

RELAÇÃO DA PERSONALIDADE DE TRAÇO E PERSONALIDADE ESTADO EM NÍVEL PRÉ-COMPETITIVO EM ATLETAS DE DAIDO-KARATÊ

LOPES, Byanca Karolyne Thomazoni.¹
GONÇALVES, Pamela Cristina de Souza.²
BOURSCHEID, Débora.³
Byancathomazoni_@outlook.com

RESUMO

Estudos sobre a maneira como atletas se comportam ainda são poucos, principalmente no que cabe a esportes individuais o qual, necessita apenas do controle das suas emoções para o desempenho desejado. A amostra contou com atletas do sexo feminino e masculino das categorias juvenis de 15 a 17 anos e na categoria adulto livre masculino e feminino de 18 a 23 anos. A amostra foi 21 atletas de ambos os sexos na faixa etária de 15 a 23 anos de idade. Os dados foram coletados por meio da aplicação do Inventário de Ansiedade Traço-Estado, IDATE. Trata-se de um instrumento de pesquisa muito utilizado em diversas populações, tanto de base ambulatorial quanto de base populacional e está validado para a língua portuguesa. O IDATE é composto por duas escalas distintas de auto-relato, uma para Ansiedade-Traço e outra para Ansiedade-Estado. Cada escala é composta de 20 afirmações, cada uma pontuada de 1 a 4, que avaliam como os sujeitos geralmente se sentem (Traço) ou como eles se sentem frente a uma determinada situação (Estado). Os escores totais de cada escala podem variar de um mínimo de 20 pontos ao máximo de 80. O objetivo do presente estudo foi verificar a influência da personalidade de traço e personalidade estado em nível pré-competitivo em atletas de Daido-Karatê. O escore médio para personalidade traço geral da amostra avaliada foi de $58,2 \pm 9,3$. A personalidade-estado teve score médio de $52,9 \pm 8,0$. Na comparação entre sexos foram encontrados diferenças significativas tanto para ansiedade-traço ($p=0,019$) quanto para ansiedade-estado ($p=0,009$), onde o sexo masculino se demonstrou com maior índices de ansiedade para o traço e para estado, sendo ansiedade-traço considerado de alta magnitude estatística na comparação com o sexo feminino. A partir do objetivo conclui-se que o nível de ansiedade de traço foi igual em grau mediano para ambos os sexos. No entanto, em relação ao nível de ansiedade-estado os homens tiveram níveis altos em comparação as mulheres que obtiveram grau mediano para ansiedade-estado. A partir do objetivo conclui-se que o nível de ansiedade de traço foi igual em grau mediano para ambos os sexos. No entanto, em relação ao nível de ansiedade-estado os homens tiveram níveis altos em comparação as mulheres que obtiveram grau mediano para ansiedade-estado.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade-Traço, Ansiedade-Estado, Daido-Karatê.

¹Acadêmica do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário FAG E-mail: byancathomazoni_@outlook.com

²Acadêmica do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário FAG E-mail: pamelagoncalves@hotmail.com.

³Professora do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário FAG. E-mail: debora@fag.edu.br

ABSTRACT

Studies about how athletes behave are still few, especially concerning to individual sports, which only require the control of their emotions for the desired performance. The sample consisted of female and male athletes in junior categories from 15 to 17 years old and in free adult male and female category from 18 to 23 years old. The sample was composed of 21 athletes of both genders in the age group of 15 to 23 years old. The data were collected through the State-Trait Anxiety Inventory. It is a research tool widely used in several populations, both in outpatient and population-based, and it is validated for the portuguese language. The State-Trait Anxiety Inventory is composed of two distinct self-report scales, one for Trait-Anxiety and another for State-Anxiety. Each scale is composed of 20 statements, each one scored from 1 to 4, which evaluates how subjects usually feel (Trait/**STAI-T**) or how they feel about a particular situation (State/**STAI-S**). The total scores for each scale can range from a minimum of 20 points to a maximum of 80. The aim of the present study was to verify the influence of personality trait and personality status on a pre-competitive level in Daido-Karate athletes. The middle score for overall personality-trait of the sample evaluated was 58.2 ± 9.3 . The personality-state had a middle score of 52.9 ± 8.0 . In the comparison between genders, significant differences were found for both Trait-Anxiety ($p=0.019$) and State-Anxiety ($p=0.009$), where the male gender were shown to have higher anxiety indexes for the trait and for the state, once the Trait-Anxiety was considered in a high statistical magnitude in comparison with the female gender. Starting from the objective, it was concluded that the level of Trait-Anxiety was equal in median degree for both genders. However, regarding to the level of State-Anxiety, the male gender had high levels in comparison to the female gender, who obtained median degree for State-Anxiety.

KEYWORDS: Trait-Anxiety, State-Anxiety, Daido-Karate.

1. INTRODUÇÃO

O estilo Daido-Karatê surgiu através da necessidade de aperfeiçoamento da técnica, quando em 1993 o Shihan Edilton Garcia de Paula se deslocou até o Japão para estudar os conceitos

técnicos e táticos da modalidade que até então era nomeada como Daido-Juko, onde estudou a arte marcial por 6 anos, trazendo o esporte para o Brasil no ano de 2008, nomeando o estilo de Daido-Karate. O Daido-Karate não apresenta em seu conteúdo os tradicionais Katas, sendo um estilo voltado estritamente para o combate real.

Estudos sobre a maneira como atletas se comportam ainda são poucos, principalmente no que cabe a esportes individuais o qual, necessita apenas do controle das suas emoções para o desempenho desejado. Sabe-se, que o esporte no quesito técnico e tático tem grande suporte na área de estudos científicos, mas há um grande desfalque de estudos na área da psicologia do esporte. Quanto aos estudos existentes em sua maioria destacam a relação da personalidade de traço, que consiste no comportamento genético, em relação a ansiedade-estado, que se caracteriza por sentimentos de preocupação, tensão ou nervosismo conscientes perante uma situação específica (ARRUDA *et al.*, 2014; BASAK; HANSDA, 2016; WEINBERG; GOULD, 2011).

A ansiedade estado consiste em comportamentos associados a condições o qual o atleta é exposto no ambiente, que pode-se exemplificar como pressão e tensão, que com o passar do tempo podem aumentar ou não de intensidade. A ansiedade-estado competitiva pode afetar ou não o bom desempenho do atleta. Em situação de competição o indivíduo com alto nível de ansiedade-estado acarreta um estreitamento perceptivo sendo incapaz de reconhecer a situação que se encontram com sintomas, cognitivos ou somáticos (ARRUDA *et al.*, 2014; BASAK; HANSDA, 2016; WEINBERG; GOULD, 2011).

Na construção do traço de personalidade aceita-se que as emoções sejam uma resposta do organismo, sendo assim são influenciadas pelo meio social, relacionando-se com o que nos alegra, nos deixa triste, nos da medo. Contextuando o que se deve ser aprendido é definido socialmente, e para a criança, a visão e o som de outras pessoas e a própria interação social se tornam recompensadoras e auto reguladoras. (GÓMEZ *et al.*, 2016; NEVES *et al.*, 2016; REIS *et al.*, 2014; VIEIRA *et al.*, 2010)

Quando se é abordado a área da psicologia do esporte o grande objetivo desses estudo é ajudar na construção da identidade do atleta em uma competição. Diversos fatores influenciam em um atleta, o alto nível tem suas diferenças e características que acarretam na identidade do atleta. Fatores fisiológicos, sociais e econômicos, são de grande influência para que a personalidade seja construída. Quando se conseguir um diagnóstico psicológico, pode se aplicar teorias e técnicas, para que sua produção na modalidade não se deixe a decair. (VALLE, 2003; BARRA FILHO E RIBEIRO, 2005; BRANDT, 2011; GIL *et al.*, 2015; BRANDT, 2014).

Sendo assim o objetivo do presente estudo é verificar a influência da personalidade de traço e personalidade estado em nível pré-competitivo em atletas de Daido-Karatê.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Definição de Personalidade

Personalidade pode ser definida como características de cada indivíduo que correspondem a padrões emocionais, comportamentais e de pensamento (PERVIN; CERVONE; JOHN, 2005).

Sabendo a definição de personalidade podemos concluir que cada traço de personalidade tem decorrência, suas características estão ligadas a uma diferença de fatores individuais, sociais e interpessoais (OZER, 2006). Segundo a Terapia Cognitivo-Comportamental, está ligado a padrões característicos de pensamentos, emoções e comportamentos. São formas que o mundo é visto, como agimos, julgamos, e tomamos decisões e assim formas que nos envolvemos com o mundo e com nós mesmos. O ser humano tem suas crenças o que influencia na formação da personalidade, contando também com aspectos biológicos como o temperamental, ou seja, cada indivíduo tem um forma de pensamento, traços, comportamentos e habilidades que o torna um ser humano único (KNAPP; BECK, 2008).

Na construção do traço de personalidade aceita-se que as emoções sejam uma resposta do organismo, sendo assim são influenciadas pelo meio social, relacionando-se com o que nos alegra, nos deixa triste, nos dá medo. Contextuando o que se deve ser aprendido é definido socialmente, e para a criança, a visão e o som de outras pessoas e a própria interação social se tornam recompensadoras e auto reguladoras (HALL, LINDZEY E CAMPBELL, 2000).

A personalidade pode ser um julgamento de valor: como por exemplo, se você tem afeto por alguém é porque esse alguém tem uma boa personalidade, ou tem muita personalidade. Portanto para quem estuda, esse termo é, para definir um campo de estudo. Tendo a seguinte definição para o termo “personalidade”: a personalidade representa aquelas características da pessoa que explicam padrões consistentes de sentimentos, comportamentos e pensamento. É uma definição muito ampla, que nos permite entender de diversas formas a complexibilidade das pessoas, e por outro lado nos

permite prestar atenção como são inconsistentes os padrões e qualidades internas. Existem outras definições possíveis para “personalidade”, nada que diga que estão certas ou erradas, elas podem ou não ser muito importantes para nos direcionar para um melhor entendimento desse estudo (LAWRENCE, 2004).

2.1.1 Personalidade e Esporte

Desde sempre os esportes foram marcados pela constante busca da vitória acima de qualquer coisa. Por ser tão maravilhoso, o esporte faz com que haja diversos estudos mais amplos, e que a forma apenas de como era passado, em treinamentos táticos e físicos, deixe de ser apenas a forma mais provável, e sim que se amplie o campo para estudos emocionais, sociais e perceptivos. Atletas de alto nível, muitos tem por obrigação conseguir bons resultados, sendo assim usado de uma forma mecânica o que acarreta na personalidade do atleta (GAERTNER, 2002).

Os fatores psicológicos tem grande influência sobre os atletas, a personalidade principalmente é de tamanha importância para o desempenho demonstrado no esporte. (BARRA FILHO E RIBEIRO, 2005; DESCHAMPS E JUNIOR, 2006).

Clássicos da personalidade, cada qual com sua obra, concluem que a prática esportiva de pessoas está ligada a traços de responsabilidade, extroversão. E não ao traço neuroticismo (COSTA e MCCRAE, 2008).

Em geral, algumas das características da personalidade como a atividade física, baixa ansiedade, resistência mental, agressividade, perfeccionismo, são pontos que destacam-se entre os atletas. Na personalidade esportiva, os atletas tendem a ser mais positivos e a autoestima é maior, e a autoeficácia também em relação a não atletas. (GARCIA-NAVEIRA, 2010; LABORDE *et al.*, 2016)

O psicológico do indivíduo gera grande influência em seu comportamento. Praticar esportes gera diversos fatores, no lado social, emocional, e também no aspecto saúde da pessoa. As avaliações psicológicas que são feitas, tendem a nos dar um psicodiagnóstico esportivo, onde investigar todos os aspectos da vida do atleta, particulares e todos segmentos possíveis, estando em conjunto com a modalidade esportiva do atleta, pode se compreender técnicas e teorias psicológicas

que ajudem do desempenho, e quando aplicadas fazer com que rendam sempre mais. (FRASCARELI, 2008).

Grande objetivo desses estudos de personalidade é ajudar na construção da identidade do atleta em uma competição. Diversos fatores influenciam em um atleta, o alto nível tem suas diferenças e características que acarretam na identidade do atleta. Fatores fisiológicos, sócias e econômicos, são de grande influência para que a personalidade seja construída. Quando se conseguir um diagnóstico psicológico, pode se aplicar teorias e técnicas, para que sua produção na modalidade não se deixe a decair. (VALLE, 2003; BARRA FILHO E RIBEIRO, 2005).

3. METODOLOGIA

O estudo cumpriu os procedimentos éticos de pesquisa seguindo as técnicas adequadas descritas na literatura, também cumpriu as normas regulamentadoras de pesquisa com seres humanos. O presente estudo foi aprovado pelo comitê de ética, segundo o parecer 2.761.621.

A amostra contou com atletas do sexo feminino e masculino das categorias juvenis de 15 a 17 anos e na categoria adulto livre masculino e feminino de 18 a 23 anos. A amostra foi 21 atletas de ambos os sexos na faixa etária de 15 a 23 anos de idade.

Os dados foram coletados por meio da aplicação do Inventário de Ansiedade Traço-Estado, IDATE. Trata-se de um instrumento de pesquisa muito utilizado em diversas populações, tanto de base ambulatorial quanto de base populacional e está validado para a língua portuguesa. O IDATE é composto por duas escalas distintas de auto-relato, uma para Ansiedade-Traço e outro para Ansiedade-Estado. Cada escala é composta de 20 afirmações, cada uma pontuada de 1 a 4, que avaliam como os sujeitos geralmente se sentem (Traço) ou como eles se sentem frente a uma determinada situação (Estado). Os escores totais de cada escala podem variar de um mínimo de 20 pontos ao máximo de 80.

Para verificar a normalidade dos dados, o teste de *Kolmogorov-Smirnov* foi realizado. Os dados de idade, personalidade traço e personalidade estado apresentaram normalidade; o tempo de prática não apresentou normalidade. Inicialmente foi realizada estatística descritiva para obter valores de média, desvio padrão e intervalos de confiança (IC 95%). O teste *T* de *Student* foi utilizado para verificar as diferenças entre as médias das variáveis normais; o teste *U* de *Mann-*

Whitney foi utilizado para verificar a diferença do tempo de prática entre os sexos. O nível de ansiedade foi classificado em baixo (≤ 40), médio (entre 41 e 59) e alto (≥ 60). O teste de correlação de *Pearson* (r) foi utilizado para verificar a relação entre personalidade e idade; o teste de correlação de *Spearman* (r_s) foi utilizado para verificar a relação entre personalidade, tempo de prática e escolaridade; o coeficiente de correlação ponto bisserial (r_{pb}) foi utilizado para verificar a relação entre personalidade e sexo. Um nível de 95% de confiança foi adotado ($p < 0,05$). Os dados foram analisados no software estatístico SPSS IBM® versão 20.0.

4. RESULTADOS

A amostra foi composta por 20 praticantes de karatê, 14 do sexo masculino e 6 do sexo feminino, com idade entre 15 e 23 anos. A média de idade da amostra foi de $18,6 \pm 7,4$ anos. A partir desses resultados observa-se que a amostra em relação ao sexo quanto a media de idade, foi homogênea. Quanto aos valores encontrados para a amostra geral, em relação ao tempo de prática, o valor médio foi $51,2 \pm 29,4$ meses. Quando comparado o tempo de pratica entre sexos não foi encontrado nenhuma relação significativa ($p = 0,904$).

O escore médio para personalidade traço geral da amostra avaliada foi de $58,2 \pm 9,3$. A personalidade-estado teve score médio de $52,9 \pm 8,0$. Na comparação entre sexos foram encontrados diferenças significativas tanto para ansiedade-traço ($p = 0,019$) quanto para ansiedade-estado ($p = 0,009$), onde o sexo masculino se demonstrou com maior índices de ansiedade para o traço e para estado, sendo ansiedade-traço considerado de alta magnitude estatística na comparação com o sexo feminino

Com relação à idade escolaridade, 8 (40%) dos atletas estavam cursando o ensino médio, 5 (25%) já haviam completado o ensino médio, 5 (25%) estavam cursando o ensino superior e 2 (10) já haviam completado o ensino superior. Tabela 1.

Tabela 1 – Característica de 20 atletas de Karatê do município de Três Barras-PR

Variáveis	Sexo	Média	Desvio Padrão	IC 95%	Valor de p
Idade (anos)	Geral	18,6	7,4	17,3-19,9	0,850
	Feminino	18,8	3,1	15,6-22,1	
	Masculino	18,6	2,7	17,0-20-1	
Tempo de prática (meses)	Geral	51,2	29,4	37,5-65,0	

IDATE-T	Feminino	46,5	34,3	10,4-82,5	0,904
	Masculino	53,3	28,2	36,9-69,6	
	Geral	58,2	9,3	53,8-62,5	0,019*
	Feminino	51,0	11,3	39,1-62,8	
IDATE-E	Masculino	61,2	6,6	57,4-65,11	
	Geral	52,9	8,0	49,2-56,7	0,009*
	Feminino	46,1	9,9	35,7-56,5	
	Masculino	55,8	5,1	52,9-58,8	

*: há significância estatística.

Com relação ao nível de ansiedade da amostra geral, 11 (55%) atletas apresentaram alto nível de ansiedade-traço, 8 (40%) apresentaram nível médio de ansiedade e 1 (5%) apresentou baixo nível de ansiedade. Na variável de personalidade-estado, 14 (70%) atletas apresentaram nível médio de ansiedade, 5 (25%) apresentaram nível alto de ansiedade e 1 (5%) apresentou nível baixo de ansiedade. Observa-se que para a personalidade-traço prevaleceu nível de ansiedade médio para o sexo feminino e nível de ansiedade alto para o sexo masculino. Já para a personalidade-estado tanto o sexo feminino como o masculino se manteve na classificação no nível de ansiedade médio. Tabela 2.

Tabela 2 – Nível de ansiedade de 20 atletas de Karatê do município de Três Barras-PR

Personalidade	Nível de ansiedade	Geral	Feminino	Masculino
		n (%)		
Personalidade traço	Baixo	1 (5)	1 (16,7)	0 (0)
	Médio	8 (40)	3 (50)	5 (35,7)
	Alto	11(55)	2 (33,3)	9 (64,3)
Personalidade estado	Baixo	1 (5)	1 (16,7)	0 (0)
	Médio	14 (70)	4 (66,7)	10 (71,4)
	Alto	5 (25)	1 (16,7)	4 (28,6)

A tabela 3 apresenta os valores dos coeficientes de correlação entre personalidade-traço e personalidade-estado. A personalidade de traço teve uma relação estatisticamente significativa com a personalidade estado [$r = 0,598$ ($p = 0,003$)]. Ambas as personalidades, de traço e de estado, relacionaram-se significativamente com o sexo [$r_{pb} = -0,518$ ($p = 0,019$) e $r_{pb} = -0,567$ ($p = 0,009$), respectivamente]. Contudo observa-se que na correlação entre os tipos de personalidade quando a personalidade-traço era alta automaticamente a personalidade-estado também, e vice e versa.

Tabela 3 – Coeficiente de correlação entre personalidade de traço e personalidade de estado.

Correlação	Coeficiente de correlação	Valor de p
------------	---------------------------	------------

Personalidade traço x personalidade estado	$r = 0,598$	0,003*
Personalidade traço x idade	$r = -0,128$	0,296
Personalidade traço x tempo de prática	$r_s = -0,034$	0,887
Personalidade estado x idade	$r = 0,141$	0,276
Personalidade estado x tempo de prática	$r_s = 0,162$	0,494
Personalidade traço x escolaridade	$r_s = 0,093$	0,349
Personalidade estado x escolaridade	$r_s = 0,160$	0,250
Personalidade traço x sexo	$r_{pb} = -0,518$	0,019*
Personalidade estado x sexo	$r_{pb} = -0,567$	0,009*

*: há significância estatística.

5 DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Em relação ao objetivo da pesquisa que foi comparar os tipos de personalidade-traço e estado entre sexos na modalidade de Daido-Karate, observou-se que os homens foram significativamente mais ansiosos em relação às mulheres nos dois tipos de personalidade. Pode-se dizer ainda, que os atletas da Daido-Karate encontram-se em relação à personalidade-estado nível médio de ansiedade em ambos os sexos e se diferenciou no traço onde as mulheres tiveram nível médio e os homens nível alto.

Estudo de Detanico e Santos (2005) contradiz os resultados encontrados na presente pesquisa, pois alegam que na modalidade de judô os níveis de ansiedade do sexo feminino se sobressaíram em relação ao sexo masculino. Do mesmo modo, em estudo realizado com esportes coletivos, Dias (2005) indica que mulheres tem um nível de ansiedade pré-competitivo maior que o dos homens, acrescenta que este resultado deva ao esporte ter uma cultura muito mais masculina, sendo assim, as mulheres acabam sendo mais cobradas, explicando assim os níveis mais elevados de ansiedade frente à competição.

Pesquisa realizada por Gonçalves (2007) observou diferença significativa entre os níveis de ansiedade masculino e feminino. Neste sentido, foi constatado maior nível de ansiedade-traço competitiva no sexo feminino ($33,42 \pm 0,87$) em comparação ao masculino ($28,78 \pm 0,72$), indicando novamente que o presente estudo foge dos padrões de ansiedade encontrados em maior nível no sexo feminino.

Resultado que vai de encontro aos dados da presente pesquisa foi estudo realizado por Lavoura et al (2006), onde reforçam que o sexo feminino tende a ter níveis de ansiedade mais elevados em situações pré-competitivas, pois, tende a manifestar um nervosismo, desconforto e repreensão maior do que o sexo masculino, dado este constatado na literatura nacional e

internacional. O grande achado da presente pesquisa é não ter encontrado nenhum estudo que diga que o sexo masculino seja mais ansioso que o sexo feminino. No entanto, pode-se dizer que as lutas sejam uma modalidade mais masculina e culturalmente a cobrança de força física para os homens seja muito mais relevante quando associados ao sexo feminino.

Outro fato, é que em pesquisa realizada por Gonçalves e Belo (2007) afirmam que os estudos têm demonstrado que os atletas que apresentam menores índices de ansiedade são aqueles que praticam esportes coletivos, uma vez que a presença dos companheiros de equipe diminui a responsabilidade individual diante dos resultados das competições, enquanto atletas de esportes individuais tem maior responsabilidade, pois são os únicos que podem ou não ter um bom desempenho no esporte, sendo assim, atletas de esportes coletivos pode distribuir o peso de suas ações, enquanto atletas individuais são totalmente responsáveis pelos seus atos. Dado este que justificaria tão alto grau de ansiedade nos dados coletados na presente pesquisa.

Em estudo de Detanico e Santos (2005), ressaltam que atletas mais jovens e com menos experiência em competição, seriam mais propícios a demonstrar ansiedade no âmbito esportivo, do que atletas mais velhos e mais experientes, com maior vivência e estratégia. Apesar da influência da idade não ter sido observada estatisticamente no presente estudo, ainda assim, se tratou de uma amostra jovem. No entanto, pode-se dizer que o tempo de prática, tenha sido um bom influenciador nos resultados verificados, pois a amostra contou com bom tempo de prática. É de extrema importância ressaltar, que como visto na literatura, os mais jovens ainda não se encontra preparados como os adultos para lidar com tanta pressão e cobranças do esporte competitivo.

5. CONCLUSÃO

A partir do objetivo conclui-se que o nível de ansiedade de traço foi igual em grau mediano para ambos os sexos. No entanto, em relação ao nível de ansiedade-estado os homens tiveram níveis altos em comparação as mulheres que obtiveram grau mediano para ansiedade-estado.

REFERÊNCIAS

ARRUDA, A.F.S.; AOKI, M.S; FREITAS, C.G.; DRAGO, G.; OLIVEIRA, R.; CREWETHER, B.T.; MOREIRA, A. Influence of competition playing venue on the hormonal responses, state anxiety and perception of effort in elite basketball athletes. **Physiology & Behavior**, v. 130, p. 1-5, 2014.

BARA FILHO, Maurício Gattás; RIBEIRO, Luiz Carlos Scipião. Personalidade e esporte: uma revisão. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 13, n. 2, p. 101-110, 2008.

BASAK, S.; HANSDA, K. Relationship of state anxiety and trait anxiety between physical education students and general degree college students. **International Journal of Experimental Research and Review**, v. 5, pp. 15-17, 2016.

BRANDT R. M. S.; SEGATO, V.L.; KRETZER, F.L.; CARVALHO, T.; ANDRADE, A. Relações entre os estados de humor e o desempenho esportivo de velejadores de alto nível. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 13, n. 1, p. 117-130, 2011.

BRANDT, R.; WERLANG, R.G.; BEVILACQUA, G.G.; PEREIRA, F.S.; LIZ, C.M.; ARAB, C., SILVA, R.B.; ANDRADE, A. Estados de humor e fatores associados no desempenho de nadadores no período competitivo. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, ano 12, n. 40, abr/jun, 2014.

CERVONE, PERVIN, LAWRENCE A. **Personality: Theory and research**. 9 th ed, 2005.

COSTA, PT e McCRAE, RR . NEO PI-R **Revisto NEO Personality Inventory** . Edições TEA, 2008.

DESCHAMPS, Silvia Regina; ROSE JUNIOR, D. Os aspectos psicológicos da personalidade e da motivação no voleibol masculino de alto rendimento. **Revista Digital**, v. 10, p. 92, 2006.

DETANICO DANIELE, SANTOS. Variáveis influenciando e sendo influenciadas pela ansiedade-traço pré-competitiva: um estudo com judocas. **Revista digital Buenos Aires**. 2005.

DIAS, C. S. L.; Do stress e ansiedade às emoções no desporto: da importância da sua compreensão a necessidade da sua gestão. **Tese doutorado**. Portugal: Universidade do Minho. 2005.

DO VALLE, MÁRCIA PILLA. **Atletas de alto rendimento: identidades em construção**. 2003.

FRASCARELI, Lígia Silveira. Interfaces entre psicologia e esporte: sobre o sentido de ser atleta. 2008. **Tese de Doutorado**. Universidade de São Paulo.

GAERTNER, Gilberto et al. **Psicologia somática aplicada ao esporte de alto rendimento**. 2002.

GARCIA-NAVEIRA, A. Diferenças individuais em estilos de personalidade e desempenho em atletas . **Tese de Doutorado** Escola de Psicologia Universidade Complutense de Madri, 2010.

GIL, R.B.; MONTERO, F.O.; FAYOS, E.J.G.; GULLON, J.M.L.; PINTO, A. Otimismo, burnout e estados de humor em desportos de competição. **Análise Psicológica**, v. 2, n.33, pp. 221-233, 2015.

GÓMEZ, R.P; SÁNCHEZ, J.C.J. MÉNDEZ-SÁNCHEZ, M. P.; JAENES-, P. El poder explicativo de la ansiedad en los estados de ánimo de deportistas españoles: The explanatory power of anxiety in the mood of Spanish athletes. **Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)**, n. 30, pp. 207-210, 2016.

GONCALVES, M. P.; BELO, R. P. Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas. **Psico-USF**, Itatiba, v. 12, n. 2, dez. 2007.

HALL, C. S.; LINDZEY, Gardner; CAMPBELL, John B. **Teorias da personalidade**. Artmed Editora, 2000.

KNAPP, Paulo; BECK, Aaron T. Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva Cognitive therapy: foundations, conceptual models, applications and research. **Rev Bras Psiquiatr**, v. 30, n. Supl II, p. S54-64, 2008.

LABORDE, S., GUILLEN, F. e MOSLEY, E. Diferenças individuais positivas, semelhantes às características, em atletas de esportes individuais e coletivos e não atletas. **Psicologia do Esporte e Exercício**, 2016.

LAVOURA, T. N.; BOTURA, H. M. L.; MACHADO, A. A. Estudo da ansiedade e as diferenças entre os gêneros em um esporte de aventura competitivo. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança**, v. 1, n. 3, p. 74-81, set. 2006.

LAWRENCE, A. P.; OLIVER, P. J. Personalidade teoria e pesquisa. **Artmed Edições**, 2004.

NEVES, A.N.; CARVALHO, A.J.; ZANETTI, M.C.; BRANDÃO, R.M.F.; FERREIRA, L. Dissimilaridade das habilidades mentais, traços de personalidade, alexitimia e estados de humor em atletas de tiro esportivo das Forças Armadas. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v.6, n.3, dezembro, 2016.

OZER, Daniel J.; BENET-MARTINEZ, Veronica. Personality and the prediction of consequential outcomes. **Annu. Rev. Psychol.**, v. 57, p. 401-421, 2006.

REIS, R.P.N. A ansiedade pré-competitiva no futebol: estudo comparativo entre os níveis de ansiedade pré-competitiva de equipas de futebol dos escalões infantil e sénior do distrito de castelo branco. Dissertação. **Instituto Politécnico de Castelo Branco**, março, 2014.

VIEIRA, L.F.; VISSOCI, J.R.N.; ILIVEIRA, L.P.; VIEIRA, J.L.L. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 15, n. 2, p. 391-399, abr./jun., 2010.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Foundations of Sport and Exercise Psychology**, 5E. Human Kinetics, 2011.