

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de
Coimbra

**PERFORMANCE INDIVIDUAL NO FUTEBOL:
Análise do papel dos Big Five e da robustez
mental**

David Brás Rodrigues

Tese no âmbito do Mestrado Integrado em Psicologia das Organizações e do Trabalho orientada
pela Professora Doutora Teresa Rebelo e pelo Professor Doutor Nuno Rodrigues e apresentada à
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

Setembro de 2019



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Agradecimentos

“A felicidade só é real, quando é partilhada”. Tenho usado esta frase como bússola em muitos momentos da minha vida, porque nesta longa e dura caminhada que é a vida humana, mais importante que o destino é a viagem e, acima de tudo, quem nos acompanha nesta viagem. Dito isto, não posso deixar passar este momento sem destacar a importância que algumas pessoas tiveram ao longo de todo este caminho.

Em primeiro lugar e como não poderia deixar de ser, gostaria de agradecer aos meus pais. Em pequeno transmitiram-me valores pelos quais me continuo a reger nos dias de hoje, como a perseverança, e ensinaram-me que com trabalho e dedicação tudo se consegue alcançar. Ao longo de todo este percurso, repleto de obstáculos, nunca me deixaram desistir e demonstraram-me, mais uma vez, que o trabalho dá sempre frutos e este trabalho é o fruto de todo o vosso trabalho.

Soraia, como tu sabes as palavras, especialmente as sentimentais, não são o meu forte. No entanto, quero que saibas que sem ti não estaria onde estou hoje. Contigo partilhei os sorrisos e dividi as lágrimas ao longo deste caminho e espero, que o caminho que temos pela frente, seja muito maior que aquele que já percorremos até aqui.

“Os amigos são a família que escolhemos” e a família que eu escolhi, à semelhança da de sangue, esteve sempre comigo ao longo deste caminho. A vocês João, David, Eduardo, Marisa e Rita, apenas desejo que saibam que é para mim um orgulho poder chamar-vos de amigos e espero que continuemos a criar histórias juntos, como temos feito até aqui, e que o futuro, se não melhor, que seja igual ao que temos neste momento.

Aos meus orientadores, ao Professor Doutor Nuno Rodrigues e à Professora Doutora Teresa Rebelo o meu sentido e sincero obrigado pela orientação ao longo destes largos meses, mas acima de tudo, por me terem dado a oportunidade de aprofundar os meus conhecimentos numa área que me diz tanto e que nunca pensei ser possível.

Em último lugar, Benny, meu querido e fiel companheiro, levaste contigo um bocadinho mim e deixaste em o melhor presente que me podias ter dado: memórias. Obrigado pela companhia em todos os momentos.

Resumo

O presente estudo visa contribuir para a literatura a respeito do impacto da personalidade e da robustez mental no desempenho desportivo individual dos atletas de futebol, partindo de dois objectivos principais de investigação. O primeiro objetivo prende-se com a análise e determinação da validade preditiva da personalidade em relação ao desempenho individual dos atletas de futebol. A personalidade foi avaliada através da taxonomia dos Big Five e o desempenho desportivo operacionalizado a partir de indicadores objetivos e subjetivos.

O segundo objetivo deste estudo consiste na análise da forma como a robustez mental influencia o rendimento individual dos jogadores de futebol. Este objetivo é alcançado pela análise da validade preditiva da robustez mental no desempenho, de forma isolada, e, ainda, pela análise do papel mediador deste constructo na relação entre a personalidade e o rendimento desportivo de sucesso. Para o efeito foi recolhida uma amostra de 134 futebolistas séniores pertencentes a várias equipas portuguesas.

Os resultados obtidos mostraram que a dimensão conscienciosidade possui validade preditiva em relação à performance objetiva e subjetiva dos jogadores de futebol. Para além desta dimensão, também a robustez mental constitui um preditor válido e relevante da performance individual subjetiva e objetiva dos futebolistas da presente amostra.

Em último lugar, as análises realizadas suportam também que a robustez mental medeia a relação da conscienciosidade e do neuroticismo com a performance subjetiva, mas não com a performance objetiva. As principais implicações teóricas e práticas destes resultados são analisadas e discutidas.

PALAVRAS-CHAVE: Big Five, robustez mental, mediação, performance, futebol.

Abstract

This study aims to contribute to the literature about the impact of personality and mental toughness on individual performance of soccer players, based on two main research objectives. The first objective is the analysis of the predictive validity of personality in relation to the individual performance of soccer players. Personality was assessed through the Big Five taxonomy and soccer performance based on objective and subjective indicators.

The second objective of this study is to analyze how mental toughness influences the individual performance of soccer players. This objective is achieved by analyzing the predictive validity of mental robustness in performance and by analyzing the mediating role that this construct has in the relationship between personality and successful sports performance. For this purpose, a sample of 134 senior soccer players from various Portuguese teams was collected.

The results showed that conscientiousness has predictive validity in relation to the objective and subjective performance of soccer players. In addition to this personality trait, mental toughness also emerges as a positive and meaningful predictor of subjective and objective individual performance of the players in this sample.

Finally, the analyzes also support that mental toughness mediates the relationship of conscientiousness and neuroticism to subjective performance, but not to objective performance. The main theoretical and practical implications of these results are presented and discussed.

KEYWORDS: *Big Five, mental toughness, mediation, performance, soccer.*

Índice

Introdução	1
Performance individual no futebol.....	4
Avaliação da performance no futebol	6
Big Five e desempenho individual no futebol.....	8
Robustez mental e rendimento individual no futebol	11
Big Five, robustez mental e rendimento individual no futebol.....	15
Método	17
Contexto desportivo	17
Amostra.....	18
Procedimento de recolha de dados.....	4
Medidas	19
Big Five.....	19
Robustez mental.....	20
Performance subjetiva	21
Performance objetiva.....	21
Variáveis de controlo.....	22
Resultados	22
Discussão	26
Conclusões.....	31
Referências.....	32
Anexos	39

Introdução

Ao longo dos últimos anos, o desporto de alto-rendimento, incluindo o futebol, tem sido alvo de uma comercialização e globalização substanciais. Estas mudanças levaram a que as organizações desportivas implementassem estratégias capazes de levar ao sucesso os seus atletas e as suas equipas. De forma a dar resposta a estas exigências e conseguirem obter vantagem competitiva, as organizações desportivas de elite realizaram investimentos nas áreas da tecnologia, medicina e demais áreas científicas aplicadas a este contexto (Wagstaff, 2017).

No entanto, apesar de todas as mudanças que se têm verificado, o processo de seleção de jogadores é maioritariamente realizado por treinadores ou diretores desportivos e contempla, quase exclusivamente, as componentes físicas, técnicas e táticas, vistas como importantes para um desempenho superior no futebol de alto rendimento, negligenciando a componente psicológica e os seus determinantes (avaliados neste estudo) também estes importantes e, até, diferenciadores a este nível (Huijgen, Elferinck-Gemser, Lemmink & Visscher, 2012; Sarmiento, Anguera, Pereira & Araújo, 2018; Wagstaff, 2017).

De resto a investigação das últimas décadas mostra que as diferenças individuais ao nível da personalidade e da aptidão cognitiva constituem determinantes relevantes do desempenho humano nos mais variados contextos desde o académico ao profissional (Gonzalez-Mulé, Mount & Oh, 2014; Salgado, 2017). Motowidlo, Borman e Schmit (1997) propõem que as diferenças individuais na personalidade e nas capacidades cognitivas, associadas às experiências de aprendizagem, levam à variabilidade nos conhecimentos, *skills* e nos hábitos de trabalho (características adaptativas contextuais), que constituem, por sua vez, importantes variáveis mediadoras dos efeitos da personalidade e das capacidades cognitivas no desempenho no trabalho. Este quadro concetual aplica-se aos contextos empresariais, académicos e desportivos dado que todos estes contextos são orientados para o desempenho, isto é, são contextos onde o rendimento individual é avaliado e comparado com os restantes competidores/indivíduos (Allen, Greenlees & Jones, 2013; Gucciardi, Hanton, Gordon, Mallett & Temby, 2015).

Existe já suporte empírico consolidado, a partir de diversos estudos de meta-análise, acerca do impacto das características individuais de personalidade no desempenho individual em múltiplas funções profissionais e contextos organizacionais

(Barrick, Mount & Judge, 2001; Salgado, 2017), assim como em contextos académicos (Poropat, 2009; Richardson, Abraham & Bond, 2012). Todavia, esta questão permanece pouco estudada no meio desportivo e de alta competição (Allen et al., 2013; Allen & Laborde, 2014).

Na revisão da literatura realizada por Allen, Greenlees e Jones (2013), na qual os autores pretendiam dar a conhecer o passado e o presente relativamente ao estudo da personalidade no contexto desportivo, é destacado que desde a década de 90, altura em que se registaram importantes avanços no estudo da personalidade, em grande parte devido à emergência e convergência gerado em volta da taxonomia dos *Big Five* (Richardson et al., 2012; Salgado, 2017), apenas foram realizadas algumas tentativas esporádicas de estudar a capacidade preditiva da personalidade (tendo por base esta taxonomia) no rendimento desportivo.

Assim, com este estudo, pretende-se contribuir para a análise do impacto dos fatores da personalidade no desempenho individual desportivo, um tópico que é considerado por alguns autores como central na psicologia do desporto (Allen et al. 2013). O primeiro objetivo deste trabalho consiste, então, na análise e determinação da validade preditiva da personalidade em relação ao desempenho individual de atletas de futebol. A personalidade é avaliada através da taxonomia dos cinco grandes fatores de personalidade, comumente designados de *Big Five* (extroversão, conscienciosidade, neuroticismo, abertura à experiência e amabilidade), desenvolvida devido aos contributos de múltiplos autores (Costa & McCrae, 1982; Goldberg, 1993, Tupes & Christal, 1961) e o desempenho desportivo operacionalizado a partir de indicadores objetivos e subjetivos de performance desportiva.

Apesar do modelo dos Big Five constituir a descrição taxonómica mais aceite dos aspetos globais da personalidade, existem outros constructos que, pela maior proximidade concetual com as dimensões de desempenho individual, podem constituir preditores mais próximos de variáveis específicas de desempenho tal como o desempenho desportivo (Hough & Schneider, 1996; Roberts & Woodman, 2017; Rodrigues & Rebelo, 2013). Roberts e Woodman (2017) referem que um dos constructos que corresponde a estas características é a robustez mental, que é definida por Gucciardi, Hanton, Gordon, Mallett e Temby (2015) como uma capacidade pessoal para constantemente produzir níveis

elevados de performance subjetiva e objetiva apesar dos desafios diários e eventos stressantes, bem como de adversidades significativas.

De acordo com Lin, Mutz, Clough e Papageorgiou (2017b) a importância da robustez mental nos contextos desportivos é algo quase consensual e tem sido estudado como um fator individual diferenciador que permite que os indivíduos lidem eficazmente com desafios e que persistam sob pressão. Para Gucciardi et al. (2015), o que leva a robustez mental a ter este impacto nos contextos de rendimento é devido à mesma constituir uma característica adaptativa (*characteristic adaptation*), ou seja, uma expressão contextual de traços disposicionais (como por exemplo, a personalidade) que é ativada por fatores situacionais. Assim, apoiando-nos na matriz teórica de Motowidlo et al. (1997), considerámos que a robustez mental pode ser encarada como uma característica adaptativa contextual que medeia o impacto da personalidade na performance.

Desta forma, o segundo objetivo deste estudo consiste em analisar se os *Big Five* influenciam a performance dos jogadores de futebol, através do seu impacto nos níveis de robustez mental individuais. Este objetivo será alcançado pela análise do papel mediador que este constructo tem na relação entre a personalidade e o rendimento desportivo de sucesso.

Assim, partindo destes objetivos o presente estudo pretende contribuir para o conhecimento relativamente ao impacto da personalidade, utilizando a taxonomia dos *Big Five*, no rendimento desportivo de atletas e, em particular, no futebol. Desde que foi alcançada uma maior convergência no estudo da personalidade, com a taxonomia dos *Big Five*, por Costa e McCrae (1992), que o estudo do impacto da personalidade na performance desportiva estagnou, com apenas esporádicas tentativas, como é o caso de Piedmont, Hill e Blanco (1999) (no futebol feminino universitário), Sindik (2010) (em basquetebolistas profissionais) e Ruiz-Barquín & García-Naveira (2013) (com jovens futebolistas). Este conhecimento possui utilidade tanto para a tomada de decisão nos processos de seleção nos clubes de alto rendimento, bem como para a retenção de talentos nas camadas jovens.

Um segundo contributo deste estudo decorre do seu segundo objetivo e visa contribuir para a identificação dos mecanismos psicológicos (variáveis mediadoras) a partir das quais a personalidade concretiza a sua influência no desempenho no contexto

desportivo, algo recomendado por Roberts e Woodman (2015, 2017), mas que, até então, e de acordo com a nossa revisão de literatura, não foi levado a cabo. Esta análise possui implicações teóricas importantes ao nível da integração da robustez mental nos quadros teóricos a respeito dos determinantes do desempenho desportivo bem como do ponto de vista da intervenção. Isto porque a robustez mental se vai desenvolvendo com as experiências vividas pelos indivíduos (Cowden, 2016; Jones, Hanton, & Connaughton, 2002) e pode também ser desenvolvida de forma significativa através de programas de intervenção (Bell, Hardy & Beattie, 2013; Gucciardi, Gordon & Dimmock, 2009).

O terceiro e último contributo do presente estudo, assenta no facto de este ser realizado exclusivamente com futebolistas (alguns deles futebolistas profissionais). Isto porque muitos dos estudos analisados ao longo da revisão de literatura efetuada são realizados com escalões de formação, ou populações exclusivamente amadoras, uma vez que estas populações são mais acessíveis que equipas seniores de futebol, principalmente equipas profissionais.

Performance individual no futebol

No contexto organizacional, a performance é vista como uma variável comportamental, isto porque a performance não é avaliada pelas oito horas diárias de trabalho realizadas pelos indivíduos, mas sim pelos comportamentos que estes tiveram (em determinados intervalos temporais) que contribuem para que a organização alcance os seus objetivos (Campbell & Wiernik, 2015; Motowidlo, Borman & Schmit, 1997).

No contexto futebolístico não é diferente. Neste contexto, a performance desportiva é um conceito que está inerentemente associado à performance de jogo, visto que é neste intervalo temporal que o comportamento dos atletas tem como objetivo ajudar o clube a alcançar os seus objetivos (ganhar o jogo) e é avaliado pelo conjunto de *stakeholders* que rodeiam a equipa (copula diretiva, treinador, adeptos, etc.). Assim, Thomas, French e Humphries (1986) definem o conceito de performance de jogo como um produto complexo resultante do conhecimento cognitivo relativo à situação atual e a eventos passados, combinado com a capacidade do atleta de produzir a(s) técnica(s) necessária(s). Esta definição enfatiza a existência de duas componentes, a componente motora e a componente cognitiva (e.g., tomada de decisão), ambas imprescindíveis para que um determinado atleta tenha uma performance de alto rendimento (Campo, Villora & Lopez, 2011).

A componente motora da performance é, ainda, dividida em duas dimensões mais específicas. A dimensão física, visto que, o futebol é um desporto de alta intensidade intermitente e um atleta, ao longo de um jogo, tem que percorrer elevadas distâncias e a diferentes ritmos (andar, correr ou sprintar), bem como a realização de outro tipo de movimentos, como por exemplo saltar, ou mudar de direção repentinamente (Di Salvo, Pigozzi, González-Haro, Laughlin & De Witt, 2012; Huijgen, Elferink-Gemser, Lemmink & Visscher, 2012). A segunda dimensão física da performance no futebol consiste na dimensão técnica do jogo. Como o futebol envolve o manuseamento de um objeto extra ao corpo (a bola), para que um atleta o possa praticar, tem que possuir capacidades que lhe permitam manusear a bola de forma eficaz, especialmente, em regime de alto rendimento (Aquino, Puggina, Alves & Garganta, 2017; Huijgen et al., 2012)

A componente cognitiva, à imagem da componente física, divide-se também em duas dimensões. A primeira é a dimensão tática do jogo, visível muitas vezes no posicionamento e tomada de decisão que os jogadores efetuam. Isto porque o futebol é um desporto invasivo, isto é, os atletas competem no mesmo campo de ação que os seus adversários. Atletas deste tipo de desportos necessitam de realizar constantes tomadas de decisão e adaptações do seu comportamento, visto que este necessita de estar ajustado às movimentações realizadas pelos adversários, de forma a que consigam alcançar os seus objetivos (Elferink-Gemser, Visscher, Richart & Lemmink, 2004; Hughes & Bartlett, 2002). A segunda dimensão da componente cognitiva é a dimensão emocional ou mental. Os atletas estão sujeitos a uma pressão semanal para que tenham uma performance que ajude a sua equipa a ganhar, sabendo que, caso a sua performance não seja condizente com as exigências, na semana seguinte poderá não jogar (Hughes e Bartlett, 2002; Sæther, Aspvik & Høigaard, 2017). Esta dimensão pode, em regime de alto rendimento, ser diferenciadora na obtenção de sucesso, ou insucesso, por parte de um atleta (ver Morris, 2000, para uma revisão).

Assim, estas dimensões e suas sub-dimensões fazem com que a performance no futebol seja vista como um constructo multidimensional, com exigências físicas, táticas, técnicas e mentais para se poder atingir e competir em regime de alto rendimento (Hughes & Bartlett, 2002; Murr, Feichtinger, Larkin, O'Connor & Honer, 2018). Contudo, Motowidlo et al. (1997) salientam que, apesar do desempenho individual possuir uma

natureza multidimensional, a um nível supra-ordenado as suas dimensões integram-se num fator global que representa o contributo integrado do indivíduo para os objetivos da organização. Transpondo para contexto desportivo, a performance individual de um atleta remete, para o conjunto de comportamentos que configuram o seu contributo e prestação globalmente considerada para levar a equipa a atingir os resultados desportivos pretendidos.

Avaliação da performance no futebol. Uma forma mais objetiva de se realizar a avaliação da performance de um atleta no futebol consiste na utilização de indicadores de performance, que podem consistir em estatísticas de jogo (Piedmont, Hill & Blanco, 1999). Segundo Hughes e Bartlett (2002), um indicador de performance é uma seleção, ou combinação, de variáveis de ações que procuram definir alguns ou todos os aspetos de uma determinada performance”. Estes indicadores podem ter como objetivo a avaliação da performance de um atleta, de uma equipa ou de alguns elementos de uma equipa.

Os autores Castellano e Casamichana (2017) afirmam que este método de avaliação da performance coletiva e individual tem vindo a ser introduzido no futebol de alto rendimento, devido aos avanços tecnológicos que se têm feito e que tornaram possível a recolha de grandes quantidades de informação relativas a um determinado jogo. Os indicadores utilizados consistem em indicadores de jogo globais (e.g., resultado final, bolas paradas e posse de bola), indicadores táticos (e.g., distribuição dos passes realizados, distância dos passes realizados, precisão do passe e ritmo do ataque), indicadores técnicos (e.g., remates à baliza, dribles e desarmes ganhos e perdidos) e indicadores físicos (e.g., distância percorrida ao longo de um jogo pelos diferentes jogadores e as distâncias percorridas em diferentes velocidades) (Di Salvo et al., 2012; Hughes & Bartlett, 2002).

No entanto, Piedmont, Hill e Blanco, em 1999, afirmavam já que, apesar da sua adequação existem algumas limitações para a sua utilização. Em primeiro lugar, é difícil generalizar quais os indicadores que sinalizam o sucesso ou insucesso em diferentes desportos, ou até mesmo, entre diferentes posições no mesmo desporto. Isto porque, por exemplo, o que é considerado um indicador-chave para classificar uma performance de sucesso de um guarda-redes, já não o é para se classificar a performance de um avançado. Hughes et al. (2012) acrescentam ainda que os indicadores de performance chave (i.e., indicadores de sucesso ou insucesso), podem variar de treinador para treinador, o que

aumenta a dificuldade em se alcançar a generalização de indicadores de uma performance bem-sucedida para uma determinada posição.

Em segundo lugar, Piedmont et al. (1999) afirmaram que existem algumas facetas da performance que podem ser difíceis de mensurar através de estatísticas de jogo. Isto porque os indicadores de performance fornecem informação quantitativa, isto é, a quantidade de vezes que uma determinada ação foi realizada, não contendo, assim, informação qualitativa, ou seja, uma análise da eficácia de uma determinada ação ou comportamento, tendo em conta os objetivos da equipa (Aquino et al., 2017).

Em terceiro lugar, estes indicadores objetivos não se podem considerar como permutáveis com as variáveis de desempenho, visto que as mesmas podem ser influenciadas pelo contexto em que a performance é realizada. Liu, Yi, Giménez, Gómez e Lago-Peñas (2015) sustentaram que alguns fatores contextuais como a localização do jogo (i.e., jogar em casa ou fora), o resultado do jogo (i.e., o resultado do jogo pode influenciar o comportamento dos futebolistas), a força do opositor (i.e., jogar contra uma equipa teoricamente superior, igual ou inferior) e o período do jogo (i.e., primeira vs segunda parte) influenciam estes indicadores utilizados para classificar a performance dos futebolistas. Para além destes fatores, Allen et al. (2013) afirmam que a performance no desporto é um processo intrincado e dinâmico onde um único momento de falta de sorte, uma má decisão de um árbitro, ou um acontecimento inesperado pode alterar o resultado da competição drasticamente, reforçando, assim, a ideia de que a performance é algo contextual e que pode ser influenciada por fatores externos ao atleta e à equipa.

No entanto, apesar destas limitações, estes indicadores de performance (constituídos por estatísticas de jogos) acabam por ser uma forma objetiva de quantificar a performance de um atleta, equipa, ou atletas de uma equipa (Hughes & Bartlett, 2002; Piedmont et al., 1999).

Uma segunda forma de quantificar a performance de um determinado atleta consiste na avaliação subjetiva do seu desempenho. Esta pode ser realizada através da avaliação realizada pelo próprio atleta (autoavaliação). Tal como é referido por Sæther, Aspvik e Høigaard (2017), esta avaliação é sempre realizada com base na perceção que os atletas têm das suas capacidades, comparativamente a outros atletas, o que pode levar a algum enviesamento. Por outro lado, os mesmos autores também afirmam que os jogadores são continuamente avaliados ao longo de todo o processo de desenvolvimento,

sendo essencial que estes desenvolvam capacidades de autoavaliação relativas às suas capacidades e às suas performances, de forma a poderem ajustar o seu comportamento para conseguirem evoluir e atingir patamares de alto rendimento.

Uma outra forma subjetiva de avaliação da performance é aquela que é realizada pelos treinadores na qualidade de peritos ou especialistas e que possuem a oportunidade de observar de forma sistemática o desempenho dos atletas (tanto nos treinos, como nos jogos). Ruiz-Barquín e García-Naveira (2013) afirmam que estas avaliações são baseadas nos critérios que os mesmos consideram ser indicadores de uma performance de sucesso e tem por base, na maioria dos casos, anos anteriores de experiência como treinadores e de observação de jogadores, daí serem considerados especialistas. No entanto, tal como é referido por Hughes et al. (2012), a importância relativa, ou ponderação, de cada um desses critérios varia de treinador para treinador, visto que também são baseados nas suas idiosincrasias.

Partindo da relevância destes aspetos, o presente estudo contempla medidas de avaliação objetivas e subjetivas, de forma a tentar realizar uma avaliação o mais abrangente possível da performance.

Big Five e desempenho individual no futebol

Ones, Viswesvaran e Dilchert (2005) afirmam que a personalidade respeita a um espectro de traços ou atributos individuais, que possibilitam diferenciar os indivíduos em função das suas tendências ou predisposições para orientar o seu pensamento e os seus sentimentos e emoções. Esta é apenas uma definição do constructo visto que, de acordo com Cervone e Pervin (2013), diferentes investigadores utilizam diferentes definições de personalidade, tornando-se difícil chegar a uma definição consensual.

Nesta linha, vários têm proposto diversos modelos de personalidade, numa tentativa de explicar este construto (Kim, Jörg e Klassen, 2019). No entanto, estes autores, bem como Allen et al., (2013) e Salgado (2017), referem que o modelo dos *Big Five* é aquele que reúne o maior grau de aceitação na comunidade científica.

A hipótese lexical, utilizada como base para o desenvolvimento do modelo dos *Big Five*, postula que o léxico de uma língua contém cristalizada a informação que é utilizada para descrever e diferenciar os indivíduos, tendo em conta a informação social mais relevante e as suas características mais proeminentes (John, Naumann & Soto,

2008). Allport e Odbert (1936), Cattell (1943) e McCrae e Costa (1982), entre outros, estudaram estas expressões, utilizadas para descrever os indivíduos, como base para a criação de uma taxonomia holística dos traços da personalidade. Estes trabalhos levaram a um suporte sucessivo da existência de cinco dimensões globais – abertura à experiência (a tendência que os indivíduos têm para procurarem novas experiências, aprendizagens e conhecimentos), amabilidade (consiste na predisposição dos indivíduos para a cooperação, harmonia interpessoal e altruísmo), neuroticismo (é a tendência individual para exibir níveis reduzidos de controlo emocional e de autoconfiança), extroversão (consiste na quantidade e qualidade das interações interpessoais de um indivíduo e na sua orientação para a sociabilidade, estimulação e dominância) e conscienciosidade (é visível na consistência dos comportamentos orientados para a concretização de objetivos e para as tarefas, bem como na capacidade de planeamento e organização de um indivíduo) – que descrevem a personalidade de uma forma eficaz, apesar de não exaustiva (Allen et al., 2013; Kim, Jörg & Klassen, 2019; Saucier & Goldberg, 2003).

Consequentemente foram realizados múltiplos estudos que pretenderam analisar o impacto que as cinco dimensões da personalidade tinham num vasto número de comportamentos pessoais, interpessoais e sociais, incluindo os comportamentos de desempenho (Allen et al., 2013). Convém, no entanto, destacar as meta-análises de Poropat (2009) e Richardson, Abraham e Bond (2012) nas quais os autores pretenderam organizar o conhecimento gerado até então e analisar o impacto direto da personalidade (validade preditiva), na performance em contextos académicos. Ambas as meta-análises concluíram que a conscienciosidade constitui o único fator de personalidade com uma capacidade preditiva robusta desta variável critério.

No que respeita ao impacto da personalidade no contexto do trabalho, é importante destacar a meta-análise e revisão de literatura realizadas por Barrick, Mount e Judge (2001) e Salgado (2017) que, respetivamente, constituem estudos com contributos fundamentais na sistematização da investigação a este respeito até à data. Tal como no contexto académico, a dimensão da personalidade com maior capacidade preditiva no alcance de níveis superiores de performance é a conscienciosidade. No entanto, Salgado (2017) afirmou que, para além da conscienciosidade, o neuroticismo é a segunda dimensão da personalidade mais relevante na predição do desempenho individual no

trabalho, sendo importante de realçar que a dimensão do neuroticismo se relaciona negativamente com a performance individual no trabalho (Ones & Viswesvaran, 1996).

Tal como já referimos, no contexto desportivo, o impacto direto da personalidade na performance dos atletas foi um tópico largamente estudado ao longo do século XX, até à década de 90. No entanto, apesar de ser um tópico central na psicologia do desporto, muita da investigação realizada foi criticada devido à necessidade de modelos teóricos específicos e também a problemas de ordem metodológica como a utilização de taxonomias distintas de personalidade (Roberts & Woodman, 2015). Allen et al (2013) afirmam que, após a década de 90, poucos foram os estudos centrados no impacto da taxonomia dos *Big Five* no rendimento desportivo. O que é surpreendente tendo em conta os resultados encontrados nos contextos organizacionais e académicos e a semelhança destes contextos com o contexto desportivo. Os autores constataam ainda que é expectável que existam associações semelhantes entre a personalidade e a performance no desporto, tal como existem nos contextos organizacionais e académicos, até porque o desempenho tem determinantes transversais independentemente do contexto.

Piedmont et al., (1999) foram os primeiros investigadores, desde a década de 90, a analisarem o impacto dos *Big Five* no rendimento desportivo. Este estudo foi realizado com 79 atletas femininas que participavam no campeonato universitário de futebol e o rendimento desportivo foi avaliado tendo em conta a avaliação dos treinadores das equipas e ainda algumas estatísticas de jogo. Os autores concluíram que as facetas de neuroticismo e conscienciosidade se relacionavam de forma significativa com a performance das atletas.

Sindik (2010) avaliou o impacto dos *Big Five* no rendimento situacional de 74 basquetebolistas. Para tal, para tal o autor baseou-se num conjunto de indicadores de eficácia situacional dos atletas verificando a existência de relações positivas entre as dimensões da conscienciosidade e amabilidade e uma correlação negativa entre a dimensão de abertura à experiência com alguns dos indicadores situacionais recolhidos.

À semelhança de Piedmont et al. (1999), também Ruiz-Barquín e García-Naveira (2013) pretendiam avaliar o impacto dos *Big Five* no rendimento desportivo de atletas e, para tal, utilizaram uma amostra de 128 futebolistas entre os 14 e os 28 anos de idade. O rendimento individual foi avaliado pelos treinadores da equipa e os autores concluíram que a abertura à experiência se relaciona de forma positiva e significativa com a

performance e que a conscienciosidade apesar de apenas obter uma correlação marginalmente significativa, também demonstrou relacionar-se positivamente com o rendimento individual desportivo. Por outro lado, o neuroticismo também se relacionou de forma significativa, mas negativamente com o rendimento. Desta forma como se pode verificar os fatores de conscienciosidade e neuroticismo parecem constituir os fatores de personalidade mais importantes na predição do desempenho desportivo já que emergem como preditores válidos em dois dos estudos referidos.

Assim, tendo em conta as conclusões das meta-análises de Barrick et al. (2001), Poporac (2009), Salgado (2017) e Richardson et al. (2012), relativas à validade preditiva da personalidade em contextos organizacionais e académicos, a proximidade entre estes contextos (organizacionais e académicos) e o contexto desportivo enquanto quadros contextuais de desempenho, e utilizando como referência os poucos estudos realizados sobre o impacto dos Big Five no contexto desportivo desde a década de 90 (Piedmont et al., 1999; Ruiz-Barquín & García-Naveira, 2013; Sindik, 2010), prevê-se que a conscienciosidade e o neuroticismo sejam ambos preditores válidos de uma performance desportiva (objetiva e subjetiva) de sucesso no contexto desportivo de futebol sob estudo. Um atleta consciencioso (i.e., com comportamentos orientados para a tarefa, para os objetivos, cumpridor de regras, autodisciplinado, determinado e persistente) e com baixo nível de neuroticismo (i.e., autoconfiante e com níveis mais baixos de ansiedade e de insegurança) estará mais propenso para lidar com maior eficácia com as exigências do jogo, com a pressão, bem como persistir em comportamentos que o levem a alcançar os seus objetivos a longo prazo. A consideração destes aspetos conduz à formulação das seguintes hipóteses.

Hipótese 1: A Conscienciosidade tem uma relação positiva com a performance subjetiva (a) e com a performance objetiva (b) individual de atletas de futebol.

Hipótese 2: O Neuroticismo tem uma relação negativa com a performance subjetiva (a) e com a performance objetiva (b) individual de atletas de futebol.

Robustez mental e rendimento individual no futebol

A taxonomia dos *Big Five* tem como objetivo ser uma descrição compreensiva da personalidade, isto é, esta taxonomia tem como objetivo tentar explicar as variações dos

traços e do seu impacto no comportamento individual. No entanto, existem outros constructos, com abordagens teóricas ligados à performance que, devido à especificidade deste tipo de desempenho, podem explicar variância que não é suscetível de ser explicada por constructos mais abrangentes como é o caso dos *Big Five* (Jarvis, 2006). Alguns dos constructos que possuem essas características, segundo Roberts e Woodman (2015; 2017), são o narcisismo, a alexitimia, o perfeccionismo, o otimismo e a robustez mental.

Destes constructos, a robustez mental é aquele que tem, possivelmente, recebido uma maior atenção dos intervenientes no desporto de alto rendimento (i.e., atletas, treinadores, agentes, jornalistas e comentadores) e, conseqüentemente, do meio académico (Connaughton, Wadey, Hanton & Jones, 2008; Cowden, 2017; Gucciardi et al., 2015; Jones, Hanton, & Connaughton, 2002). Tal é reforçado pelos autores Jones, Hanton e Connaughton (2002) quando afirmam que, ao longo da sua breve história, quaisquer características psicológicas associadas com sucesso desportivo têm sido associadas à robustez mental, não existindo uma concetualização unanime acerca deste constructo. Todavia existe alguma convergência em conceber a robustez mental como a capacidade de um indivíduo para lidar com o stresse e a ansiedade resultantes da elevada pressão que existe em situações competitivas (Jones et al., 2002).

Apesar do investimento da investigação em torno deste constructo, como é assinalado por Gucciardi et al. (2015), este necessita de uma maior clarificação concetual, porque ainda não existe uma definição consensual de robustez mental na literatura. Jones et al. (2002) definem robustez mental como uma capacidade psicológica natural ou desenvolvida que permite aos atletas lidar, de uma forma geral, melhor do que os seus adversários com as exigências (competição, treinos, estilo de vida) que o desporto lhes exerce. Especificamente, ser mais consistente e melhor que os seus adversários, permanecendo determinado, focado, confiante e em controlo sob pressão. Esta definição, apesar de ser aceite no meio desportivo e por futebolistas de elite (Thelwell, Weston & Grenlees, 2005), é uma definição específica para este contexto, restringindo a robustez mental ao contexto desportivo, não podendo ser utilizada no meio académico ou organizacional (por exemplo).

Assim, Gucciardi et al. (2015) definem a robustez mental como a capacidade pessoal para constantemente produzir níveis elevados de performance subjetiva e objetiva, apesar dos desafios diários e eventos stressantes, bem como de adversidades

significativas. Esta definição torna este constructo abrangente a todos os contextos em que o desempenho tem um papel preponderante (e.g., militar, académico e organizacional), não o limitando ao contexto desportivo e recolhendo um maior consenso, sendo, por estas razões, a definição adotada pela equipa de investigação.

Para além da falta de consenso pleno relativo à sua definição, a dimensionalidade (unidimensional *vs* multidimensional) e a natureza deste constructo (traço *vs* estado psicológico) são outros tópicos geradores de debate no meio académico (Gucciardi et al., 2015; Lin, Mutz, Clough, & Papageorgiou, 2017b).

No que respeita à dimensionalidade, alguns autores concebem este constructo como multidimensional (e.g., Clough, Earle & Sewell, 2002; Jones et al., 2002), enquanto outros o vêem como unidimensional (e.g., Gucciardi et al., 2015). De acordo com Lin et al. (2017b) o foco deste debate remete para a validade de constructo inerente a cada uma das abordagens. Os mesmos autores afirmam ainda que a abordagem unidimensional de Gucciardi et al. (2015) possui uma evidência mais robusta ao nível da validade de constructo, tendo, no entanto, a desvantagem de reduzir as possibilidades de intervenção visto que, com esta abordagem, as intervenções teriam que ser gerais.

No que respeita à natureza da robustez mental (traço *vs* estado psicológico), também aqui não existe consenso na literatura. Autores como Bell, Hardy e Beattie (2013) e Clough, Earle e Sewell, (2002) concetualizaram a robustez mental como uma característica disposicional, isto é, segundo estes autores, este constructo é um traço de personalidade que leva os atletas a terem um comportamento consistente em diferentes situações. Por outro lado, autores como Gucciardi et al. (2015) e Harminson (2011) concetualizam a robustez mental como um estado psicológico, isto é, consideram que a robustez mental é um constructo cognitivo, que apesar de ser relativamente estável, pode ser modificado através da aprendizagem e com o desenvolvimento ou com mudanças biomecânicas que acontecem num atleta.

Neste estudo a robustez mental é concetualizada partindo da conceção defendida por Gucciardi et al. (2015). Ou seja, a robustez mental é operacionalizada como um constructo unidimensional, uma vez que é o modelo que apresenta melhor ajustamento estatístico, tal como é referido por Lin et al. (2017b), e como um estado psicológico, isto é, uma capacidade cognitiva, relativamente estável, que os indivíduos possuem, ou não, e que leva à expressão contextual de traços disposicionais que são ativados ou

modificados por fatores sociais ou contextuais e que pode sofrer alterações através da aprendizagem e desenvolvimento individual (Gucciardi et al., 2015).

No entanto, apesar da falta de clareza conceitual que rodeia o constructo, este, tal como é dito anteriormente, é visto como um fator crítico para o alcance de desempenhos superiores (Cowden, 2016, 2017). Assim, convém destacar a revisão de literatura realizada por Cowden (2017), na qual se pretende organizar o conhecimento relativo ao impacto que este constructo tem no desempenho desportivo. Cowden (2017) analisou o impacto da robustez mental no alcance de patamares competitivos superiores, bem como o impacto deste constructo no alcance de performances individuais mais elevadas e concluiu que 88% dos estudos incluídos nesta revisão de literatura revelaram que atletas com maior robustez mental tendem a atingir patamares competitivos mais altos ou a terem performances individuais superiores.

Para além do trabalho de Cowden (2017), é importante destacar os trabalhos de Cowden (2016) e Guillén e Santana (2018), nos quais é investigada a relação entre a robustez mental e a performance. Cowden (2016) investigou o impacto da robustez mental na performance de 43 tenistas juniores. A performance foi avaliada tendo em conta estatísticas de jogo recolhidas através da observação direta e concluiu-se que a robustez mental tem uma relação positiva com alguns dos indicadores recolhidos. Apesar disso, a um nível mais macro, o autor também concluiu que um atleta com maior robustez mental tem uma maior probabilidade de ganhar o jogo, sendo que este constructo explicou aproximadamente 27% da variância do resultado final do jogo. Guillén e Santana (2018) analisaram o impacto da robustez mental na performance de 242 futebolistas com idades compreendidas entre os 14 e os 19 anos de idade. A performance foi avaliada através da comparação entre atletas que atuam em diferentes patamares competitivos e os autores concluíram que os atletas que atuam em níveis competitivos superiores possuem maior robustez mental que os restantes.

A robustez mental, apesar de ter a sua origem no contexto desportivo, tem impacto também no rendimento académico e constitui um preditor do salário mensal (uma medida objetiva de sucesso no contexto do trabalho) (Lin, Clough, Welch & Papageorgiou, 2017a). Assim, tendo em conta as conclusões retiradas de estudos anteriores, prevê-se que neste estudo a robustez mental exiba uma relação positiva, tanto com o rendimento

objetivo, como com o rendimento subjetivo dos futebolistas. Por conseguinte apresenta-se a seguinte hipótese:

Hipótese 3: A robustez mental tem uma relação positiva com a performance subjetiva (a) e com a performance objetiva (b) individual de atletas de futebol

Big Five, robustez mental e rendimento individual no futebol

Para além do impacto direto que a robustez mental pode ter na performance individual de futebolistas, de acordo com a teoria das diferenças individuais no desempenho de Motowidlo et al. (1997) e com a conceitualização defendida por Gucciardi et al. (2015), de que a robustez mental é uma característica adaptativa, é plausível considerar que a robustez mental constitui uma variável mediadora entre a personalidade e a performance dos futebolistas.

A teoria das diferenças individuais no desempenho de Motowidlo et al. (1997) constitui uma matriz teórica que traça os mecanismos através dos quais as aptidões cognitivas e a personalidade afetam o desempenho. Este modelo teórico, apesar de ter sido desenvolvido em contexto organizacional, pretendendo explicar a validade preditiva de diferenças individuais, como a personalidade e as aptidões cognitivas, na performance dos diferentes indivíduos, pode também ser utilizado no contexto desportivo, dada a sua profissionalização, bem como pelo facto de ambos constituírem contextos orientados para o desempenho e para o rendimento de indivíduos e equipas (Allen et al., 2013; Wagstaff, 2017).

Neste modelo, os autores fazem uma clara distinção entre performance de tarefa e contextual. A performance de tarefa remete para as atividades ligadas à execução e manutenção dos processos técnicos nucleares de uma organização. Por sua vez, a performance contextual corresponde a atividades que visem a manutenção do ambiente organizacional, social e psicológico facilitador da execução das tarefas pertencentes ao núcleo técnico da organização.

Motowidlo et al. (1997) postulam que as tendências básicas de um indivíduo – personalidade e capacidades cognitivas –, em interação com o contexto que o rodeia (experiências pelas quais vai passando), irão gerar características adaptativas que são instrumentais na potenciação do desempenho. Estas características adaptativas são definidas como expressões concretas de tendências básicas abstratas e podem

corresponder a capacidades, hábitos, preferências, atitudes e padrões de comportamento específico.

Este modelo propõe, assim, que a personalidade (tendência básica e distal), em interação com as experiências que o indivíduo está sujeito, gera hábitos, *skills* e conhecimentos contextuais (características adaptativas contextuais) que, por sua vez, influenciam a performance contextual. Por outro lado, as aptidões cognitivas (tendência básica), influenciadas pelas experiências de vida do indivíduo, levam a hábitos, *skills* e conhecimentos da tarefa, que irão influenciar a performance na tarefa. Apesar das aptidões cognitivas e a personalidade influenciarem a performance de tarefa e a contextual, respetivamente, Motowidlo et al. (1997) sugerem que as aptidões cognitivas também podem influenciar a performance contextual, através do seu impacto nas características adaptativas contextuais, bem como a personalidade pode influenciar a performance na tarefa, pelos mesmos mecanismos.

Assim, partindo da conclusão de Gucciardi et al. (2015) de que a robustez mental é uma característica adaptativa dos indivíduos, isto é, a robustez mental é uma expressão contextual de características disposicionais (como por exemplo da personalidade dos indivíduos) que é ativada ou modificada por fatores sociais ou contextuais, espera-se que a robustez mental possua um papel mediador na relação existente entre a conscienciosidade e o neuroticismo com a performance individual (subjéctiva e objectiva) de futebolistas, sendo a expressão destas facetas da personalidade na obtenção de performances de sucesso. Partindo das hipóteses previamente apresentadas, de que a conscienciosidade e o neuroticismo constituem os preditores de personalidade mais importantes para o desempenho desportivo, bem como, da conceptualização de que a robustez mental inclui características susceptíveis de serem desenvolvidas (em parte pelo efeito de traços como a persistência e o controlo emocional), propõe-se então que esta constitui uma característica adaptativa mediadora do seu impacto no desempenho. Assim parte-se das seguintes hipóteses:

Hipótese 4: A Robustez mental medeia a relação da conscienciosidade com a performance objectiva (a) e com a performance subjéctiva (b) individual no futebol.

Hipótese 5: A Robustez mental medeia a relação do Neuroticismo com a performance objectiva (a) e com a performance subjéctiva (b) individual no futebol.

Para efeitos ilustrativos, o modelo de mediação hipotetizado apresenta-se na figura 1.

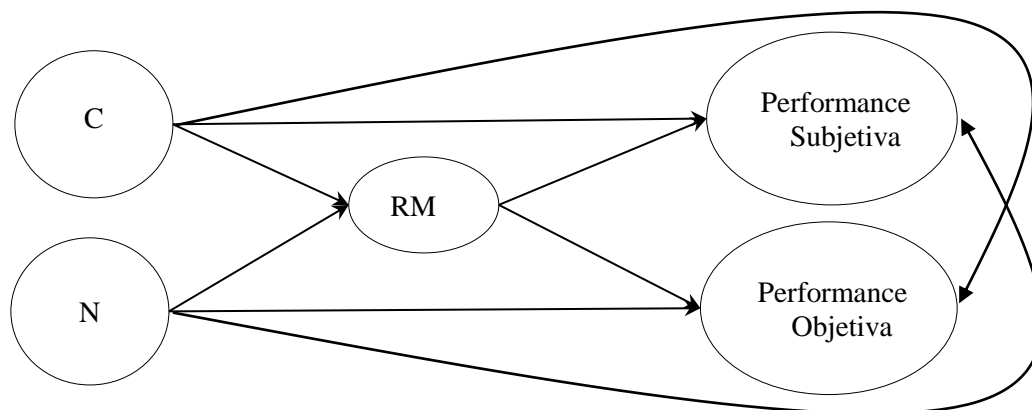


Figura 1. *Modelo hipotetizado dos efeitos de mediação da robustez mental, em relação à conscienciosidade e neuroticismo na performance subjetiva e objetiva. C = Conscienciosidade, N = Neuroticismo, RM = Robustez Mental.*

Método

Contexto desportivo

O presente estudo foi realizado no contexto do futebol sénior masculino em Portugal. Neste país, a primeira e segunda ligas são campeonatos profissionais, isto é, são competições realizadas a nível nacional e onde todos os atletas que nelas participam necessitam de ter contratos profissionais com os clubes onde jogam, sendo por isso vistos como os contextos de alto rendimento da modalidade. Para além destas duas competições de alto rendimento, existe ainda uma competição realizada a nível nacional, que corresponde à terceira divisão nacional, ou Campeonato de Portugal, em que os participantes são considerados semiprofissionais. Isto porque como esta é a competição que antecede os campeonatos profissionais, as exigências para quem nele participa são superiores às exigências de quem atua a nível amador, mas, ainda assim, inferiores às de quem participa nos campeonatos profissionais. O último patamar competitivo em Portugal corresponde às equipas que competem exclusivamente a nível regional, sendo a grande maioria destas equipas consideradas como amadoras.

Convém também referir que, em Portugal, as equipas seniores dos clubes, especialmente as equipas profissionais, tendem a revelar uma menor abertura a pessoas externas à estrutura do clube, o que dificulta o acesso a estes atletas de alta competição. No entanto, foi possível ter acesso a quatro equipas profissionais – uma da Primeira Liga portuguesa, ou Liga Nos, e três da Segunda Liga portuguesa, ou Liga Ledman Pro. Para além destas quatro equipas profissionais, foi-nos possível realizar este estudo junto de duas equipas do Campeonato de Portugal e de duas que competiam a nível regional nos distritos de Aveiro e Coimbra.

Amostra

Um total de 134 futebolistas participaram neste estudo ($M_{idade} = 25,63$, $DP = 4,7$; $Min = 17$ anos; $Max = 37$ anos). Estes atletas pertenciam às equipas séniores de oito clubes, distribuídas entre quatro campeonatos em Portugal, conforme acima descrito: Liga Nós ($n = 7$), Liga Ledman Pro ($n = 50$), Campeonato de Portugal ($n = 43$) e equipas inseridas em campeonatos distritais ($n = 34$). O tempo médio de pertença destes futebolistas nos clubes atuais (antiguidade no clube atual) é de 2,8 anos ($DP = 3,5$), sendo o máximo 16 anos e o mínimo de 1 mês. Destes 134 futebolistas, 73,1% eram de nacionalidade portuguesa, 13,4% eram brasileiros, 4,5% eram cabo-verdianos, 3% eram guineenses, 1,5% eram angolanos. Os restantes (3,5%) pertenciam a diversas nacionalidades incluindo a colombiana, espanhola, macedónia, coreana e suíça. Um dos participantes não indicou a sua nacionalidade. No que respeita às habilitações literárias, 66,4% concluíram o ensino secundário, 15,7% concluíram o 3º ciclo do Ensino Básico, 14,2% concluíram a licenciatura, 0,7% indicou ter concluído o 2º ciclo do Ensino Básico e 0,7% concluiu o mestrado, três futebolistas não indicaram a sua escolaridade.

Procedimento de recolha de dados

A recolha foi realizada através da aplicação de um questionário num único momento aos elementos das equipas seniores dos clubes que se disponibilizaram participar neste estudo. Estes clubes foram contactados pela equipa de investigação e questionados sobre a possibilidade de se realizar a recolha. Num momento posterior e apenas com os clubes que acederam ao pedido foi agendada uma data em que pelo menos um dos elementos da equipa da investigação se pudesse deslocar às instalações do clube

para se proceder à respetiva recolha dos questionários. A todos os atletas que aceitaram preencher o questionário foi-lhes assegurado que as suas respostas seriam anónimas e confidenciais. Foi ainda garantida a possibilidade aos respondentes de desistir do preenchimento do questionário a qualquer momento, sem quaisquer consequências ou de decidir não permitir o uso das suas respostas para este estudo. Nas situações em que não era permitido à equipa de investigação o contacto direto com a equipa pelos clubes, os questionários foram entregues a um elemento da estrutura do clube que se encarregou de os passar aos atletas e devolvê-los à equipa de investigação.

Medidas

Big Five. As cinco dimensões da personalidade foram avaliadas através da versão portuguesa do Mini IPIP (Donnellan, Oswald, Baird & Lucas, 2006) traduzida para português no âmbito deste estudo seguindo os procedimentos aplicáveis (Brislin, 1986; Brislin, Lonner & Thordike, 1973). Esta escala é constituída por 20 itens e é pedido aos participantes que indiquem, utilizando uma escala Likert de 5 pontos (1 = discordo totalmente e 5 = concordo totalmente), até que medida cada um dos itens apresentados descreve a sua forma de ser. Exemplos de itens das diferentes dimensões são: “Realizo as tarefas com prontidão” para a conscienciosidade, “Falo com muitas pessoas diferentes em festas” e “Não sou muito falador” para a extroversão, “Sou sensível às emoções dos outros” para a amabilidade, “Tenho muita imaginação” para a abertura à experiência e “Fico perturbado com facilidade” para o neuroticismo. Donnellan, Oswald, Baird e Lucas (2006) demonstraram que esta escala, apesar de ser uma versão reduzida do IPIP-FFM (Goldberg, 1999), consegue avaliar eficazmente as cinco dimensões da personalidade.

Nesta amostra, a análise da dimensionalidade do Mini IPIP foi realizada através de uma análise em componentes principais (ACP). Foram considerados para eliminação itens com saturações fatoriais reduzidas (i.e., inferiores a .40) (Tabachnick & Fidell, 2013) e itens com saturações cruzadas, ou seja, itens com saturações fatoriais em mais do que uma componente (Ford, MacCallum & Tait, 1986).

Em consequência, foram eliminados os itens da dimensão da amabilidade visto que todos eles possuíam saturações cruzadas ou não apresentavam saturações com uma magnitude adequada na dimensão em apreço (Stevens, 2009). Os itens 5 (“Tenho muita imaginação.”) e 16 (“Procuro não chamar à atenção.”), das dimensões da abertura à

experiência e extroversão, respetivamente, foram eliminados uma vez que apresentavam saturações fatoriais inferiores a .40. Assim, a solução final ficou constituída por 14 itens que se agrupam em quatro componentes, com uma variância total explicada de 54%. Na solução final resultante, os resultados obtidos foram satisfatórios, com saturações fatoriais oscilando entre .68 e .82 para a dimensão da conscienciosidade, .49 e .71 para a dimensão do neuroticismo, .65 e .75 para a abertura à experiência e .62 e .74 para a dimensão da extroversão.

No que respeita à fiabilidade, é importante destacar que em escalas mais pequenas os valores dos alfas tendem a ser menores, sendo que as desvantagens desta redução, ao nível da consistência interna, são de algum modo compensadas pelas vantagens práticas inerentes às escalas de maior brevidade, sobretudo junto de populações nas quais a disponibilidade oferecida para a recolha de dados é mais estrita (Donnellan et al., 2006). Assim, nesta amostra os alfas de Cronbach das quatro dimensões são de .75 para a conscienciosidade, .52 para o neuroticismo, .54 para a extroversão e .55 para a abertura à experiência.

Robustez mental. Esta variável foi medida a partir do *Mental Toughness Index* (MTI), uma escala de 8 itens de Gucciardi et al. (2015). Os participantes facultaram as suas respostas tendo por base uma escala tipo Likert de 7 pontos (1 = sempre falsa e 7 = sempre verdadeira). Como exemplos de itens temos “Acredito na minha capacidade para atingir os meus objetivos” e “Luto continuamente para ter sucesso”. Numa fase anterior à recolha dos dados foi realizada a tradução do questionário *Mental Toughness Index* (MTI) (Gucciardi et al., 2015) para português. Esta tradução consistiu numa tradução dos itens da escala de inglês para português e posteriormente foram retraduzidos para inglês seguindo os procedimentos aplicáveis (Brislin, 1986; Brislin, Lonner & Thordike, 1973). De seguida, de forma a avaliar o nível de clareza, adequação e compreensão dos itens traduzidos foi realizado um estudo piloto com três atletas. Daqui resultou a realização de pequenos ajustes sobretudo ao nível das instruções do questionário para melhorar a sua interpretação por parte dos respondentes.

De forma a recolher evidência relativa às propriedades psicométricas desta escala começou-se por recolher evidência relativa à sua validade de constructo através da realização de uma análise em componentes principais da qual resultou uma solução unidimensional que explica 54% da variância total dos itens, tendo a comunalidade média

o valor de .45, sendo o mínimo de .36 e o máximo de .61. As saturações fatoriais dos itens oscilaram entre .60 e .84. Relativamente à fiabilidade, o coeficiente alfa de Cronbach foi de .87. Assim, as nossas análises são consonantes com os resultados relativos à dimensionalidade e à fiabilidade desta escala encontrados nos estudos prévios (Guillén & Santana, 2018; Gucciardi et al., 2015).

Performance subjetiva. A avaliação subjetiva do desempenho teve por base a avaliação do desempenho tático, técnico e físico (Sæther et al., 2017; Leitão, 1999), tendo-se realizado um item para cada um destes aspetos do desempenho. Os itens foram “O meu rendimento tático até ao momento foi...”, “O meu rendimento técnico até ao momento foi...” e “O meu rendimento físico até ao momento foi...”. Os jogadores autoavaliaram-se tendo por base uma escala do tipo Likert (1 = MUITÍSSIMO FRACO e 7 = MUITÍSSIMO BOM).

Na avaliação da validade de constructo, estes três itens, tal como se verificou a partir da análise em componentes principais, agrupam-se numa única componente de desempenho que explica 63,58% da variância total, verificando-se uma comunalidade média de .64, sendo a comunalidade mínima de .61 e a máxima de .65. As saturações fatoriais foram de .78 para a performance física, de .80 para a tática e de .81 para a técnica. O alfa de Cronbach obtido foi de .71. Esta solução vai ao encontro da visão defendida por Motowidlo et al. (1997) de que as múltiplas dimensões de desempenho se agrupam numa componente única e supra-ordenada que concretiza o desempenho global individual e representa o contributo do atleta para a concretização dos objetivos, neste caso, desportivos.

Acrescentamos que o desempenho foi medido nestes estes três níveis tal como foi efetuado nos estudos prévios de Sæther et al. (2017) e de Leitão (1999).

Performance objetiva. A performance objetiva foi operacionalizada através do cálculo da proporção de minutos que um atleta jogou até ao momento da recolha de dados. Estes dados foram recolhidos numa plataforma online (www.zerozero.pt) e fornecidos em forma de anexo aos atletas, tendo estes que indicar qual o total de minutos que tinham jogado tendo em conta a informação na folha que seguia como anexo ao questionário. De seguida foi calculado o total dos minutos da equipa e, em último lugar, procedeu-se ao cálculo do número total de minutos de jogo realizados por cada atleta da amostra.

Foi selecionado este indicador mais objetivo de performance visto ser considerado um indicador global de performance no futebol. O treinador realiza a avaliação das capacidades dos atletas com base no desempenho que os mesmos demonstram nos treinos e, especialmente, no desempenho que têm nos jogos realizados anteriormente. Assim, de acordo com estas avaliações, o treinador irá dar mais minutos de jogo aos jogadores que este considera terem as capacidades necessárias para ajudar o clube a atingir os seus objetivos (ganhar o jogo) (Sæther et al., 2017).

Variáveis de controlo. Por forma a aumentar o rigor do teste das hipóteses do presente estudo, as variáveis idade, antiguidade no clube e nível competitivo foram controladas em virtude de a investigação prévia indicar que as mesmas podem influenciar o desempenho (Cowden, 2017; Franck & Nüesch, 2010; Han & Van Dongen, 2015; Ruiz-Barquín & García-Naveira, 2013).

Resultados

Antes de se proceder às análises relativas às hipóteses formuladas, foi testada a validade discriminante das variáveis em estudo (robustez mental e as duas facetas dos *Big Five*, conscienciosidade e neuroticismo). Assim, tendo por base a realização de uma análise de componentes principais com rotação *oblimin*, emergiu uma solução tridimensional incluindo as componentes relativas à robustez mental e aos fatores de conscienciosidade e neuroticismo. Esta solução explica 54% da variância total e todos itens obtiveram saturações aceitáveis nos seus respetivos fatores. As saturações encontradas variaram entre .49 e .80 para a robustez mental, entre .46 e .84 para a conscienciosidade, e entre .48 e .78 para o neuroticismo. A correlação entre as componentes da robustez mental e da conscienciosidade foi de .26, entre as componentes da robustez mental e do neuroticismo de -.18, e entre as componentes da conscienciosidade e do neuroticismo de .01. O conjunto destes resultados suportam a validade convergente e discriminante entre todos os constructos em análise e permitem avançar para os testes das hipóteses realizadas (Kline, 2001; Stevens, 2009).

A Tabela 1 apresenta as estatísticas descritivas e os coeficientes de correlação de Pearson para as variáveis deste estudo.

Tabela 1. Médias, desvios padrão e correlações entre as variáveis.

Variável	MD	DP	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Idade	25.6	4.7	--									
2. Antiguidade no clube	2.8	3.5	.24**	--								
3. Nível Competitivo	3.78	.89	-.20*	.01	--							
4. Conscienciosidade	3.96	0.56	.31***	.06	-.05	--						
5. Neuroticismo	2.41	0.56	-.21*	.02	-.03	-.02	--					
6. Abertura à Experiência	3.42	.60	-.09	-.13	.15	-.07	-.06	--				
7. Extroversão	2.8	.77	.01	-.09	.20*	-.17	.07	-.08	--			
8. Robustez Mental	5.72	0.68	.22**	-.15	-.12	.39***	-.20*	.02	.03	--		
9. Performance Subjetiva	4.93	0.88	.25**	-.11	-.06	.30***	.02	-.1	.02	.37***	--	
10. Performance Objetiva	0.48	0.33	.16	-.17*	.08	.19*	.09	.06	.11	.18*	.42***	--

*Notas. N=134. *p <.05, **p <.01, ***p <.001*

Assim, de acordo com a Tabela 1, a conscienciosidade relaciona-se significativamente com a performance subjetiva ($r = .30, p <.01$) e com a performance objetiva ($r = .19, p <.05$), o que suporta as *Hipóteses 1a* e *1b*. Estas relações indicam, portanto, que se trata de um preditor válido e relevante de ambas as variáveis critério. Contrariamente ao que seria esperado, as relações entre o neuroticismo e as duas variáveis de desempenho não atingiram significância estatística e revelaram uma magnitude praticamente nula nesta amostra. Estes resultados não conferem assim suporte às *Hipóteses H2a* e *H2b* que postulavam que este fator constituiria um preditor negativo destas variáveis critério. A robustez mental, tal como previsto, relaciona-se positiva e significativamente com a performance individual tanto a nível subjetivo ($r = .37, p <.001$) como a nível objetivo ($r = .18, p <.05$), dando suporte empírico às *Hipóteses 3a* e *3b*.

Para além destes resultados relativos às hipóteses formuladas no presente estudo, existem outros resultados que merecem destaque. A idade demonstrou possuir uma relação estatisticamente significativa com a performance subjetiva individual ($r = .25, p <.05$) e a antiguidade no clube demonstrou ter uma relação negativa com o tempo jogado pelos atletas ($r = -.17, p <.05$).

Para proceder ao teste de mediação hipotetizado segundo o qual a RM constitui uma variável mediadora dos efeitos de conscienciosidade e neuroticismo no desempenho objetivo e subjetivo realizou-se uma *path analysis* recorrendo a indicadores únicos, com a utilização do Amos versão 20. Por forma a aumentar a precisão das estimativas correspondentes e também em virtude da fiabilidade obtida no caso do neuroticismo ser inferior aos valores aceitáveis para investigação (Nunally, 1978), procedeu-se à correção para o erro de medida utilizando-se os coeficientes alfa de Cronbach como estimativas de fiabilidade de cada variável (Nunally, 1978; Viswesvaran, Ones, Schmidt, Le & Oh, 2014). Assim o efeito do erro aleatório foi calculado como 1 menos a fiabilidade multiplicando pela variância observada de cada variável (Podsakoff, Williams & Todor, 1986). Como as variáveis de antiguidade no clube e idade do jogador sugeriram relacionadas com as variáveis critério estas foram inseridas no modelo por forma a controlar os seus efeitos.

As análises demonstraram existir um ajustamento aceitável entre o modelo proposto e os dados ($\chi^2 [4, N = 134] = 9.142, p = .058$; GFI = .981; CFI = .998; RMSEA = .028; SRMR = .0434). Desde logo pela obtenção de um valor de χ^2 não significativo

(Byrne, 2001). Os valores dos indicadores suplementares de ajuste reiteram esta conclusão (Kline, 2001) permitindo, assim, analisar os coeficientes correspondentes aos efeitos diretos e indiretos no modelo hipotetizado. Os valores obtidos são apresentados na Figura 2.

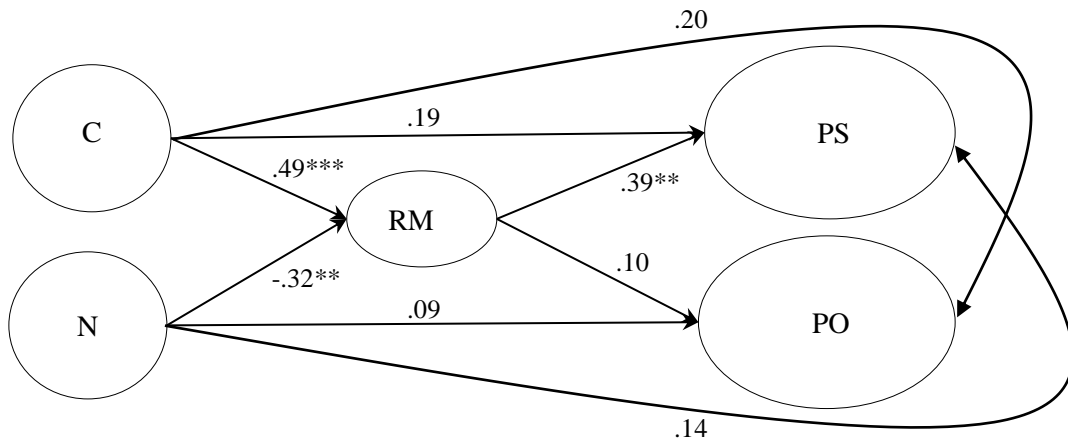


Figura 1. Os valores apresentados correspondem aos coeficientes estandardizados. Foram controladas as variáveis da idade e antiguidade no clube. * $p < .05$., ** $p < .01$., *** $p < .001$

Para testar a significância estatística dos efeitos correspondentes, foi utilizado o método de *bootstrap* (através da utilização de 5000 amostras aleatórias, com um intervalo de confiança de 95%). Com este método foram analisados os efeitos diretos e indiretos da conscienciosidade e do neuroticismo na performance individual de atletas de futebol, mediados pela robustez mental. Este método é particularmente robusto no teste de modelos de mediação devido ao controlo de erros do Tipo I e do Tipo II e mitiga problemas de poder resultantes de potenciais distribuições não normais dos efeitos indiretos (Hayes, 2013; Williams & MacKinnon, 2008). Os principais resultados são apresentados na Tabela 2.

A análise dos resultados apresentados na Figura 2 e na Tabela 2, conferem suporte empírico às *Hipóteses 4a* e *5a*, segundo as quais a robustez mental medeia a relação da conscienciosidade e do neuroticismo, respetivamente, com a performance subjetiva. Por outro lado, os efeitos de mediação da robustez mental nas relações entre os fatores de conscienciosidade e neuroticismo e a performance objetiva não atingiram significância estatística em virtude dos respetivos intervalos de confiança incluírem o valor zero, não oferecendo suporte empírico para as *Hipóteses 4b* e *5b*.

Tabela 1. *Efeitos diretos e indiretos estimados pelo método de bootstrap e respectivos intervalos de confiança (IC).*

Paths	Estimativa	95 % IC	
		Mínimo	Máximo
Efeito Direto			
C → PS	.194	-.137	.524
C → PO	.198	-.073	.453
N → PS	.136	-.269	.524
N → PO	.090	-.220	.453
RM → PO	.103	-.166	.379
RM → PS	.393**	.071	.683
C → RM	.493***	.285	.661
N → RM	-.321**	-.546	-.058
Efeito indireto			
H4a : C → RM → PS	.194**	.048	.392
H4b : C → RM → PO	.051	-.081	.207
H5a : N → RM → PS	-.126*	-.331	-.017
H5b : N → RM → PO	-.033	-.184	.047

Nota. $N=134$. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$. C = *Conscienciosidade*, N = *Neuroticismo*, RM = *Robustez Mental*, PO = *Performance Objetiva* e PS = *Performance Subjetiva*.

Discussão

Com o presente estudo pretendia-se relançar a investigação da personalidade no contexto desportivo, uma vez que este foi em tempos o tópico central da psicologia do desporto (Allen et al., 2013). Assim partiu-se para a análise das relações entre os fatores de personalidade do modelo dos *Big Five* e o desempenho individual dos atletas. Tal como se pode observar a partir dos resultados apresentados anteriormente, a conscienciosidade demonstrou possuir uma relação positiva e significativa com ambas as performances avaliadas neste estudo, o que demonstra a sua capacidade preditiva. Estas relações mostram assim que a conscienciosidade constitui um preditor válido e relevante do desempenho dos atletas de futebol.

Estes resultados são semelhantes aos encontrados por Piedmont et al. (1999) e Ruiz-Barquín e García-Naveira (2013) e demonstram, tal como é dito por Salgado (2017) que, comparativamente às restantes dimensões do modelo dos *Big Five*, a conscienciosidade é o melhor preditor de alcance de performances superiores. Assim, o presente estudo contribui assim com evidência do contexto desportivo e, em particular, do futebol, para reforçar a conclusão de que os indivíduos predispostos a trabalhar para

os seus objetivos, com esforço, determinação e sentido de organização tendem a alcançar desempenhos de êxito em diversos contextos de rendimento desde o académico, ao organizacional e ao desportivo.

Tendo em conta a forte profissionalização que se tem verificado das instituições desportivas um pouco por todo o mundo (Wagstaff, 2017), é de esperar que, no futuro, o processo de seleção de atletas deixe de ser realizado exclusivamente com base nas características técnicas, táticas e físicas dos futebolistas, mas que esta seleção comece também a incluir fatores psicológicos que ajudam a prever o alcance de sucesso a longo prazo. Em particular deve-se atentar à conscienciosidade dos atletas quando se define os perfis a selecionar e deve-se ter em conta essa avaliação na tomada de decisão quer de seleção quer de desenvolvimento dos atletas, impedindo, com isto, o investimento de recursos em talentos (em termos físicos, técnicos ou táticos) que simplesmente não possuem os fatores mentais que lhes permitam o alcance de sucesso a longo prazo. Por outro lado, o neuroticismo, ao contrário do esperado, não se relacionou de forma negativa com nenhuma das performances avaliadas neste estudo.

Um segundo objetivo deste estudo consistia em estudar o impacto da robustez mental no rendimento individual dos atletas, quer isoladamente (*Hipótese 3*) quer como mediadora da personalidade (*Hipóteses 4 e 5*). Dito isto, é importante desde já destacar que apesar da robustez mental estar correlacionada com a conscienciosidade e o neuroticismo, as correlações obtidas mostram que esta não é redundante com os fatores de personalidade. Estes resultados indicam que, apesar da robustez mental possuir um núcleo disposicional existe uma porção substancial de variância que não é explicada pela estrutura de personalidade o que oferece plausibilidade aos argumentos de que esta sofre também efeito de fatores situacionais.

As suas relações positivas com ambas as performances conferem crédito aos argumentos dos autores que a sinalizam como uma variável chave e um preditor promissor no desporto. Este estudo mostra que esse pode ser também o caso para o futebol.

Assim, tal como é dito anteriormente a robustez mental apresenta uma relação positiva e significativa com a performance individual tanto a nível subjetivo ($r = .37, p < .01$) como a nível objetivo ($r = .18, p < .05$). Estes resultados para além de fornecerem suporte empírico às *Hipóteses 3a e 3b*, vão também ao encontro dos trabalhos de Cowden

(2016, 2017), Gucciardi et al., (2015) e Guillén e Santana (2018), suportando que a robustez mental possui um papel preponderante no alcance de performances individuais superiores em contextos desportivos.

O suporte destas hipóteses, aliada à possibilidade de desenvolvimento da robustez mental, como é referido nos estudos de Gucciardi et al. (2009) e Bell et al. (2013), traz claras implicações para a prática da psicologia desportiva. Sendo a robustez mental um constructo com grande importância para a obtenção de resultados desportivos individuais, a intervenção (e.g., coaching ou treino psicológico) com o objetivo de aumentar os níveis de robustez mental dos futebolistas, poderá ser um fator certamente determinante no alcance de melhores resultados no futuro para os futebolistas que sejam alvo dessa intervenção. Em particular a robustez mental quando desenvolvida promove a persistência dos futebolistas perante adversidades (e.g., lesões) e que lidem de maneira mais eficaz com o stress (e.g., jogar perante um público, na obrigatoriedade de vencer o jogo para a equipa atingir determinados objetivos, etc.).

O último objetivo do presente estudo consistia em verificar se a robustez mental possui um papel mediador na relação existente entre a conscienciosidade e o neuroticismo com a performance individual de futebolistas. Este modelo de mediação teve como base a matriz teórica de Motowidlo et al. (1997), a partir do qual se propôs que a robustez mental constitui uma característica adaptativa que leva à expressão contextual de traços disposicionais que são ativados ou modificados por fatores sociais ou contextuais (Gucciardi et al., 2015). A evidência empírica confere suporte às *Hipóteses 4a* e *5a*, isto é, a robustez mental medeia a relação da conscienciosidade e do neuroticismo com a performance subjetiva dos jogadores de futebol. Para além disto, a análise dos efeitos diretos mostra que a conscienciosidade afeta de forma direta a performance objectiva (pese embora esse efeito seja apenas marginalmente significativo) nesta amostra ($p = .10$). Por outras palavras, estes resultados, aliados ao facto da amostra deste estudo possuir um N relativamente reduzido, indiciam que este efeito direto poderá efetivamente existir constituindo, assim, uma pista para uma investigação futura.

O presente estudo contribui também para a investigação acerca da dimensionalidade e natureza da robustez mental. Os resultados mostram que esta variável quando concetualizada e medida como um constructo unidimensional além de se revestir de adequadas propriedades psicométricas representa um preditor válido de desempenho.

Em relação à sua natureza, devido à sustentação empírica das *Hipóteses 4a e 5a*, estes dados estão alinhados a proposta de Gucciardi et al. (2015), que concetualizam a robustez mental como uma capacidade cognitiva, estável, que constitui um mecanismo psicológico através do qual os factores de conscienciosidade e neuroticismo surtem impacto no desempenho subjectivo. Trata-se, portanto, e seguindo a matriz de Motowildo et al. (1997) de uma capacidade adaptativa que sofre a influencia dos factores de personalidade e transfere a mesma para a consecução de um desempenho mais elevado. Contudo trata-se de um constructo que sofre também influencias contextuais como advoga Gucciardi et al. (2015). O mesmo concretiza igualmente uma variável que pode ser objeto de intervenção (designadamente através do treinador) no sentido da melhoria do desempenho desportivo dos atletas.

Apesar dos contributos apresentados, este estudo possui algumas limitações. Uma dessas limitações consiste no indicador selecionado para avaliar a performance objetiva dos atletas (a proporção de minutos jogados por cada futebolista) porque existem também outros factores que podem influenciar os minutos jogados por um jogador (e.g., lesões, expulsões tanto por vermelho direto como por acumulação de amarelos, compromissos internacionais, escolhas estratégicas do treinador, entre outros). Portanto, este indicador pode sofrer alguma contaminação de factores contextuais, alguns externos ao controlo do jogador. No entanto, apesar de todos estes factores, também é plausível admitir que os treinadores dão mais minutos e fazem jogar mais os atletas que, no seu entender, têm tido melhores performances até ao momento quer em regime de treino, quer em regime de jogo, de forma a que equipa esteja mais próxima de alcançar os seus objetivos – ganhar os jogos que realiza (Sæther et al., 2017).

O facto de a avaliação da personalidade ter sido realizada tendo por base uma escala reduzida (Mini IPIP) pode ser encarado como uma segunda limitação do estudo. Isto porque, tal como é dito por Donnellan et al. (2006), escalas reduzidas, apesar da sua eficácia e brevidade na recolha de dados sobretudo em populações do âmbito profissional no qual o tempo disponibilizado para a avaliação de variáveis psicológicas tende a ser estrito, podem não capturar todas as componentes dos traços que integram cada fator de personalidade o que, desde logo, afeta a sua validade teórica. Por outro lado, as escalas mais breves tendem a sofrer de menores níveis de fiabilidade o que atenua as relações observadas entre as variáveis (Viswesvaran et al., 2014). Se é facto que se corrigiram as

relações do modelo de mediação hipotetizado por forma a eliminar os efeitos de atenuação do erro de medida seria importante replicar este estudo com uma medida mais compreensiva e abrangente dos *Big Five*.

Uma terceira limitação do presente estudo consiste na impossibilidade de controlar a influência da posição do futebolista nos resultados devido às substanciais exigências em termos de amostra para cada uma das posições. Uma vez que dependendo das posições que cada futebolista tem, pode existir maior ou menor variabilidade nos minutos jogados. Isto é, posições defensivas (guarda-redes e defesas) são posições nas quais a maioria dos treinadores gosta de ter uma maior estabilidade e fazer poucas alterações, quer durante os jogos (através das substituições realizadas), quer entre jogos (alterações ao 11 inicial de um jogo para o outro). Por outro lado, os avançados são uma posição que acaba por ter alguma variabilidade, no que respeita aos minutos jogados, visto serem posições com um elevado desgaste e onde é recorrente os treinadores realizarem alterações.

Em estudos futuros poder-se-ia tentar replicar os resultados encontrados, talvez avaliando se os fatores de personalidade e da robustez mental e a sua importância no desempenho pode oscilar em função das posições. Dito por outras palavras, até que grau a posição pode constituir um mediador importante dos efeitos reportados no presente estudo.

A presente amostra é constituída por futebolistas dos quatro patamares competitivos portugueses. Seria interessante que, em estudos futuros, se tentasse analisar o papel da personalidade exclusivamente nos patamares de alto-rendimento, i.e., nas competições profissionais, que, em Portugal, correspondem à primeira e segundas ligas. Poderia também ser interessante analisar se existem diferenças significativas na personalidade dos futebolistas que atuam na primeira liga e dos que atuam na segunda, tal como foi analisado por Toering e Jordet (2016), sendo que, no caso destes autores, o que foi analisado foram as diferenças no constructo de autocontrolo entre os atletas da primeira e os da segunda liga norueguesas. Poder-se-ia, assim, analisar o impacto da personalidade no alcance de patamares competitivos superiores através da comparação da personalidade dos futebolistas de alto-rendimento com os que atuam nos escalões não profissionais.

Para além disto, estudos futuros poderiam também analisar o impacto que outros constructos, para além da robustez mental, como o narcisismo, a alexitimia, o perfeccionismo e o otimismo sugeridos, por Roberts e Woodman (2015, 2017), têm na performance individual dos futebolistas e de que forma é que estes construtos interferem e se multi-influenciam com a personalidade desses mesmos atletas.

Conclusões

O presente estudo pretendia relançar a investigação da personalidade no contexto desportivo, uma vez que, devido à profissionalização que tem ocorrido nas entidades desportivas ao longo dos últimos anos, é importante recolher informação sobre quais são os fatores que influenciam a performance dos atletas, de forma a poder orientar a seleção de jogadores (quer na seleção dos jogadores a contratar num plantel profissional, quer em contexto de seleção e desenvolvimento de talentos).

O presente estudo possui dois contributos principais para a literatura deste domínio. O primeiro é que a conscienciosidade, tal como no contexto do trabalho e académico, é um forte preditor de obtenção de performances de nível superior, ou pelo menos, de que um determinado atleta irá jogar mais minutos que os restantes colegas e autoavaliar a sua performance de uma forma mais positiva. O segundo aspeto diz respeito à importância da robustez mental no alcance de performances de sucesso. Ou seja, o presente estudo suporta que a robustez mental, por si só, é um ótimo preditor de sucesso no contexto do futebol, como também é o elo de ligação entre a personalidade (especificamente dos fatores de conscienciosidade e neuroticismo) e a performance, através do papel mediador que desempenha entre estes dois construtos e constitui, simultaneamente, uma variável que pode ser alvo de intervenção e melhoria para que os atletas possam atingir níveis superiores de desempenho.

Por fim, o presente estudo realça o impacto dos fatores psicológicos na performance de futebolistas. Tendo isto em conta, torna-se relevante que as equipas desportivas, especialmente as que competem em regimes de alto-rendimento, além de realizarem investimentos na otimização das vertentes físicas, técnicas e táticas da performance, invistam também na intervenção dos seus determinantes psicológicos, de forma a potenciar o sucesso dos atletas e, conseqüentemente, das equipas em que estes atuam.

Referências

- Allen, M. S., & Laborde, S. (2014). The Role of Personality in Sport and Physical Activity. *Current Directions in Psychological Science*, 23(6), 460–465. doi: 10.1177/0963721414550705
- Allen, M. S., Greenlees, I., & Jones, M. (2013). Personality in sport: a comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 184–208. doi: 10.1080/1750984x.2013.769614
- Allport, G.W., & Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monographs*, 47, 1–171.
- Aquino, R., Puggina, E. F., Alves, I. S., & Garganta, J. (2017). Skill-related performance in soccer: a systematic review. *Human Movement*, 18(5). doi: 10.1515/humo-2017-0042
- Barrick, M. R., Mount, M. K., & Judge, T. A. (2001). Personality and Performance at the Beginning of the New Millennium: What Do We Know and Where Do We Go Next? *International Journal of Selection and Assessment*, 9(1&2), 9–30. doi:10.1111/1468-2389.00160
- Bell, J. J., Hardy, L., & Beattie, S. (2013). Enhancing mental toughness and performance under pressure in elite young cricketers: A 2-year longitudinal intervention. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(4), 281–297. doi: 10.1037/a0033129
- Brislin, R. W. (1986). The wording and translation of research instrument. In W. J. Lonner & J.W. Berry (Eds.), *Field methods in cross-cultural research* (pp. 137-164). Beverly Hills, CA: Sage.
- Brislin, R., Lonner, W., & Thorndike, R. (1973). *Cross-cultural research methods*. New York: Wiley.
- Byrne, B. M. (2001). *Structural Equation Modeling with AMOS: Basic Concepts, Applications, and Programming*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Campbell, J. P., & Wiernik, B. M. (2015). The Modeling and Assessment of Work Performance. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 2(1), 47–74. doi: 10.1146/annurev-orgpsych-032414-111427
- Campo, D. G. D. D., Villora, S. G., Lopez, L. M. G., & Mitchell, S. (2011). Differences in Decision-Making Development between Expert and Novice Invasion Game

- Players. *Perceptual and Motor Skills*, 112(3), 871–888. doi: 10.2466/05.10.11.25.pms.112.3.871-888
- Castellano, J., & Casamichana, D. (2015). What are the differences between first and second divisions of Spanish football teams? *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 15(1), 135–146. doi:10.1080/24748668.2015.11868782
- Cattell, R. B. (1943). The description of personality: Basic traits resolved into clusters. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38, 476–506.
- Cervone, D., & Pervin, L. (2013). *Personality: Theory and Research*. New York: Wiley and Sons.
- Clough, P. J., Earle, K., & Sewell, D. (2002). Mental toughness: the concept and its measurement. In I. Cockerill (Ed.), *Solutions in sport psychology* (pp. 32–43). London: Thomson Publishing.
- Connaughton, D., Wadey, R., Hanton, S., & Jones, G. (2008). The development and maintenance of mental toughness: Perceptions of elite performers. *Journal of Sports Sciences*, 26(1), 83–95. doi:10.1080/02640410701310958
- Cowden, R. G. (2016). Competitive performance correlates of mental toughness in Tennis: A preliminary analysis. *Perceptual and Motor Skills*, 123(1), 341–360. <https://doi.org/10.1177/0031512516659902>
- Cowden, R. G. (2017). Mental Toughness and Success in Sport: A Review and Prospect. *The Open Sports Sciences Journal*, 10(1), 1–14. doi: 10.2174/1875399x01710010001
- Di Salvo, V., Pigozzi, F., González-Haro, C., Laughlin, M., & De Witt, J. (2012). Match Performance Comparison in Top English Soccer Leagues. *International Journal of Sports Medicine*, 34 (6), 526–532. doi:10.1055/s-0032-1327660
- Donnellan, M. B., Oswald, F. L., Baird, B. M., & Lucas, R. E. (2006). The Mini-IPIP Scales: Tiny-yet-effective measures of the Big Five Factors of Personality. *Psychological Assessment*, 18(2), 192–203. doi:10.1037/1040-3590.18.2.192
- Elferink-Gemser, M. T., Visscher, C., Richart, H., & Lemmink, K. A. P. M. (2004). Development of the Tactical Skills Inventory for Sports. *Perceptual and Motor Skills*, 99(3), 883–895. doi:10.2466/pms.99.3.883-895

- Franck, E., & Nüesch, S. (2010). The effect of talent disparity on team productivity in soccer. *Journal of Economic Psychology*, *31*(2), 218–229. doi:10.1016/j.joep.2009.12.003
- Goldberg, L. R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, *48*(1), 26-34. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.48.1.26>
- Gonzalez-Mulé, E., Mount, M. K., & Oh, I. S. (2014). A meta-analysis of the relationship between general mental ability and non-task performance. *Journal of Applied Psychology*, *99*, 1222-1243
- Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2009). Evaluation of a mental toughness training program for youth-aged Australian footballers: I. A quantitative analysis. *Journal of Applied Sport Psychology*, *21*, 307–323.
- Gucciardi, D. F., Hanton, S., Gordon, S., Mallett, C. J., & Temby, P. (2015). The concept of mental toughness: Tests of dimensionality, nomological network and traitness. *Journal of Personality*, *83*, 26-44.
- Guillén, F., & Santana, J. (2018). Exploring Mental Toughness in soccer players of different levels of performance. *Revista Iberoamericana De Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, *13*(2), 297–303.
- Han, J., & Van Dongen, K. (2015). Friendship Network Centrality and the Performance of Soccer Players: The Role of Cognitive Accuracy. *Human Performance*, *28*(3), 265–279. doi:10.1080/08959285.2015.1021044
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation and conditional process analysis*. New York, New York: Guilford Press.
- Hough, L. M., & Schneider, R. J. (1996). Personality traits, taxonomies, and applications in organizations. In K. R. Murphy (Ed.), *Individual differences and behavior in organizations* (pp. 31-88). San Francisco: Jossey-Bass.
- Hughes, M. D., & Bartlett, R. M. (2002). The use of performance indicators in performance analysis. *Journal of Sports Sciences*, *20*(10), 739–754. doi: 10.1080/026404102320675602
- Huijgen, B. C. H., Elferink-Gemser, M. T., Lemmink, K. A. P. M., & Visscher, C. (2012). Multidimensional performance characteristics in selected and deselected talented soccer players. *European Journal of Sport Science*, *14*(1), 2–10. doi: 10.1080/17461391.2012.725102

- Islam, S., Permzadian, V., Choudhury, R. J., Johnston, M., & Anderson, M. (2018). Proactive personality and the expanded criterion domain of performance: Predicting academic citizenship and counterproductive behaviors. *Learning and Individual Differences, 65*, 41–49. doi:10.1016/j.lindif.2018.05.016
- Jarvis, M. (2006). *Sport Psychology: A student's handbook*. Nova York: Routledge.
- John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative big five trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (3rd ed., pp. 114-158). New York, NY: Guilford Press.
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2002). What Is This Thing Called Mental Toughness? An Investigation of Elite Sport Performers. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*(3), 205–218. doi:10.1080/10413200290103509
- Kim, L. E., Jörg, V., & Klassen, R. M. (2019). A Meta-Analysis of the Effects of Teacher Personality on Teacher Effectiveness and Burnout. *Educational Psychology Review, 31*(1), 163–195. doi: 10.1007/s10648-018-9458-2
- Kline, R. B. (2005). *Methodology in the social sciences. Principles and practice of structural equation modeling (2nd ed.)*. New York, NY, US: Guilford Press.
- Leitão, J. C. (1999). A relação treinador-atleta: percepção dos comportamentos de liderança e de coesão em equipas de futebol. Tese de Doutoramento: Universidade de Coimbra.
- Lin, Y., Clough, P. J., Welch, J., & Papageorgiou, K. A. (2017a). Individual differences in mental toughness associate with academic performance and income. *Personality and Individual Differences, 113*, 178–183. doi:10.1016/j.paid.2017.03.039
- Lin, Y., Mutz, J., Clough, P. J., & Papageorgiou, K. A. (2017b). Mental Toughness and Individual Differences in Learning, Educational and Work Performance, Psychological Well-being, and Personality: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology, 8*. doi:10.3389/fpsyg.2017.01345
- Liu, H., Yi, Q., Giménez, J.-V., Gómez, M.-A., & Lago-Peñas, C. (2015). Performance profiles of football teams in the UEFA Champions League considering situational efficiency. *International Journal of Performance Analysis in Sport, 15*(1), 371–390. doi:10.1080/24748668.2015.11868799

- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1982). Self-concept and the stability of personality: Cross-sectional comparisons of self-reports and ratings. *Journal of Personality and Social Psychology, 43*, 1282–1292.
- Morris, T. (2000). Psychological characteristics and talent identification in soccer. *Journal of Sports Sciences, 18*(9), 715–726. doi:10.1080/02640410050120096
- Motowidlo, S. J., Borman, W. C., & Schmit, M. J. (1997). A theory of individual differences in task and contextual performance. *Human Performance, 10*, 71–83.
- Ones, D. S., & Viswesvaran, C. (1996). Bandwidth-fidelity dilemma in personality measurement for personnel selection. *Journal of Organizational Behavior, 17*, 609–626. doi:10.1002/(SICI)1099-1379(199611)17:6<609::AID-JOB1828>3.0.CO;2-K
- Ones, D. S., Viswesvaran, C., & Dilchert, S. (2005). Personality at work: Raising awareness and correcting misconceptions. *Human Performance, 18*, 389–404. doi:10.1207/s15327043hup1804_5
- Piedmont, R. L., Hill, D. C., & Blanco, S. (1999). Predicting athletic performance using the five-factor model of personality. *Personality & Individual Differences, 27*, 769-777.
- Podsakoff, P. M., Williams, L. J., & Todor, W. D. (1986). Effects of organizational formalization on alienation among professionals and nonprofessionals. *Academy of Management Journal, 29*, 820-831.
- Poropat, A. E. (2009). A meta-analysis of the five-factor model of personality and academic performance. *Psychological Bulletin, 135*, 322–338. doi:10.1037/a0014996
- Richardson, M., Abraham, C., & Bond, R. (2012). Psychological correlates of university students academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin, 138*(2), 353–387. doi: 10.1037/a0026838
- Roberts, R., & Woodman, T. (2015). Contemporary personality perspectives in sport psychology. In S. Hanton, & S. Mellalieu (eds). *Contemporary Advances in Sport Psychology: A Review* (pp. 1 – 27). Oxford, UK: Routledge/Taylor & Francis Group

- Roberts, R., & Woodman, T. (2017). Personality and performance: moving beyond the Big 5. *Current Opinion in Psychology*, 16, 104–108. doi:10.1016/j.copsyc.2017.03.033
- Rodrigues, N., & Rebelo, T. (2013). Incremental validity of proactive personality over the Big Five for predicting job performance of software engineers in an innovative context. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 29(1), 21–27. doi:10.5093/tr2013a4
- Rosch, D., Hodgson, R., Peterson, L., Graf-Baumann, T., Junge, A., Chomiak, J., & Dvorak, J. (2000). Assessment and Evaluation of Football Performance. *The American Journal of Sports Medicine*, 28(5), 29–39. doi:10.1177/28.suppl_5.s-29
- Ruiz-Barquín, R., & García-Naveira, A. (2013). Personalidad, edad y rendimiento deportivo en jugadores de fútbol desde el modelo de Costa y McCrae. *Anales de Psicología*, 29(3). doi:10.6018/analesps.29.3.175771
- Sæther, S. A., Aspvik, N. P., & Høigaard, R. (2017). Norwegian Football Academy Players – Player’S Self-Assessed Skills, Stress and Coach-Athlete Relationship. *The Open Sports Sciences Journal*, 10(1), 141-150. doi:10.2174/1875399x01710010141
- Salgado, J. F. (2017). Personnel selection. *Oxford research encyclopedia of psychology* (pp. 1-32). New York: Oxford University Press. doi:10.1093/acrefore/9780190236557.013.8
- Sarmiento, H., Anguera, M. T., Pereira, A., & Araújo, D. (2018). Talent Identification and Development in Male Football: A Systematic Review. *Sports Medicine*, 48(4), 907–931. doi:10.1007/s40279-017-0851-7
- Sindik, J. (2010). Relationship between big five personality markers with situation-related performance at top Croatian basketball players. *Sport Science*, 3, 34-38. <http://www.sposci.com/PDFS/BR0302/SVEE/04%20CL%2006%20JS.pdf>.
- Stevens, J. P. (2009). *Applied multivariate statistics for the social sciences (5^a ed.)*. New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics (6^a ed.)*. New Jersey: Pearson Education Inc.

- Thelwell, R., Weston, N., & Greenlees, I. (2005). Defining and Understanding Mental Toughness within Soccer. *Journal of Applied Sport Psychology, 17*(4), 326-332. Doi: 10.1080/10413200500313636
- Thomas, J. R., French, K. E., & Humphries, C. A. (1986). Knowledge development and sport skill performance: directions for motor behavior research. *Journal of Sport Psychology, 8*, 259-272.
- Tupes, E. C., & Christal, R. E. (1961). Recurrent personality factors based on trait ratings (USAF ASD Tech. Rep. No. 61-97). Lackland Air Force Base, TX: U.S. Air Force.
- Viswesvaran, C., Ones, D. S., Schmidt, F. L., Le, H., & Oh, I. S. (2014). Measurement Error Obscures Scientific Knowledge: Path to Cumulative Knowledge Requires Corrections for Unreliability and Psychometric Meta-Analyses. *Industrial and Organizational Psychology, 7*(04), 507–518. doi:10.1017/s1754942600006799
- Wagstaff, C. R. D. (2017). *The organizational psychology of sport: key issues and practical applications*. London: Routledge.
- Williams, J., & MacKinnon, D. P. (2008). Resampling and distribution of the product methods for testing indirect effects in complex models. *Structural Equation Modeling, 15*(1), 23-51. <https://doi.org/10.1080/10705510701758166>

Anexos

Anexo 1 – Questionário utilizado no presente estudo

Este questionário insere-se num estudo sobre processos e resultados individuais em contexto desportivo/de alta competição).

Todas as respostas que te solicitamos são anónimas e confidenciais. Responde sempre de acordo com aquilo que fazes, sentes ou pensas, na medida em que não existem respostas certas ou erradas.

Lê com atenção as instruções que te são dadas e **nota que as instruções não são sempre iguais.** Antes de dar por finalizado o teu questionário, certifica-te de que respondeste a todas as questões.

Muito obrigado pela tua colaboração!

Declaração de consentimento informado (Participante)

Declaro que tomei conhecimento e fui devidamente esclarecido/a quanto aos objetivos e procedimentos da investigação a realizar. Foi-me garantida a possibilidade de, em qualquer altura, recusar participar neste estudo sem qualquer tipo de consequências. Desta forma, aceito participar neste estudo e permito a utilização dos dados que, de forma voluntária, forneço, confiando nas garantias de confidencialidade e anonimato que me são asseguradas pela equipa de investigação, bem como na informação de que os dados não serão tratados de forma individual e de que apenas serão utilizados para fins de investigação.

Confirmo

_____, _____ de _____ de 2018

PARTE 1

(Dados demográficos - para fins exclusivamente estatísticos)

Idade: _____

Habilitações literárias:

1. Segundo ciclo (até ao 7º ano):
 2. Terceiro ciclo (até ao 9º ano):
 3. Ensino Secundário:
 4. Licenciatura:
 5. Mestrado:
- Outra: _____

Nacionalidade: Portuguesa Outra: _____

Há quanto tempo (em anos) pertences/integraste o clube atual (no caso de ter sido há menos de um ano, indica, por favor, o número de meses)?

Há quanto tempo (em anos) trabalhas com o atual treinador da equipa (no caso de ter sido há menos de um ano, indica, por favor, o número de meses)?

Tens internacionalizações: Sim Não

Se sim, assinala todas as que se aplicam:

- Nas camadas jovens:
- Na equipa sénior (principal):

Nível competitivo em que jogas atualmente:

1. Primeira liga estrangeira (Top 5 UEFA)
2. Primeira liga (fora do top 5 UEFA)
País: _____
3. Segunda liga
4. Campeonato Portugal (CNS)
5. Distrital/regional

Top 5 UEFA:

1. La Liga (Espanha),
2. Serie A (Itália),
3. Premier League (Inglaterra),
4. Bundesliga (Alemanha).

Experiência competitiva passada em campeonatos profissionais:

Não

Sim se sim, preencha o seguinte quadro:

Primeira liga estrangeira (Top 5)	Primeira liga estrangeira (fora top 5)	Primeira liga portuguesa	Segunda liga portuguesa	Segunda liga estrangeira
Não <input type="checkbox"/>	Não <input type="checkbox"/>	Não <input type="checkbox"/>	Não <input type="checkbox"/>	Não <input type="checkbox"/>
Sim, Quantos anos? _____	Sim, Quantos anos? _____	Sim, Quantos anos? _____	Sim, Quantos anos? _____	Sim, Quantos anos? _____

PARTE 2

Mini IPIP

(Donelland, Oswald, Baird & Lucas, 2006, adaptação de Rodrigues, Miranda, Vargas & Pereira, 2018)

Por favor, usa as afirmações que se seguem para te descreveres a ti próprio da forma mais honesta e precisa possível. Procura descrever-te tal como te vês no presente e não como gostarias de ser no futuro. Descreve a tua forma de ser tal como és tipicamente, em comparação com as pessoas do teu sexo e aproximadamente da tua idade. Para cada uma das afirmações, indica o grau em que essa afirmação descreve a tua forma de ser, usando a escala seguinte.

1 Discordo totalmente	2 Discordo	3 Não concordo nem discordo	4 Concordo	5 Concordo totalmente
------------------------------------	----------------------	--	----------------------	------------------------------------

Repara que não existem respostas certas ou erradas. Por favor responde o mais honestamente possível a todas as afirmações.

	Afirmação	Resposta				
1	Sou o “rei da festa”.	1	2	3	4	5
2	Compreendo os sentimentos dos outros.	1	2	3	4	5
3	Realizo as tarefas com prontidão.	1	2	3	4	5
4	Tenho mudanças de humor com frequência.	1	2	3	4	5
5	Tenho muita imaginação.	1	2	3	4	5
6	Não sou muito falador.	1	2	3	4	5
7	Não estou interessado nos problemas das outras pessoas.	1	2	3	4	5
8	Muitas vezes esqueço-me de voltar a colocar as coisas no seu devido lugar.	1	2	3	4	5
9	Estou tranquilo na maior parte do tempo.	1	2	3	4	5
10	Não me interessa por ideias abstratas.	1	2	3	4	5
11	Falo com muitas pessoas diferentes nas festas.	1	2	3	4	5
12	Sou sensível às emoções dos outros.	1	2	3	4	5
13	Gosto de organização.	1	2	3	4	5
14	Fico perturbado com facilidade.	1	2	3	4	5
15	Tenho dificuldade em entender ideias abstratas.	1	2	3	4	5
16	Procuro não chamar a atenção.	1	2	3	4	5
17	Não estou particularmente interessado nos outros.	1	2	3	4	5
18	Deixo as coisas desorganizadas.	1	2	3	4	5
19	Raramente me sinto triste.	1	2	3	4	5
20	Não tenho muita imaginação.	1	2	3	4	5

RM

(Adaptado de Gucciardi, Hanton, Gordon, Mallett & Temby, 2015)

Segue-se um conjunto de frases relativas a diversos aspetos da **tua vida como futebolista**. Lê atentamente cada uma das frases e assinala a opção de resposta que melhor descreve o modo como geralmente pensas, sentes e te comportas.

1	2	3	4	5	6	7
Sempre falsa	Muitas vezes falsa	Falsa	Nem verdadeira nem falsa	Verdadeira	Muitas vezes verdadeira	Sempre verdadeira

1	Acredito na minha capacidade para atingir os meus objetivos.	1	2	3	4	5	6	7
2	Sou capaz de me focar quando estou a fazer algo.	1	2	3	4	5	6	7
3	Sou capaz de usar as minhas emoções para atingir o nível de desempenho que desejo.	1	2	3	4	5	6	7
4	Luto continuamente para ter sucesso.	1	2	3	4	5	6	7
5	Utilizo eficazmente os conhecimentos que são necessários para atingir os meus objetivos.	1	2	3	4	5	6	7
6	Supero as adversidades que vão surgindo.	1	2	3	4	5	6	7
7	Perante um desafio consigo usar as capacidades ou conhecimentos que são necessários.	1	2	3	4	5	6	7
8	Consigo encontrar o lado positivo da maioria das situações.	1	2	3	4	5	6	7

Indicadores de Performance

De seguida, pretende-se recolher alguns indicadores de rendimento/desempenho. Para isso, consulta o documento em anexo e preenche as seguintes questões com os teus dados.

Posição:

Guarda-Redes Defesa Central Defesa Lateral Médio Defensivo
 Médio Ofensivo Médio Ala/Extremo Avançado

Minutos de jogo (total): _____

Número de jogos a titular: _____

Número de jogos que foste opção (entraste) a partir de banco: _____

Número de jogos indisponível por:

Expulsão: _____

Lesão: _____

Compromissos de seleção: _____

Finalmente, pretende-se avaliar a perceção que tens relativamente ao teu próprio rendimento (individual) a nível tático, físico e técnico. Por favor, seleciona de 1 a 7, a opção que melhor indica o teu nível de rendimento desde o início da época até ao momento atual.

	1	2	3	4	5	6	7
	Muitíssimo Fraco	Muito Fraco	Fraco	Médio	Bom	Muito Bom	Muitíssimo Bom
O meu rendimento tático , até ao momento, foi...	1	2	3	4	5	6	7
O meu rendimento técnico , até ao momento, foi...	1	2	3	4	5	6	7
O meu rendimento físico , até ao momento, foi...	1	2	3	4	5	6	7

Muito obrigado!

Anexo 2 – Estatísticas descritivas das variáveis em estudo

Estatísticas Descritivas

	Média	Desvio Padrão	N
Idade	25,631	4,6799	134
Antiguidade no clube	2,8485	3,51248	134
Nível competitivo	3,78	,890	134
Abertura à experiência	3,4176	,60210	134
Extroversão	2,8021	,76945	134
Conscienciosidade	3,9597	,61241	134
Neuroticismo	2,4132	,55849	134
Robustez mental	5,7174	,67517	134
Performance objetiva	,4819	,33141	134
Performance subjetiva	4,9292	,87957	134