127,40 +/- 8,26) e a Conscienciosidade (126,76 +/- 14,37). Relativamente às dimensões do Coping verificamos que na amostra total as dimensões mais elevadas são a Disponibilidade para Aprendizagem no Treino (9,63 +/- 1,99) e a Confiança e Motivação para a Realização (8,21 +/- 2,03), no género feminino as dimensões mais elevadas são a Disponibilidade para Aprendizagem no Treino (10,16 +/- 1,68) e a Confiança e Motivação para a Realização (7,90 +/- 1,95), bem como no sexo masculino são a Disponibilidade para Aprendizagem no Treino (9,10 +/- 2,15) e a Confiança e Motivação para a Realização (8,53 +/- 2,09).

Tabela 10. Descritivas das variáveis Género, Personalidade e Coping

	Feminino (n=30)		Masculino (n=30)		Total (n=60)	
	Min.-Máx.	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)
Personalidade						
N	65-145	110,63 (18,37)	78-141	107,06 (15,81)	65-145	108,85 (17,09)
E	89-137	122,06 (9,61)	103-146	121,53 (11,45)	89-146	121,80 (10,48)
O	102-148	129,00 (12,20)	112-141	127,40 (8,26)	102-148	128,20 (10,36)
A	87-145	124,30 (14,89)	93-143	120,83 (11,45)	87-145	122,56 (13,28)
C	93-147	125,16 (13,32)	100-151	126,76 (14,37)	93-151	125,96 (13,76)
Coping						
RMP	2-12	7,4 (2,41)	0-12	7,63 (2,95)	0-12	7,51 (2,67)
AP	0-10	5,10 (2,56)	0-11	5,5 (2,80)	0-11	5,30 (2,66)
CA	2-10	6,23 (2,12)	1-10	5,90 (2,13)	1-10	6,06 (2,12)
CO	3-10	7,33 (1,66)	3-11	7,76 (2,20)	3-11	7,55 (1,95)
FO/PM	3-11	6,46 (2,19)	3-12	7,10 (2,12)	3-12	6,78 (2,16)
CMR	4-12	7,90 (1,95)	3-12	8,53 (2,09)	3-12	8,21 (2,03)
DAT	6-12	10,16 (1,68)	3-12	9,10 (2,15)	3-12	9,63 (1,99)

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A=Amabilidade; C= Conscienciosidade; RMP= Rendimento Máximo sob Pressão; AP= Ausência de Preocupações; CA= Confronto com Adversidade; CO= Concentração FO/PM= Formulação de Objetivos/Preparação Mental; CMR= Confiança e Motivação para a Realização; DAT= Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino

A análise descritiva referente às variáveis Personalidade e Coping em função do escalão, apresentada na tabela 11 permite-nos verificar que os valores médios mais altos, são Abertura à Experiência (128,20 +/-10,36) e Conscienciosidade (125,96+/-13,76), para a variável Personalidade e Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino (9,63 +/-1,99) e Confiança e Motivação (8,21 +/- 2,03) para o Coping, considerando o total dos participantes. Relativamente aos escalões verificamos que no escalão Juniores A as dimensões da Personalidade com médias mais elevadas são Abertura à Experiência (128,78 +/-11,50) e Amabilidade (120,07 +/-16,37) e as dimensões do Coping são Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino (10,14 +/- 1,46) e Confiança e Motivação (7,35 +/- 2,16); Para o escalão Juniores B as

dimensões da Personalidade com médias mais elevadas são Conscienciosidade (129,76 +/-13,20) e Abertura à Experiência (127,20 +/- 9,46) e as dimensões do Coping são Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino (9,73 +/-2,22) e Confiança e Motivação (8,23 +/- 2,14); E para os Seniores as dimensões da Personalidade com médias mais elevadas são Abertura à Experiência (129,56 +/- 8,46) e Conscienciosidade (125,31 +/-14,74) e as dimensões do Coping com médias mais elevadas são Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino (9,00 +/-1,86) e Confiança e Motivação (8,93 +/- 1,93), respetivamente.

Tabela 11. Descritivas das variáveis Escalão, Personalidade e Coping

		Juniore s A (n=14)		Juniore s B (n=30)		Seniore s (n=16)		Total (n=60)	
		Min.-Máx.	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)	Min.- Max	M (SD)	Min.-Máx.	M (SD)
Personalidade									
N	65-145	108,35	84-137	110,96	78-141	105,31	65-145	108,85	
		(22,42)		(14,75)		(16,42)		(17,09)	
E	89-137	119,92	104-138	123,06	103-146	121,06	89-146	121,80	
		(11,41)		(8,68)		(12,92)		(10,48)	
O	103-144	128,78	102-148	127,20	119-141	129,56	102-148	128,20	
		(14,14)		(9,46)		(8,46)		(10,36)	
A	87-145	120,07	88-145	125,60	93-143	119,06	87-145	122,56	
		(16,37)		(11,26)		(13,40)		(13,28)	
C	93-136	118,57	100-151	129,76	104-145	125,31	93-151	125,96	
		(11,27)		(13,20)		(14,74)		(13,76)	
Coping									
RMP	2-11	7,00	0-12	7,36	4-12	8,25	0-12	7,51	
		(2,63)		(2,88)		(2,29)		(2,67)	
AP	3-10	6,78	0-11	4,56	0-10	5,37	0-11	5,30	
		(2,11)		(2,54)		(2,91)		(2,66)	
CA	2-10	6,00	2-10	6,26	1-9	5,75	1-10	6,06	
		(2,54)		(1,91)		(2,20)		(2,12)	
CO	3-9	6,57	6-11	8,0333	3-11	7,50	3-11	7,55	
		(1,94)		(1,35)		(2,60)		(1,95)	
FO/PM	3-10	5,78	3-11	6,9667	3-12	7,31	3-12	6,78	
		(1,92)		(1,97)		(2,52)		(2,16)	
CMR	4-10	7,35	3-12	8,2333	6-12	8,93	3-12	8,21	
		(2,16)		(2,14)		(1,43)		(2,03)	
DAT	7-12	10,14	3-12	9,7333	6-12	9,00	3-12	9,63	
		(1,46)		(2,22)		(1,86)		(1,99)	

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A=Amabilidade; C= Conscienciosidade; RMP= Rendimento Máximo sob Pressão; AP= Ausência de Preocupações; CA= Confronto com Adversidade; CO= Concentração FO/PM= Formulação de Objetivos/Preparação Mental; CMR= Confiança e Motivação para a Realização; DAT= Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino

Para verificar as diferenças significativas entre os géneros recorreremos à técnica paramétrica T-Teste. Como podemos verificar na tabela 12, existem diferenças significativas ao nível da Personalidade nomeadamente na Abertura à Experiência ($F=0,65$ $p=0,04$). Também ao nível do Coping se verificam diferenças significativas na dimensão Disponibilidade para Aprendizagem no

Treino ($F=0,66$ $p=0,03$). Na análise dos valores médios das dimensões referidas, verificamos que o género feminino apresenta valores significativamente superiores ($p=0,05$). Assim, verificamos que o género feminino quando comparado com o género masculino, é mais receptivo a novas ideias e valores e mais receptivo à aprendizagem através do treino, isto é, as mulheres respeitam mais a partilha de ideias e aproveitam o tempo de treino para aprendizagem e melhoramento de gestos técnico táticos da modalidade.

Tabela 12. Comparação das variáveis Personalidade e Coping em função do género

Variável	df	F	Sig.
Dependente			
Personalidade			
N	1	1,73	0,07
E	1	0,03	0,41
O	1	0,65	0,04*
A	1	0,14	0,68
C	1	0,81	0,87
Coping			
RMP	1	0,54	0,71
AP	1	0,03	0,60
CA	1	0,00	0,54
CO	1	2,75	0,60
FO/PM	1	0,17	0,83
CMR	1	0,24	0,27
DAT	1	0,66	0,03*

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A=Amabilidade; C= Conscienciosidade; RMP= Rendimento Máximo sob Pressão; AP= Ausência de Preocupações; CA= Confronto com Adversidade; CO= Concentração FO/PM= Formulação de Objetivos/Preparação Mental; CMR= Confiança e Motivação para a Realização; DAT= Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino

* $p=0.05$

Perante os dados apresentados, aceitamos parcialmente a hipótese H3a), existem diferenças significativas entre os géneros em função da Personalidade e da Coping, para a dimensão da Personalidade Abertura à Experiência e para a dimensão do Coping Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino.

Para análise das diferenças significativa entre escalões recorreremos à técnica estatística ANOVA. Como podemos verificar na tabela 13, existem diferenças significativas ao nível da Personalidade nomeadamente Conscienciosidade ($F=2,98$ $p=0,05$). Também ao nível do Coping se verificam diferenças significativas na dimensão Ausência de Preocupações ($F=3,36$ $p=0,04$).

Tabela 13. Comparação das variáveis Personalidade e Coping em função do escalão

Variável	df	F	Sig.
Dependente			
Personalidade			
N	2	0,45	0,63
E	2	0,03	0,96
O	2	1,84	0,16
A	2	0,94	0,39
C	2	2,98	0,05*
Coesão			
RMP	2	1,20	0,30
AP	2	3,36	0,04*
CA	2	0,54	0,58
CO	2	2,64	0,08
FO/PM	2	0,98	0,38
CMR	2	1,92	0,15
DAT	2	1,53	0,22

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A=Amabilidade; C= Conscienciosidade; RMP= Rendimento Máximo sob Pressão; AP= Ausência de Preocupações; CA= Confronto com Adversidade; CO= Concentração FO/PM= Formulação de Objetivos/Preparação Mental; CMR= Confiança e Motivação para a Realização; DAT= Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino

Decorrente da análise do teste Pos Hoc, nomeadamente o teste de Scheffe (anexo II) para comparação de múltiplas médias verificámos que na variável Conscienciosidade os atletas do escalão Juniores B apresentam valores significativamente superiores aos Juniores A ($\text{sig.}=0,047$) ou seja, apresentam um maior grau de organização, não existindo diferença entre os seniores e os restantes escalões.

Relativamente ao Coping verificamos que o escalão Juniores A apresenta valores significativamente superiores ($\text{sig.}=0,042$) na dimensão Ausência de Preocupações, quando comparados com os Juniores B.

Examinando os resultados acima apresentados, aceitamos parcialmente a hipótese H3b), Existem diferenças significativas entre os escalões em função da Personalidade e do Coping, para a dimensão da Personalidade Conscienciosidade e para a dimensão do Coping Ausência de Preocupações.

Como a amostra segue os parâmetros da normalidade, para análise das correlações utilizamos a estatística paramétrica *r de Pearson*.

Pela análise da tabela 14, onde considerámos o total dos participantes, verifica-se correlações significativas entre as dimensões do coping RMP e CA ($r=0,44$ $p=0.01$), CO ($r=0,44$ $p=0.01$), FO/PM ($r=0,44$ $p=0.01$), CMR ($r=0,44$ $p=0.01$) significa que o Rendimento Máximo sob Pressão está positivamente associado ao Confronto com a Adversidade, com a Concentração, com a Formulação de Objetivos/ Preparação Mental e com a Confiança e Motivação para a realização, isto é, quanto maior o Rendimento sob Pressão melhor é o Confronto com a Adversidade, maior a capacidade de Concentração, Formulação de Objetivos e de Preparação Mental e maior é a Confiança e Motivação para a realização. Verificámos também correlações significativas entre CA e CO ($r=0,54$ $p=0.01$), CMR ($r=0,43$ $p=0.01$) o que significa que atletas com níveis elevados de confronto com a adversidade apresentam maiores níveis de concentração e de confiança e motivação para a realização de tarefas; encontrámos também correlações significativas entre CO e FO/PM ($r=0,41$ $p=0.01$) e CMR ($r=0,33$ $p=0.01$) o que significa que atletas mais concentrados apresentam mais formulação de objetivos e preparação mental bem como mais confiança e motivação para a realização de tarefas; por último encontrámos correlações significativamente positivas entre FO/PM e CMR ($r=0,40$ $p=0.01$) e entre CMR e DAT ($r=0,35$ $p=0.01$) o que significa que quanto maior a formulação de objetivos maior a confiança e a motivação para a realização e quanto maior for esta última maior é a disponibilidade para aprendizagem através do treino.

Relativamente às correlações entre as dimensões da Personalidade, verificámos correlações significativamente positivas entre a Extroversão e Abertura á Experiência ($r=0,44$ $p=0.01$) o que significa que estas variáveis estão positivamente associadas, ou seja, quanto maior o nível de extroversão

mais receptividade a novas ideias e valores; Entre Amabilidade e Abertura à Experiência ($r=0,43$ $p=0.01$) o que significa que quanto maior tendência para as relações interpessoais maior receptividade a novas ideias e valores; e por último entre a Conscienciosidade e a Amabilidade ($r=0,41$ $p=0,01$) o que indica que quanto maior o grau de organização maior a disposição para relações interpessoais.

No que diz respeito às correlações significativas entre Personalidade e Coping verificamos que existem correlações significativamente positivas entre a Extroversão e o Confronto com a Adversidade ($r=0,27$ $p=0.05$) o que significa que atletas mais extrovertidos lidam melhor com a adversidade; entre a Conscienciosidade e a Confiança e Motivação para a Realização ($r=0,38$ $p=0.01$) e a Formulação de Objetivos/ Preparação Mental ($r=0,27$ $p=0.05$) o que significa que atletas mais organizados apresentam maior confiança e motivação para a realização e maior preparação mental e formulação de objetivos. Verificámos também que existem correlações significativamente negativas entre o Neuroticismo e RMP ($r= -0,27$ $p=0.05$), AP ($r= -0,38$ $p=0.01$), CA ($r= -0,62$ $p=0.01$), CO ($r= -0,33$ $p=0.01$), CMR ($r= -0,44$ $p=0.01$) e FO/PM ($r= -0,28$ $p=0.05$) o que demonstra que atletas com grande instabilidade emocional apresentam baixo rendimento sob pressão, muitas preocupações, dificuldades no confronto com a adversidade, baixa concentração, baixa confiança/motivação para a realização e baixa preparação mental/formulação de objetivos. Verificámos ainda uma correlação significativamente negativa entre o Rendimento Máximo sob Pressão e a Amabilidade o que demonstra que quanto mais amáveis forem os atletas menor é o seu rendimento sob pressão.

Tabela 14. Correlação entre Personalidade e Coping do total dos participantes

	RMP	AP	CA	CO	FO/PM	CMR	DAT	N	E	O	A	C
Coping												
RMP	1											
AP	,011	1										
CA	,334**	,245	1									
CO	,470**	,078	,543**	1								
FO/PM	,265*	-,126	,232	,414**	1							
CMR	,418**	,138	,432**	,337**	,407**	1						
DAT	,116	,043	,154	,131	,182	,350**	1					
Personalidade												
N	-,278*	-,383**	-,628**	-,331**	-,280*	-,448**	-,185	1				
E	,062	-,011	,271*	,194	,161	,163	,023	-,119	1			
O	-,138	,057	,019	,011	,137	,091	,036	,096	,447**	1		
A	-,334**	-,026	-,022	-,047	-,080	-,046	,201	,162	,066	,437**	1	
C	-,036	,092	,138	,225	,272*	,380**	,209	-,254	,036	,171	,411**	1

Nota: N= Neuroticismo; E= Extroversão; O= Abertura à Experiência; A=Amabilidade; C= Conscienciosidade; RMP= Rendimento Máximo sob Pressão; AP= Ausência de Preocupações; CA= Confronto com Adversidade; CO= Concentração FO/PM= Formulação de Objetivos/Preparação Mental; CMR= Confiança e Motivação para a Realização; DAT= Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino

**p=0.01 *p=0.05

Por existirem diferenças significativas entre os géneros ao nível da Personalidade na Abertura à Experiência, e ao nível do Coping na dimensão Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino, para um grau de significância de 0,05 apresentamos em seguida (tabela 15) os resultados das correlações por género. Verificamos que tanto para o género feminino como para o género masculino não existe correlação significativa entre a Personalidade (Abertura à Experiência) e o Coping (Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino).

Tabela 15. Correlação entre Personalidade e Coping em função do Género

Feminino (n=30)			Masculino (n=30)	
	O	DAT	O	DAT
O	1		1	
DAT	-0,01	1	0,05	1

Nota: N= O= Abertura à Experiência; DAT= Disponibilidade para Aprendizagem através do Treino **p=0.01 *p=0.05

Por existirem diferenças significativas entre os escalões ao nível da Personalidade na Conscienciosidade e ao nível do Coping na dimensão Ausência de Preocupações, para um grau de significância de 0,05, apresentamos em seguida (tabela 16.) os resultados das correlações por Escalão. Para os escalões Juniores A e Juniores B verificámos que não existem correlações significativas.

Relativamente ao escalão Seniores verificámos correlações positivas entre a Conscienciosidade e Ausência de Preocupações, assim podemos dizer que a Conscienciosidade está positivamente associada à Ausência de Preocupações, ou seja, quanto maior o nível de organização menos preocupações apresentadas.

Tabela 16. Correlação entre Personalidade e Coping em função do Escalão

	Juniores A (n=14)		Juniores B (n=30)		Seniores (n=16)	
	C	AP	C	AP	C	AP
C	1		1		1	
AP	0,37	1	0,00	1	0,49*	1

Nota: N= C= Conscienciosidade; AP= Ausência de Preocupações;

**p=0.01 *p=0.05

Analisando os dados acima apresentados e considerando o total dos participantes verificamos que existe relação de positiva entre as variáveis Personalidade e Coping nas dimensões Extroversão e Confronto com a Adversidade; Conscienciosidade e Formulação de Objetivos/Preparação Mental, respetivamente. Por existirem diferenças significativas entre géneros e escalões analisámos a correlação Personalidade e Coesão em cada grupo e verificámos que não existem correlações significativamente positivas entre Personalidade e Coping em função dos géneros, no entanto existe uma correlação significativamente positiva entre Personalidade e Coping em função do escalão, entre a Conscienciosidade e a Ausência de Preocupações, no escalão Seniores.

Os resultados apresentados para o total dos participantes levam-nos a aceitar parcialmente a hipótese H4, existe relação de positiva entre as variáveis

Personalidade e Coping, para a relação entre as dimensões Extroversão-Confronto com Adversidade e Conscienciosidade-Formulação de Objetivos/Preparação. Considerando a relação Personalidade e Coping em função do género, rejeitamos a hipótese H4, porque não verificámos correlações significativamente positivas. Em função do escalão, aceitamos apenas a hipótese H4 para o escalão Seniores, que é onde verificámos a relação significativamente positiva entre Personalidade e o Coping.

4.5 Discussão e Conclusão do ESTUDO DOIS

Os atletas participantes neste estudo, em relação ao género diferem na Personalidade e no Coping nas respectivas dimensões Abertura à Experiência e Disponibilidade para Aprendizagem durante o Treino, sendo o género feminino que apresenta valores mais elevados do que o género masculino. Estudos relativos à comparação entre géneros apontam para diferenças de personalidade nas dimensões extroversão (Hermáez e Bardaji ,2001; Braquín, 2006) e amabilidade (Hermáez e Bardaji, 2001), também neste estudos é o género feminino que apresenta valores mais elevados.

Em relação às diferenças de Coping entre géneros, os nossos resultados indicam que o género feminino apresenta maiores valores na Disponibilidade para Aprendizagem durante o Treino do que o género masculino. Os resultados do nosso estudo apesar de escassos vão de encontro aos resultados apresentados por Kaiseler, Polman e Nicholls (2012) que confirmar que as diferenças entre géneros se baseiam na hipótese da tendência defendida por por Tarnares, Janicki e Helgeson (2002) citado por Kaiseler e Polman (2010). Esta hipótese revela que homens e mulheres utilizam diferentes estratégias de coping. Quanto aos resultados apresentados por Hoar, Crocker, Holt e Tamminen (2010) em que as mulheres usam mais o suporte social e a reavaliação cognitiva como estratégias de coping enquanto os homens utilizam mais a agressão. O estudo de Coimbra, Filho, Andrade e Miranda (2013) mostra que as estratégias mais utilizadas são Rendimento Máximo sob Pressão, Confronto com Adversidades, Formulação de

Objetivos/Preparação Mental e Confiança/Motivação sendo que os atletas masculinos apresentaram maiores escores nestas habilidades psicológicas do que as atletas do género feminino.

Os resultados do nosso estudo não vão de encontro aos resultados de investigações anteriores, levando-nos a concluir que as diferenças entre escalões podem estar associadas ao nível competitivo, alta competição, que é influenciado por um processo de socialização em função do rendimento e não do género.

Relativamente ao escalão os nossos participantes diferem na Personalidade e no Coping nas respectivas dimensões Conscienciosidade e Ausência de Preocupações, sendo o Escalão Juniores B que apresenta valores significativamente maiores de Conscienciosidade do que os Juniores A. Quanto à Ausência de Preocupações o escalão Juniores A apresenta valores significativamente mais elevados do que o escalão Juniores B. Estudos sobre as diferenças entre escalões mostram que Os atletas mais jovens (juniores / juvenis) relataram um maior uso de fuga comportamental e um menor uso do planeamento e aceitação do que atletas mais velhos. Os atletas mais velhos utilizam estratégias mais passivas, intrapessoal e voltados para a emoção o que reflete uma maturidade a nível de estratégias de coping. Dias, Cruz e Fonseca (2010).

Barbosa e Cruz (1997) estudaram sobre as principais estratégias de coping utilizadas por atletas de andebol de alta competição, os seus resultados indicam que as estratégias mais evidentes são o controlo emocional, a ausência de preocupações e aprendizagem através do treino.

Comparando o nosso estudo com a literatura existente verificamos que os nossos resultados não vão de encontro aos resultados aos resultados de Dias, Cruz e Fonseca (2010) estas diferenças podem estar associadas ao número total de participantes. Porém os nossos resultados confirmam os resultados de Barbosa e Cruz (1997) estas semelhanças pode estar relacionadas com a proximidade do contexto em que ambos os estudos foram realizados, andebol de alta competição.

No que diz respeito a correlação entre Personalidade e Coping a revisão de literatura indica que as estratégias de coping focada no problema estão relacionadas com níveis elevados de Extroversão e Conscienciosidade e com baixos níveis de Neuroticismo. Enquanto estratégias de coping focado nas emoções estão relacionadas com baixos níveis de Extroversão e Conscienciosidade sendo que o Neuroticismo não é uma dimensão influente nestas estratégias, mas em níveis elevados influencia o coping disfuncional. Quanto a Amabilidade não foram encontradas nenhuma relações significativas. (Vollrath & Torgersen, 2000; Brebner, 2001). O estudo de Carver e Connor-Smith (2010) relaciona o Neuroticismo com a estratégia de coping a fuga ou evitamento; A Conscienciosidade com as estratégias de reestruturação cognitiva e a resolução planeada do problema; A Amabilidade com a estratégia de coping suporte social. Extroversão e Abertura à Experiência com a reestruturação cognitiva, o suporte social e o distanciamento. Kaiseler, Polman e Nicholls (2011) indicam que os traços de personalidade não estão relacionados com o tipo de stress mas com a intensidade do stress e a percepção de controlo, sendo as relações mas significativas a nível do Neuroticismo, que quanto mais elevado mais elevados são os níveis de intensidade do stress e mais baixos são o níveis de percepção de controlo; a nível da Amabilidade quanto mais elevado mais baixos são os níveis de intensidade de stress; a nível da Conscienciosidade quanto mais elevado mais elevados são os níveis de percepção de controlo.

Os nossos resultados não coincidem com a literatura existente, estas divergências podem dever-se aos diferentes quadros conceptuais e instrumentos utilizados nos estudos e ao número total de participantes do nosso estudo.

Os resultados do nosso estudo apresentam algumas implicações práticas para os treinadores. Relativamente ao género, os treinadores do género feminino devem ter em conta que as suas atletas estão mais receptivas a novas ideias e que em situação de stress aproveitam o treino como espaço de aprendizagem e experimentação de novas resoluções para o problema.

Relativamente aos escalões, os treinadores dos Juniores B devem ter em conta que os seus atletas são, em geral, organizado, conscientes, mas que perante situações stressantes ainda apresentam alguma preocupação.

5. Conclusões Gerais, Limitações e Recomendações

Com estes dois estudos concluímos que existem diferenças entre géneros na relação Personalidade-Coesão nas respectivas dimensões Abertura à Experiência, Integração no Grupo Social e Tarefa e Atração Individual para o Grupo nas questões associadas à Tarefa sendo o género feminino o que apresenta os valores mais elevados. Também na relação Personalidade-Coping existem diferenças entre os géneros nas dimensões Abertura à Experiência e Disponibilidade para Aprendizagem durante o Treino, sendo o género feminino que apresenta valores mais elevados do que o género masculino. Isto significa que o género feminino é mais recetivo a novas ideias e valores, mais orientado para a Tarefa e mais disponível para aprender/melhorar através do treino.

Concluímos, também que existem diferenças entre escalões na relação Personalidade- Coesão nas respetivas Conscienciosidade, Integração no Grupo Social e Tarefa e Atração Individual para o Grupo nas questões Sociais, sendo o escalão Juniores B que apresenta valores mais elevados em relação aos escalões Juniores A e Seniores. Também na relação Personalidade-Coping existem diferenças entre os escalões nas dimensões Conscienciosidade e Ausência de Preocupações, sendo o Escalão Juniores B que apresenta maiores valores de Conscienciosidade do que os Juniores A. Quanto à Ausência de Preocupações o escalão Juniores A apresenta valores mais elevados do que o escalão Juniores B. Isto significa que os Juniores B apresentam um maior grau de organização do que os Juniores A, e são mais orientados para a integração no grupo relativamente as questões sociais do que os Juniores A e os Seniores, mas mais orientados para a integração no grupo relativamente às questões de tarefa do que os Seniores e mais atraídos para o grupos relativamente a questões sociais do que os Seniores e que os Juniores A apresentam menos preocupações do que os Juniores B.

Outra conclusão a que chegámos foi que a Personalidade e a Coesão, através das dimensões Amabilidade e Atração Individual para Grupo- Tarefa, estão positivamente relacionadas, sendo que esta relação é significativa, ou seja, indivíduos mais amáveis estão mais atraídos para o grupo no que diz respeito a questões relacionadas com a Tarefa.

Por fim, concluímos que na relação Personalidade-Coping existem correlações significativamente positivas entre a Extroversão e o Confronto com a Adversidade o que significa que atletas mais extrovertidos lidam melhor com a adversidade; entre a Conscienciosidade e a Confiança e Motivação para a Realização e a Formulação de Objetivos/ Preparação Mental o que significa que atletas mais organizados apresentam maior confiança e motivação para a realização e maior preparação mental e formulação de objetivos. Verificámos também que existem correlações significativamente negativas entre o Neuroticismo e Rendimento Máximo sob Pressão, Ausência de Preocupações, Confronto com a Adversidade, Concentração, Confiança e Motivação para a Realização e Formulação de Objetivos/Preparação Mental o que demonstra que atletas com grande instabilidade emocional apresentam baixo rendimento sob pressão, muitas preocupações, dificuldades no confronto com a adversidade, baixa concentração, baixa confiança/motivação para a realização e baixa preparação mental/formulação de objetivos. Verificámos ainda uma correlação significativamente negativa entre o Rendimento Máximo sob Pressão e a Amabilidade o que demonstra que quanto mais amáveis forem os atletas menor é o seu rendimento sob pressão.

O presente estudo apresenta como principais limitações 1) a escassa literatura sobre o tema no contexto desportivo; 2) a diversidade de modelos teóricos e de instrumentos; 3) e o reduzido número de participantes.

De forma a reduzir estas limitações, recomendamos que em futuras investigações 1) se desenvolva o estudo da Personalidade, Coping e Coesão a outros contextos; 2) aprofundar o estudo de todos os modelos e teorias sobre o tema, podendo utilizar diferentes instrumentos para aferição dos valores da mesma variável; 3) se alargue o número de participantes, estendendo este estudo a outras modalidades e níveis competitivos.

6. Referências Bibliográficas

Barquín, R. R. (2006). Predicción del resultado deportivo en judokas cadetes de competición aplicando las dimensiones del cuestionario de personalidad BFQ. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(2), 69-88.

Bolin, A., & Neuman, G. (2006). Personality, Process and Performance in interactive brainstorming groups. *Journal of Business and Psychology*, 20(4), 565-585. Doi: 10.1007/s10869-0005-9000-7

Brebner, J. (2001). Personality and stress coping. *Personality and Individual Differences*, 31, 317-327.

Carver, C., & Connor-Smith, J. (2009). Personality and Coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704. Doi: 10.1146/annurev.psych.093008.100352

Coimbra, D. R., Filho, M. B., Andrade, A., & Miranda, R. (2013). Habilidades psicológicas de coping em atletas brasileiros. *Motricidade*, 9(1), 93-104. doi: 10.6063/motricidade.9(1).

Dias, C., Cruz, J. F., & Fonseca, A. M. (2010). Coping Strategies, multidimensional competitive anxiety and cognitive threat appraisal: differences across sex, age and type of sport. *Serbian Journal of Sport Sciences*, 4(1), 23-31.

Filho, M., & Ribeiro, L. (2005). Personalidade e esporte: uma revisão. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 13(2), 101-110.

Filho, M., Ribeiro, L., & Garcia, F. (2005). Personalidade de atletas brasileiros de alto rendimento: comparações entre sexo masculino e feminino e correlação com nível de performance e tempo de treinamento. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 5(1), 31-39.

Fortes, B., & Conrado, J. (2012). Os traços de personalidade do jogadores de futebol: uma revisão sistemática. *Revista Graduação*, 5(1).

Garcia-Naveira, A., Barquín, R. R., & Pujals, C. (2011). Diferencias en personalidad en función de la práctica o no deportiva, nivel de competición y categoría por edad en jugadores de fútbol desde el modelo de Costa y McCrae. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 29-44.

Hernández, V., & Bardaji, A. (2001). Sexo y edad en estilos de personalidad, bienestar social y adaptación social. *Psicothema*, 13(1), 118-126.

Hoar, S., Crocker, P., Holt, N., & Tamminen, K. (2010). Gender differences in adolescent athletes' coping with interpersonal stressors in sport: more similarities than differences? *Journal of Applied Sport Psychology*, 22, 134-149. Doi: 10.1080/10413201003664640

Kaiseler, M., & Polman, R. (2010). Gender and coping in sport: Male and Female athletes cope differently? In A. Nicholls (Ed.), *Coping in sport: Theory, Methods and Related Constructs* (pp. 79-93): Nova Sciences Publishers, Inc.

Kaiseler, M., Polman, R., & Nicholls, A. (2011). Effects of the Big Five personality dimensions on appraisal coping, and coping effectiveness in sport. *European Journal of Sport Science*, 1-11 Doi: 10.1080/17461391.2010.551410

Kaiseler, M., Polman, R., & Nicholls, A. (2012). Gender differences in appraisal and coping: An examination of the situational and dispositional hypothesis. *International Journal of Sport Psychology*, 43, 1-14.

Karinzade, A., & Besharat, M. A. (2011). An investigation of the relationship between personality dimensions and stress coping styles. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 30, 797-802. Doi: 10.1016/j.sbspro.2011.10.155

Karn, J., Syed-Abdullah, S., Cowling, A., & Holcombe, M. (2007). A study the effects of personality type and methodology on cohesion in software engineering teams. *Behaviour and Information Technology*, 26(2), 99-111. Doi: 10.1080/01449290500102110

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer Publishing Company.

LePine, J.A., Buckman, B.R., Crawford, E.R. & Methot, (2010) A review of research on personality in teams: Accounting for pathways spanning levels of theory and analysis. *Human Resource Management Review*. doi:10.1016/j.hrmr.2010.10.004

Lima, M. D., & Simões, A. (2003). Inventário da Personalidade NEO Revisão (NEO-PI-R) *Avaliação Psicológica: Instrumentos Validados para a População Portuguesa*. Lisboa: Cegoc-Tea.

McCrae, R., & Costa, P. (1994). *The Stability of Personality: Observations and Evaluations*.

Minton, H. and F. Scheider (1985). *Differential Psychology*. EUA: Waveland Press, (pp.291, 293).

Nicholls, A., & Ntoumanis, N. (2010). Traditional and new methods of assessing coping in sport. In A. Nicholls (Ed.), *Coping in Sport: Theory, Methods, and Related Constructs* (pp. 35-51). Hull: Nova Science Publishers, Inc.

Nicholls, A., & Polman, R. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sport Sciences*, 25(1), 11-31. Doi: 10.1080/02640410600630654

O'Neill, T., & Kline, T. (2008). Personality as a Predictor of Teamwork: A business simulator study. *North American Journal of Psychology*, 10(1), 65-78.

Reeves, C., Nicholls, A., & McKenna, J. (2009). Stressors and Coping Strategies among Early and Middle Adolescent Premier League Academy Soccer Players: Differences According to Age. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21, 31-48. Doi: 10.1080/10413200802443768

Ribeiro, J. L. P. (2009). Coping: Estratégias de gestão do stress. *Mind*.

SanJuan, J. ((2003)). *Psicossociología. Influencias en el rendimiento deportivo*. Madrid: Editorial Gymnos.

Schultz, D., & Schultz, S. (2002). *Teorias da Personalidade*. São Paulo: Cengage Learning.

Tasaddoghi, Z. (2013). The styles of coping with stress in team and individual athletes based on gender and championship level. *Annals of Applied Sport Science*, 1(1), 23-27.

Valdés, H. (1998). *Personalidad y deporte*. Barcelona: INDE Publicaciones.

VanVianen, A., & DeDreu, C. (2001). Personality in teams: Its relationship to social cohesion, task cohesion, and team performance. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 10(2), 97-120. Doi: 10.1080/13594320143000573

Vollrath, M., & Torgersen, S. (2000). Personality Types and coping. *Personality and Individual Differences*, 29, 367-378

Anexo I Análise Personalidade e Coesão entre Escalão

Variáveis	(I) 1=junior A; 2=junior B;3=senior	(J) 1=junior A; 2=junior B;3=senior	Diferença de Médias (I-J)	Desvio Padrão	Sig.
AtraçãoIndividualGrupo_Social	junior A	junior B	-,35518	,29784	,494
		senior	,85714*	,29110	,016
	junior B	junior A	,35518	,29784	,494
		senior	1,21232*	,29784	,000
	senior	junior A	-,85714*	,29110	,016
		junior B	-1,21232*	,29784	,000
AtraçãoIndividualGrupo_Tarefa	junior A	junior B	-,17210	,31076	,858
		senior	,17857	,30372	,842
	junior B	junior A	,17210	,31076	,858
		senior	,35067	,31076	,531
	senior	junior A	-,17857	,30372	,842
		junior B	-,35067	,31076	,531
IntegraçãoGrupo_Social	junior A	junior B	-,85982*	,33793	,043
		senior	,98571*	,33027	,014
	junior B	junior A	,85982*	,33793	,043
		senior	1,84554*	,33793	,000
	senior	junior A	-,98571*	,33027	,014
		junior B	-1,84554*	,33793	,000

IntegraçãoGrupo_Tarefa	junior A	junior B	-,57009	,34418	,258
		senior	,62143	,33639	,187
	junior B	junior A	,57009	,34418	,258
		senior	1,19152*	,34418	,003
	senior	junior A	-,62143	,33639	,187
		junior B	-1,19152*	,34418	,003
Neuroticismo	junior A	junior B	-3,53482	3,90506	,665
		senior	-3,97143	3,81663	,584
	junior B	junior A	3,53482	3,90506	,665
		senior	-,43661	3,90506	,994
	senior	junior A	3,97143	3,81663	,584
		junior B	,43661	3,90506	,994
Extroversão	junior A	junior B	-1,09107	2,53198	,911
		senior	-,51429	2,47464	,979
	junior B	junior A	1,09107	2,53198	,911
		senior	,57679	2,53198	,974
	senior	junior A	,51429	2,47464	,979
		junior B	-,57679	2,53198	,974
AberturaExperiencia	junior A	junior B	1,66607	2,45820	,795
		senior	-2,62857	2,40254	,552
	junior B	junior A	-1,66607	2,45820	,795
		senior	-4,29464	2,45820	,222
	senior	junior A	2,62857	2,40254	,552
		junior B	4,29464	2,45820	,222
Amabilidade	junior A	junior B	-2,76071	2,90293	,638
		senior	1,14286	2,83719	,922

Conscienciosidade	junior B	junior A	2,76071	2,90293	,638
		senior	3,90357	2,90293	,408
	senior	junior A	-1,14286	2,83719	,922
		junior B	-3,90357	2,90293	,408
	junior A	junior B	-8,13304	3,36132	,058
		senior	-4,25714	3,28520	,435
	junior B	junior A	8,13304	3,36132	,058
		senior	3,87589	3,36132	,517
	senior	junior A	4,25714	3,28520	,435
		junior B	-3,87589	3,36132	,517

Anexo II – Análise Personalidade e Coping entre Escalão

Variáveis	(I) 1=junior A; 2=junior B;3=senior	(J) 1=junior A; 2=junior B;3=senior	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
RendimentoMaximoPressão	junior A	junior B	-,31250	,85163	,935
		senior	-1,33333	,94708	,377
	junior B	junior A	,31250	,85163	,935
		senior	-1,02083	,78304	,433
	senior	junior A	1,33333	,94708	,377
		junior B	1,02083	,78304	,433
	junior A	junior B	2,09821 [*]	,81203	,042
		senior	1,61905	,90303	,209
AusênciaPreocupações	junior B	junior A	-2,09821[*]	,81203	,042
		senior	-,47917	,74663	,814
	senior	junior A	-1,61905	,90303	,209
		junior B	,47917	,74663	,814
	junior A	junior B	-,31250	,68021	,900
		senior	,33333	,75645	,908
	junior B	junior A	,31250	,68021	,900
		senior	,64583	,62543	,589
ConfrontoAdversidade	senior	junior A	-,33333	,75645	,908
		junior B	-,64583	,62543	,589
	junior A	junior B	-1,36607	,60201	,084
		senior	-,76190	,66948	,527

FormulaçãoObjetivos_PreparaçãoMental	junior B	junior A	1,36607	,60201	,084
		senior	,60417	,55352	,554
	senior	junior A	,76190	,66948	,527
		junior B	-,60417	,55352	,554
	junior A	junior B	-,87054	,74457	,509
		senior	-1,10317	,82802	,417
	junior B	junior A	,87054	,74457	,509
		senior	-,23264	,68461	,944
	senior	junior A	1,10317	,82802	,417
		junior B	,23264	,68461	,944
	junior A	junior B	-,89286	,65429	,400
		senior	-1,42063	,72762	,157
ConfiançaMotivaçãoRealização	junior B	junior A	,89286	,65429	,400
		senior	-,52778	,60159	,682
	senior	junior A	1,42063	,72762	,157
		junior B	,52778	,60159	,682
	junior A	junior B	,39286	,61365	,815
		senior	1,14286	,68243	,254
	junior B	junior A	-,39286	,61365	,815
		senior	,75000	,56423	,419
DisponibilidadeAprendizagemTreino	senior	junior A	-1,14286	,68243	,254
		junior B	-,75000	,56423	,419
	junior A	junior B	-2,54911	5,49169	,898
		senior	1,30159	6,10718	,978
Neuroticismo	junior B	junior A	2,54911	5,49169	,898
		senior	3,85069	5,04940	,749

Extroversão	senior	junior A	-1,30159	6,10718	,978
		junior B	-3,85069	5,04940	,749
	junior A	junior B	-3,13393	3,38961	,654
		senior	-2,01587	3,76951	,867
	junior B	junior A	3,13393	3,38961	,654
		senior	1,11806	3,11662	,938
	senior	junior A	2,01587	3,76951	,867
		junior B	-1,11806	3,11662	,938
	junior A	junior B	2,36607	3,38700	,784
		senior	-,62698	3,76661	,986
AberturaExperiencia	junior B	junior A	-2,36607	3,38700	,784
		senior	-2,99306	3,11422	,632
	senior	junior A	,62698	3,76661	,986
		junior B	2,99306	3,11422	,632
	junior A	junior B	-5,80357	4,30005	,408
		senior	-1,42857	4,78199	,956
	junior B	junior A	5,80357	4,30005	,408
		senior	4,37500	3,95373	,545
	senior	junior A	1,42857	4,78199	,956
		junior B	-4,37500	3,95373	,545
Amabilidade	junior A	junior B	-10,64732 [*]	4,19703	,047
		senior	-5,76190	4,66742	,471
	junior B	junior A	10,64732[*]	4,19703	,047
		senior	4,88542	3,85901	,453
	senior	junior A	5,76190	4,66742	,471
		junior B			
	Conscienciosidade	junior A			
		senior			
		junior A			
		senior			

junior B		-4,88542	3,85901	,453

Anexo III

Tema Personalidade e Coesão	
Autores	Resumo
Van Vianen e De Dreu (2001)	<ul style="list-style-type: none">• Níveis mínimos de consciência e afabilidade contribuíram positivamente para a coesão de tarefa• Níveis médios-altos de extroversão e neuroticismo contribuíram positivamente para a coesão social.
Bolin e Neuman (2006)	<ul style="list-style-type: none">• Moderados níveis de extroversão tiveram relações negativas significativas com as variáveis do processo do grupo.• Níveis médios de abertura à experiência tiveram uma correlação positiva e significativa com os resultados do grupo, mas não com as variáveis do processo de grupo.• O Neuroticismo não foi relacionado com variáveis de processo de grupo, mas teve uma relação significativa com os resultados do mesmo.
Karn, Syed-Abdullah, Cowling e Holcombe (2007)	<ul style="list-style-type: none">• A homogeneidade da personalidade influencia positivamente a coesão tanto social como para a tarefa
O'Neill e Kline (2008)	<ul style="list-style-type: none">• Extroversão e a Conscienciosidade não tem nenhum efeito significativo em relação à coesão• Neuroticismo e a afabilidade têm um efeito significativo na previsão da coesão.
Minton e Schneider (1985)	<ul style="list-style-type: none">• As diferenças entre os sexos através das convicções da maioria dos autores ;• Género Feminino mais sociável e mais orientado para as pessoas;

	<ul style="list-style-type: none"> • Género Masculino mais orientado para a tarefa.
Tema Personalidade e Coping	
Vollrath e Torgersen (2000)	<ul style="list-style-type: none"> • Estratégias de coping focada no problema - níveis elevados de Extroversão e Conscienciosidade; baixos níveis de Neuroticismo. • Estratégias de coping focado nas emoções - baixos níveis de Extroversão e Conscienciosidade; Neuroticismo não é uma dimensão influente nestas estratégias, mas em níveis elevados influencia o coping disfuncional.
Brebner (2001)	<ul style="list-style-type: none"> • Conscienciosidade está positiva e significativamente relacionada com o coping focado no problema e negativa e significativamente relacionada com o coping focado nas emoções. • Neuroticismo está positiva e significativamente ligado ao coping focado nas emoções. • Extroversão e Abertura à Experiência estão positiva e significativamente relacionadas com o coping de evitamento. • Amabilidade não apresenta relações significativas com as estratégias de coping.
Carver e Connor-Smith (2010)	<ul style="list-style-type: none"> • Neuroticismo - principal estratégia de coping a fuga ou evitamento; • Conscienciosidade - principais estratégias a reestruturação cognitiva e a resolução planeada do problema; • Amabilidade - principal estratégia de coping é o suporte social. ~ • Extroversão e Abertura à Experiência- principais estratégias a reestruturação cognitiva, o suporte social e o distanciamento.
Karimzade e Ali Besharat (2011)	<ul style="list-style-type: none"> • Elevados níveis no Neuroticismo levam a baixos níveis de coping emocional positivo e a elevado níveis de coping emocional negativo; • Os elevados níveis de Extroversão, permitem que os indivíduos se foquem nas estratégias de resolução de

	<p>problemas mais eficazes.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abertura à experiência correlacionou-se positivamente com as estratégias positivas de resolução de problemas, apenas no género feminino. • Conscienciosidade estava positivamente correlacionada com o estilo de coping focado no problema e negativamente correlacionada com estratégias negativas de coping emocional em ambos os géneros. • Elevados níveis de amabilidade, em ambos os géneros, estavam relacionados com mais estratégias de coping focadas no problema.
Kaiseler, Polman e Nicholls (2011)	<ul style="list-style-type: none"> • Os traços de personalidade não estão relacionados com o tipo de stress mas com a intensidade do stress e a percepção de controlo; • Elevados níveis de Neuroticismo - níveis de intensidade do stress elevados e baixos níveis de percepção de controlo; • Elevados níveis de Amabilidade- baixos níveis de intensidade de stress; • Elevados níveis de Conscienciosidade- elevados níveis de percepção de controlo. • Extroversão, a Amabilidade, a Conscienciosidade e a Abertura à Experiência, dimensões relacionados com estratégias de focalização no problema, estão mais ligadas à eficácia do coping do que o Neuroticismo, dimensão mais relacionada com estratégias focadas nas emoções.
Kaiseler e Polman (2010)	<ul style="list-style-type: none"> • No estudo da relação género – coping existem duas hipóteses • Hipótese de tendência (Tarnares, Janicki e Helgeson, 2002) - homens e mulheres possuem características diferentes, logo utilizam estratégias de coping diferentes, estas diferenças podem basear-se nas diferenças biológicas ou sociais como a expressão emocional e o suporte social;

	<ul style="list-style-type: none"> Hipótese situacional (West e Zimmerman, 2001) situação é que influencia os comportamentos de coping, logo homens e mulheres utilizam as mesmas estratégias de coping, abolindo assim os estereótipos sociais enunciados pela hipótese anterior.
Hoar, Crocker, Holt e Tamminen (2010)	<ul style="list-style-type: none"> Estratégias de coping mais utilizadas pelo género feminino - o suporte social e a reavaliação cognitiva Estratégias de coping mais utilizadas pelo género masculino- agressão.
Kaiseler, Polman e Nicholls (2012)	<ul style="list-style-type: none"> O género feminino avalia o stress pelo nível elevado de intensidade e pela baixa perceção de controlo; A relação género-coping é baseada na hipótese de tendência, embora existam poucos dados.
Dias, Cruz e Fonseca (2010)	<ul style="list-style-type: none"> Os homens utilizam mais estratégias de coping físicas; As mulheres utilizam mais o coping focado nas emoções. Os atletas mais jovens (juniores / juvenis) relataram um maior uso de fuga comportamental e um menor uso do planeamento e aceitação Os atletas mais velhos utilizam mais as estratégias passivas, intrapessoal e voltados para a emoção.
Reeves, Nicholls, e McKenna (2009)	<ul style="list-style-type: none"> Os adolescentes relataram um maior repertório de estratégias de coping do que pré-adolescentes, usado mais estratégias centradas no problema na emoção, e usando menos as estratégias de prevenção