


---

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

---

**Gabriella Marchiori Ronchi**

**A RELAÇÃO ENTRE CARACTERÍSTICAS DA PERSONALIDADE DE ATLETAS  
DE MODALIDADES ESPORTIVAS INDIVIDUAIS E COLETIVAS**



Rio Claro  
2016

GABRIELLA MARCHIORI RONCHI

A RELAÇÃO ENTRE CARACTERÍSTICAS DA PERSONALIDADE  
DE ATLETAS DE MODALIDADES ESPORTIVAS INDIVIDUAIS E  
COLETIVAS

*Machado*

*Orientador: Afonso Antonio*

Co-orientador: Renato Henrique Verzani

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” - Câmpus de Rio Claro, para obtenção do grau de licenciada em Educação Física.

Rio Claro

2016

796.01 Ronchi, Gabriella Marchiori  
R769r A relação entre características da personalidade de atletas de modalidades esportivas individuais e coletivas / Gabriella Marchiori Ronchi. - Rio Claro, 2016  
24 f. : il.

Trabalho de conclusão de curso (licenciatura - Educação física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro

Orientador: Afonso Antonio Machado  
Coorientador: Renato Henrique Verzani

1. Esportes - aspectos psicológicos. 2. Perfil de personalidade. 3. Esportistas. I. Título.

**RESUMO:**

A personalidade de um indivíduo é o resultado de uma complexa rede de influências de diversos fatores independentes como a constituição biológica e psicológica, além das influências do meio social, ambiental e cultural em que vive. Ela é a integração dessas partes que interagindo formam o todo. No âmbito esportivo, o diagnóstico de perfis individuais e grupais é considerado de fundamental importância, já que a definição, identificação e medição da funcionalidade de comportamentos de atletas são de extrema importância na psicologia do esporte. Neste perfil é necessário investigar alguns aspectos da personalidade, como concentração, medo, ansiedade, estresse, reações emocionais antes, durante e após as competições, liderança e interação social. O objetivo deste trabalho é que seja possível identificar questões relevantes com relação a personalidade e o tipo da modalidade esportiva (individual ou coletiva). Tal proposta foi baseada em estudos teóricos apontando para propostas e expectativas tipológicas, de modo que este trabalho bibliográfico sirva de orientação para futuros estudos. O estudo apontou características relevantes que diferem atletas de modalidade individual de modalidade coletiva, em relação à fatores como medo, ansiedade e introversão e extroversão.

**Palavras-chave:** personalidade; atletas; esporte.

## **ABSTRACT**

The personality of an individual is the result of a complex influences network from several independent factors such as biological and psychological constitution, besides the influences of social, environmental and cultural environment in which they live. It is the integration of these parts interacting form the whole. In the sport scope, the diagnosis of individual and group profiles is considered crucial, since the definition, identification and measurement of athletes behaviors functionality are extremely important in sports psychology. This profile is necessary to investigate some aspects of personality such as concentration, fear, anxiety, stress, emotional reactions before, during and after competitions, leadership and social interaction. The objective of this work is that you can identify relevant issues regarding the personality and the type of sport (individual or collective). This proposal was based on theoretical studies pointing to proposals and typological expectations, so this bibliographic work will serve as guidance for future studies. The study found relevant characteristics differing individual sport athletes and team sports in relation to factors such as fear, anxiety and introversion and extroversion.

**Key-words:** personality; athletes; sport.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>4</b>
<b>2. JUSTIFICATIVA.....</b>	<b>6</b>
<b>3. OBJETIVO.....</b>	<b>7</b>
<b>4. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS .....</b>	<b>8</b>
<b>5. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA .....</b>	<b>9</b>
5.1. A psicologia do esporte .....	9
5.2. Características de personalidade .....	10
5.3. Relação entre personalidade e o atleta .....	13
5.4. Diferenças entre modalidades esportivas coletivas e individuais .....	14
5.5. Relação entre a personalidade do atleta e a modalidade esportiva ....	17
<b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>19</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>20</b>

## 1. INTRODUÇÃO

A psicologia do esporte é uma vertente dentro da psicologia que surgiu com o objetivo de analisar aspectos psicológicos que podem interferir no desempenho do atleta e por meio dela, auxiliar de maneira positiva os indivíduos dentro do esporte (WEINBERG; GOULD, 2008).

Dentre os aspectos que influenciam um indivíduo em seu desempenho esportivo, a personalidade é um fator relevante, sendo ela a soma das características de um indivíduo, o que pode então ser significativamente refletida nas atitudes.

A personalidade de um indivíduo é o resultado de uma complexa rede de influências de diversos fatores independentes como a constituição biológica e psicológica, além das influências do meio social, ambiental e cultural em que vive. Ela é a integração dessas partes, que interagindo formam o todo.

Para Brandão (2003), neste perfil é necessário investigar alguns aspectos da personalidade, como concentração, estresse, reações emocionais antes, durante e após as competições, liderança e interação social.

A personalidade pode ser definida por diversos tipos de testes, questionários ou observação. Com a definição da personalidade é possível que o psicólogo do esporte ou mesmo o treinador, tenha conhecimento de como se relacionar com o atleta e como suas características podem favorecer de maneira positiva em seu desempenho.

No âmbito esportivo, o diagnóstico de perfis individuais e grupais é considerado fundamental, pois a identificação e caracterização do comportamento de atletas é extremamente importante na psicologia do esporte.

Modalidades coletivas envolvem maior complexidade na questão de relacionamento entre atletas, pois diversos tipos de personalidade devem trabalhar juntas, dependendo de outros indivíduos para alcançar o sucesso em nível esportivo.

Atletas de modalidades individuais sofrem todos os aspectos negativos sozinhos, principalmente a pressão, por não terem companheiros de equipe com quem compartilhar (DIUANA, 2005).

Existem aspectos característicos da personalidade que diferem atletas de modalidades esportivas coletivas e individuais, no qual trazem questões que são

relevantes para que um profissional conduza com maior segurança seu planejamento esportivo, o que reforça o quão importante é o conhecimento da personalidade para o aprimoramento do desempenho esportivo.

## **2. JUSTIFICATIVA**

A justificativa para este trabalho consiste na necessidade de maior aprofundamento no que se diz respeito ao perfil de personalidade entre modalidades esportivas individuais e modalidades esportivas coletivas, necessitando de reflexões que conduzam a maior segurança trato em relação às diferenças existentes entre elas, servindo de orientação para futuros estudos.

### **3. OBJETIVO**

O objetivo deste trabalho é ampliar a visão sobre características de personalidade em relação a possível diferença e relação que há entre atletas e praticantes de modalidades esportivas individuais e coletivas, facilitando assim a visualização de questões que são relevantes e fundamentais para que um profissional conduza com mais segurança seu planejamento esportivo, levando em consideração este fator.

#### 4. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O trabalho foi baseado em estudos teóricos, por meio de revisão bibliográfica, o qual aponta à propostas e expectativas tipológicas e pontuais, de modo a servir de orientação para futuros estudos e para um aprofundamento que viabilize uma intervenção profissional mais segura com relação a este aspecto.

Esta pesquisa ocorreu por meio bases de dados como Pubmed, Scielo, Google Acadêmico, Lilacs e Science Direct. Os artigos foram encontrados através de buscas usando as seguintes palavras: “modalidade esportiva”, “coletiva”, “individual”, “atletas”, “personalidade”, “esporte”, “características”, “traços”, “diferenças”, “psicologia do esporte” “athletes”, “personality”, “team sports”, “individual sports”, “comparison”, “sports psychology”.

Encontrou-se 45 artigos que partem do ano de 1997 até 2016. Dos 45 artigos encontrados, foram escolhidos 31, adotando como critérios de inclusão a compatibilidade com o tema e a relação entre a personalidade e o esporte. O restante dos artigos não tiveram algo à acrescentar no estudo.

## **5. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

### **5.1. A psicologia do esporte**

Psicologia do Esporte se baseia no estudo científico de pessoas e seus comportamentos em contextos esportivos e na aplicação da prática desse conhecimento. Os objetivos principais da Psicologia do Esporte consistem em entender os efeitos de fatores psicológicos sobre o desempenho físico ou motor e entender os efeitos da participação em atividades físicas sobre o desenvolvimento psicológico, a saúde e o bem-estar. (WEINBERG; GOULD, 2008).

O conceito de psicologia do esporte surgiu em meados de 1900, pelo psicólogo Norman Triplett, na América do Norte, que analisou a velocidade em que ciclistas pedalavam, quando acompanhados ou sozinhos. Por volta de 1920 e 1930, Coleman Griffith, nos Estados Unidos, desenvolveu o primeiro laboratório da área da psicologia do esporte, onde publicou dois livros clássicos da área.

No Brasil, surgiu na década de 1950, com psicólogo João Carvalhaes, na Escola de Árbitros da Federação Paulista de Futebol (FPF). A partir de 1966, começou a ser vista em alguns países como disciplina acadêmica, do curso de Educação Física, passando a surgir apoio de psicólogos dentro do ambiente esportivo, com equipes e atletas.

Desde então, a área só vem crescendo e ganhando espaço, tanto dentro da pesquisa científica quanto no âmbito acadêmico e da intervenção profissional no ambiente esportivo. Os psicólogos do esporte passaram a ser integrados a equipes esportivas acompanhando atletas em todo o mundo.

A Psicologia do Esporte se tornou indispensável para qualquer atleta e também muito importante como componente curricular dos cursos de Psicologia e Educação Física, nos quais, por mais que em muitas universidades ainda não seja uma disciplina obrigatória, existem muitas pesquisas sobre tal.

A integração da teoria com a prática é uma questão difícil em diversas áreas, pois o conhecimento científico é diferente do conhecimento adquirido na prática profissional, sendo que a combinação dos dois conhecimentos torna

efetiva a prática aplicada, e é o que o profissional que trabalha com psicologia do esporte deve fazer. Segundo Weinberg e Gould (2008, p. 22):

Os psicólogos do esporte e do exercício procuram entender e ajudar atletas de elite, crianças, indivíduos física e mentalmente incapacitados, idosos e praticantes em geral a alcançarem desempenho máximo, satisfação pessoal e desenvolvimento por meio da participação.

Existem diversas áreas em que o Psicólogo do Esporte atua, sendo elas no esporte recreativo, no esporte de reabilitação, no esporte de rendimento e no esporte escolar. Sendo assim, pode-se perceber que é uma área muito ampla e cada vez mais complexa, um dos motivos pelo qual a área vem tanto crescendo.

As principais dimensões psicológicas como a afetiva, cognitiva, motivadora e sensório-motora, são dimensões onde os objetivos da psicologia do esporte se baseiam, segundo a Federação Europeia de Psicologia do esporte (BECKER JÚNIOR, 2000).

O surgimento da Psicologia do Esporte teve como objetivo auxiliar no desempenho do atleta, desde então o termo possui vários significados, um dos significados se refere ao âmbito profissional, dos psicólogos do esporte que oferecem suporte aos atletas e o outro significado da Psicologia do Esporte como uma disciplina acadêmica (BARTHOLOMEU et al., 2010).

## **5.2. Características de personalidade**

A personalidade se caracteriza por ser um conjunto de características psicológicas que, ao serem interligadas, formam o caráter único de cada indivíduo. Fatores como cultura, família, influências do meio social, conjunto aspectos psicológicos definem a personalidade e individualidade do indivíduo (WEINBERG; GOULD, 2008).

Para Howard (2013), a personalidade é única e estável para cada indivíduo. A personalidade afeta como nós respondemos às diferentes situações. Ela envolve nosso personagem, intelecto, físico e temperamento.

De acordo com Keller, Braga e Coelho (2013), a personalidade de um indivíduo é o resultado de uma complexa rede de influências de diversos fatores

independentes, como a constituição biológica e psicológica, além das influências do meio social, ambiental e cultural em que vive. Ela é a integração dessas partes que interagindo forma o todo.

A característica de personalidade é denominada por meio de observação ou testes que caracterizem qual o perfil desta em uma pessoa. Esses testes podem ser aplicados por meio de questionários, abertos ou fechados, que irão por meio de perguntas mostrar como a pessoa se porta diante de diversas situações, classificando assim sua personalidade.

A classificação de personalidade se dá por diversas vertentes, visto que cada estudo foca em qual classificação se identifica mais ao objetivo da pesquisa. Há muitos estudos relacionados ao perfil de personalidade de indivíduos, sendo eles atletas ou não.

Para avaliar a personalidade Howard (2013) cita que para a análise existem três fatores: a observação, questionários e o perfil dos estados de humor. A observação possibilita avaliar a personalidade do atleta e seus comportamentos, observando o desempenho do atleta e analisando quais traços e características o atleta está mostrando. Questionários com questões fechadas, são de fácil acesso e muito utilizados, no qual as respostas constroem o perfil pessoal do atleta que irá indicar características de sua personalidade. Perfil dos estados de humor é o que método irá mostrar o psicológico do indivíduo em relação a sua própria performance.

Para avaliação dessas características relacionadas à personalidade são utilizados testes e questionários. Podemos citar alguns testes como o Inventário de Personalidade de Freiburg (FPI-R); Modelo dos Cinco Grandes Fatores (CGF); Bateria Fatorial de Personalidade (NUNES; HUTZ; NUNES, 2010); Inventário de Personalidade NEO Revisado (FLORES-MENDONZA, 2007); QUATI - questionário de avaliação tipológica (ZACHARIAS, 1994); e o Inventário de Perfil Idiocêntrico-Alocêntrico de Atletas (Perfil I-A). Seguindo esses testes, há uma base para se definir a personalidade do indivíduo, podendo assim fazer comparações com diferentes grupos de atletas.

Os testes psicológicos devem ser avaliados com cautela, pois contém um grau de erro de mediação. A personalidade é analisada a fim de que ajude o técnico esportivo e a equipe em geral. Portanto deve ser levado em consideração se o resultado que os testes mostram irá selecionar o atleta dentro da equipe ou

se irá prejudica-lo em seu desempenho, por isso deve haver muito cuidado em como e por quem os testes são administrados. Então, ao tomar medidas para analisar a personalidade, deve-se estar consciente das limitações e ter clareza que somente inventários psicológicos não garantem o desempenho esportivo (WEINBERG; GOULD, 2008).

A personalidade pode ser classificada e definida como introvertido e extrovertido. Porém, as pessoas não são necessariamente definidas por apenas um, mas sim tendem a ser introvertidas em alguns aspectos e extrovertidas em outros. A grande maioria fica entre os dois aspectos.

Segundo Howard (2013) indivíduos extrovertidos tendem a ser fácil de lidar e se sentem confortáveis na companhia de outro alguém, preferem escolher por esportes coletivos e atividades físicas que usem o corpo inteiro, costumam ser confidentes e gostam de atividades com um grau de incerteza, como atividades de equipe. Sabem melhor com a ansiedade, têm melhor desempenho sob pressão e gostam de desafios e posições de responsabilidade.

Ainda sobre este autor, indivíduos introvertidos tendem a ser introspectivos e tímidos, se sentem confortáveis em sua própria companhia, costumam escolher por esportes individuais com poucos movimentos, que requerem habilidade motora fina e esportes com ações repetitivas. Eles não precisam estar acompanhados por outras pessoas dentro do ambiente esportivo competitivo. Em sua grande maioria, evitam situações que gerem ansiedade.

A personalidade pode ser também dividida entre dois tipos, o tipo A e tipo B. Personalidade do tipo A são pessoas competitivas, que são propensas à raiva e hostilidade, tendem a ser impacientes, intolerantes e com altos níveis de estresse. Personalidade do tipo B são pessoas descontraídas e com disposição calma, podem ser mais relaxados, são tolerantes, pouco competitivos e com baixos níveis de estresse (HOWARD, 2013).

A personalidade é determinada por diferentes pontos de vista, o que possibilita pelo conhecimento dela, prever como o indivíduo reagiria diante de determinada situação. Característica da personalidade que irá determinar como um indivíduo reage ou se comporta diante de situações. Situacional seria como o comportamento é determinado pelo meio que o indivíduo está inserido. Interação que vai relacionar a situação comportamental em que o indivíduo se encontra com as características da personalidade (HOWARD, 2013).

Segundo Allen, Greenlees e Jones (2013) existem duas abordagens para a avaliação da personalidade: uma avaliação que categoriza o indivíduo sendo de um tipo ou de outro e a outra avaliação que leva em consideração a posição do indivíduo naquela situação. O autor cita ainda que há uma falha quando se classifica a personalidade em tipos (introverso e extroverso), pois a grande maioria não se define única e exclusivamente como um tipo e sim, se classificam no meio das duas definições. As dimensões da personalidade conhecidas como “os cinco fatores” alcançaram então um consenso e se tornaram amplamente aceitas em relação aos traços da personalidade.

Estudos se baseiam nas características da personalidade que estão ligadas a diversos fatores na vida de um atleta. A personalidade então é um fator significativo quando se trata de, quando se trata da posição ocupada na equipe, bem indivíduos atletas e não atletas, ou de atletas de alto-rendimento e atletas amadores como quando se trata da escolha modalidade esportiva a qual seguir, sendo ela coletiva ou individual.

### **5.3. Relação entre personalidade e o atleta**

A personalidade é um aspecto que vem sendo muito estudado dentro da Psicologia do Esporte desde o final da Segunda Guerra Mundial, por ser um aspecto que pode influenciar no desempenho do atleta (BARTOLOMEU et al., 2010).

Atualmente, existem pesquisas em relação a personalidade de atletas em diversos âmbitos, como diferença entre atletas e não atletas, entre amadores e profissionais, entre indivíduos do sexo feminino e masculino, além das diferentes modalidades esportivas. Porém existem poucas evidências sobre a comparação da personalidade de atletas de esportes individuais e coletivos.

Pelo fato de que a personalidade de um indivíduo seja resultado da influência de diversos fatores, sendo internos e externos, sociais e ambientais, biológicos e psicológicos, irá influenciar diretamente no cotidiano e, quando forem atletas, existe uma relação com o desempenho no esporte.

Dentro do âmbito esportivo, as definições de personalidade e suas características devem ser levadas em consideração, pois podem estar relacionadas com o viver do atleta dentro do esporte, como a escolha de sua modalidade esportiva, sua posição e nível de performance. Por esse motivo, é

importante que o treinador ou psicólogo do esporte tenha conhecimento da parte psicológica de seus atletas, pois assim irão compreender as respostas dos indivíduos diante de diversas situações e, com isso, conseguirão oferecer suporte para que o desempenho venha a melhorar (BARA FILHO; RIBEIRO, 2005).

Atletas tendem a buscar perfeição em seus resultados, motivo pelo qual se submetem a grandes esforços físicos e psicológicos, fazendo com que ocorra um alto número de lesões. Segundo Keller, Braga e Coelho (2013), existe uma relação entre a personalidade do atleta e a incidência de lesões, deduzindo que atletas com característica de personalidade relacionada à agressividade, tendem a uma maior probabilidade de lesões, pelo fato de que eles se expõem mais.

A relação entre personalidade e o atleta é uma questão de difícil conclusão científica devido à complexidade deste tema, além de que os resultados são diversos e muitas vezes inconclusivos. A possibilidade é de que a personalidade seja apenas um dos fatores psicológicos que podem influenciar no desempenho de um atleta, o que torna mais difícil concluir algo relacionado à temática (BARA FILHO; RIBEIRO, 2005).

Para um indivíduo ter sucesso no esporte é importante que seu treinador esteja consciente sobre o seu tipo de personalidade, ajudando assim a corrigir os métodos de treinamento baseado nos aspectos psicológicos, a fim de que haja sucesso no desempenho. Atletas também devem ter conhecimento sobre a característica de sua personalidade, pois ela pode afetar em sua performance e, por isso, devem saber lidar com esses aspectos (HOWARD, 2013).

Características da personalidade podem prever resultados dos atletas, o que contribui para o sucesso no desempenho, pois tendo conhecimento da personalidade, possibilita com que haja uma preparação para que esses traços não influenciem no desempenho do atleta.

#### **5.4. Diferenças entre modalidades esportivas coletivas e individuais**

Existem dois tipos de atletas, seguindo uma divisão em relação ao tipo da modalidade esportiva, sendo elas coletiva ou individual. Atletas de modalidades esportivas individuais se caracterizam por não utilizarem de qualquer tipo de ajuda de uma outra pessoa, dependendo somente de suas habilidades e preparação adequada. Já os atletas de modalidades esportivas coletivas irão

dependem de um companheiro ou mais para alcançar o sucesso, portanto a pressão nem sempre é tão direcionada a um único atleta.

Atletas de modalidades individuais lidam com a pressão e também contra seus próprios limites sozinhos. Existirá uma pressão que vem da família, torcida e comissão técnica que não será compartilhada com um grupo, o que ocorre com os atletas de modalidades coletivas (DIJANA, 2005).

Existem muitos fatores psicológicos que influenciam negativamente no desempenho do atleta, os quais estão ligados a fatores relacionados ao perfil da personalidade do indivíduo, dentre eles o medo e a ansiedade.

Alguns estudos, como o de Bara Filho e Ribeiro (2005), apontam questões relevantes no que se diz respeito aos atletas de esportes coletivos e individuais. Os jogadores de esportes individuais apresentavam maiores índices de objetividade e níveis de ansiedade mais baixos, enquanto os de coletivos apresentavam maior dependência do grupo e eram mais extrovertidos.

Em relação ao medo relacionado a modalidades individuais e coletivas, segundo Fernandes (2015), os atletas de modalidade coletiva, em sua maioria apresentam menores níveis de medo, mas acreditam que o mesmo pode atrapalhar seu rendimento. Nas modalidades individuais, acredita-se que o medo não influencia seu rendimento. Ambos atletas relacionaram o medo com sentimentos de fracasso e insegurança, usando de técnicas de concentração para o controle desse sentimento.

Sobre a relação das diferentes modalidades esportivas com a ansiedade, Becker Jr. (2000) observou que os níveis de ansiedade são maiores em atletas de esportes individuais. Isto pode ocorrer porque os atletas de esportes individuais não dividem suas responsabilidades no momento da competição, expondo-se sozinhos à fatores de pressões externas e internas, diferentemente do que ocorre nos esportes coletivos, visto que a responsabilidade da competição e as pressões sofridas são divididas entre todo o grupo.

Sendo assim, o medo e ansiedade são fatores que influenciam de forma mais significativa no desempenho de atletas de modalidades esportivas individuais. Atletas de esportes coletivos são mais dependentes do grupo, porém o grupo é um fator favorável na hora de competições, pois a responsabilidade e todos os fatores negativos que influenciam no momento são muitas vezes compartilhados com os companheiros de equipe.

De acordo com Nixdorf, Frank e Beckmann (2016) em uma pesquisa relacionando sintomas depressivos em atletas, destacou que indivíduos de esportes individuais possuem maiores índices de sintomas depressivos quando comparados a indivíduos de esportes coletivos, mesmo que nenhum dos casos apresentem índices clínicos considerados preocupantes.

O estudo ainda mostrou que indivíduos praticantes de modalidades individuais estão mais vulneráveis a sintomas depressivos, pois é mais comum serem afetados por fatores como falha ou sucesso de desempenho, devido a sua performance fica mais evidente, sendo tratada como individual. Atletas de modalidades coletivas mostram mais evidente o perfeccionismo, pela função que carrega de se destacar dentro do coletivo (NIXDORF; FRANK; BECKMANN, 2016).

Segundo análise de Radzi, Yusof e Zakaria (2013), com 52 atletas da Malásia com idades entre 16 a 23 anos, não foi encontrado níveis significativos de diferença entre atletas de modalidades coletivas e individuais quando analisou ansiedade dentro do esporte. Porém, analisando Chand (2015), que aplicou um questionário a fim de analisar também traços de ansiedade em atletas, mostrou que indivíduos que pertencem a esportes individuais possuem níveis de ansiedade menores quando comparados à indivíduos de esportes coletivos.

Batinic, Svaic e Babic (2014) não encontraram resultados significativos em seu estudo que apresentava por objetivo analisar as diferenças em relação às características emocionais em atletas. Porém Soflu (2011), em seu estudo, observou diferenças emocionais entre atletas de modalidades coletivas e individuais como autogestão, automotivação e de habilidades sociais, porém não houve diferença em relação à autoconsciência e empatia. Outro aspecto observado diz respeito às diferenças, em uma comparação entre atletas de esportes individuais com esportes coletivos, no qual foi observado maiores níveis de pensamento negativo em indivíduos de modalidade individual, enquanto indivíduos de modalidade coletiva observou-se maior capacidade de comunicação e de motivar o parceiro de equipe.

Segundo resultados do estudo de Mousavi (2012), houve uma relação significativa entre o tipo de esporte e os relacionamentos sociais desses indivíduos, visto que existe um desejo dentro dos esportes coletivos por meio da

cooperação e progresso social para o desenvolvimento moral e social dos atletas de equipe.

Biglari et al.(2015), em seu estudo, compararam aspectos psicológicos em diferentes níveis de habilidades de atletas de ambos tipos de modalidades, o qual evidenciou que a confiabilidade e a resistência mental foram significativamente maiores em atletas de esportes coletivos quando comparados à atletas de esportes individuais. Uma justificativa para essa diferença foi que esportes coletivos normalmente são mais ativos e competitivos.

A natureza do esporte coletivo torna os atletas mais competitivos, pois já existe uma concorrência dentro da própria equipe, além da competição em si. A grande pressão sofrida por atletas de esportes coletivos resulta em um sentimento de superioridade em relação aos indivíduos de esportes individuais. Esses indivíduos são mais complexos de lidar, pois sofrem com muitos aspectos de relacionamento dentro de uma equipe (BIGLARI et al., 2015).

### **5.5. Relação entre a personalidade do atleta e a modalidade esportiva**

Bara Filho e Ribeiro (2005, p. 103) acreditam que deve-se considerar a “interação com a modalidade praticada, a posição no jogo em um esporte coletivo ou a distância em um individual, juntamente como o nível de performance e possibilidade de sucesso no esporte”, ao avaliar as características de personalidade de atletas.

Existem evidências em relação ao tipo de personalidade do atleta e também em relação ao tipo de modalidade que esse atleta pratica, sendo coletiva ou individual. Atletas de esporte individual são normalmente mais introvertidos, enquanto atletas de esporte coletivo tendem a ser mais extrovertidos (HOWARD, 2013). Atletas envolvidos em esportes individuais tendem a ser mais egoístas, são mais introvertidos e mais competentes no aprendizado por formação de imagens, enquanto indivíduos extrovertidos têm maior capacidade de desempenho de memória, são mais objetivos diante de situações e se envolvem normalmente em esportes coletivos (DOBERSEK; BARTLING, 2008).

Dobersek e Bartling (2008) encontraram em sua pesquisa que atletas de esportes coletivos são mais egocêntricos e neuróticos quando comparados à atletas de esportes individuais e cita como razão para isso a necessidade de atletas de esportes individuais de serem mais estáveis psicologicamente, por

não terem um apoio em companheiros, como ocorre com uma equipe esportiva. Assim, indivíduos praticantes de esportes individuais são conseqüentemente mais estáveis, seguros e autossuficientes.

Encontrou-se no estudo de Behzadi et al. (2012) diferença significativa nas características da personalidade entre atletas de modalidades individuais e coletivas, destacando responsabilidade e extroversão mais evidente em atletas de esportes coletivos, enquanto foi mais evidente a neurose em atletas de esportes individuais. Indivíduos extrovertidos têm característica antissocial e agressiva, enquanto introvertidos estão mais ligados a características de ansiedade, fobia, depressão e transtornos.

Para Etemadi et al. (2010 apud DESHI; BAL, 2012, p. 10) com o objetivo de analisar características de personalidade de atletas em esportes individuais e coletivos, mostrando que indivíduos de esportes coletivos têm maiores níveis de consciência e autonomia, enquanto indivíduos de esportes coletivos possuem maiores níveis de atenção e maior facilidade com relações sociais.

Porém em contraposição, alguns esportes definidos como individuais precisam de características como excitação, grande movimentação e explosão, sendo fatores característicos de extroversão. Indivíduos extrovertidos são abertos e gostam de estímulos, mostrando assim uma relação sobre atletas de esportes individuais serem mais extrovertidos que atletas de equipes (ILYASI; SALEHIAN, 2011).

Atletas de modalidades individuais sentem maior influência de seus resultados, pois recebem respostas de maneira direta, tendo maior consciência de suas capacidades dentro do esporte, são muito focados em seus objetivos e agem de maneira inteligente ao tomar decisões (ILYASI; SALEHIAN, 2011).

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo teve como objetivo analisar diferenças nas características da personalidade de atletas de esportes individuais com esportes coletivos. Foi possível analisar pontos significantes que diferem esses grupos distintos de indivíduos.

O entendimento sobre as características da personalidade do atleta possibilita com que o psicólogo do esporte ou o treinador consiga lidar melhor com situações, resultando em um melhor desempenho do atleta ou da equipe.

A característica da personalidade é apenas um dos fatores psicológicos que interferem no desempenho do atleta, sendo a influência negativa ou positiva. Nesse estudo foram analisados também outros fatores que influenciam no desempenho atletas em diferentes modalidades esportivas.

Fatores como medo, ansiedade, sintomas depressivos, aspectos emocionais e questões de relacionamento social foram fatores analisados por autores em seus estudos, relacionando e comparando diferenças entre atletas de modalidades esportivas coletivas e individuais.

Em sua grande maioria, os estudos sugerem que atletas de esportes individuais tendem a ter personalidade relacionada a introversão, enquanto atletas de esportes coletivos tendem a ter personalidade relacionada a extroversão.

Atletas praticantes de esportes coletivos costumam ser mais extrovertidos, com maior facilidade de relacionamento, maior capacidade de comunicação e motivação, são mais objetivos, egocêntricos e neuróticos. São mais perfeccionistas pela necessidade de se destacarem dentro do grupo, são mais dependentes de outros indivíduos e lidam melhor com fatores como pressão, pois compartilham com o grupo.

Já os atletas de esportes individuais sofrem maior influência no desempenho de fatores como pressão, medo e ansiedade, tendem a ter mais sintomas depressivos, tem mais pensamentos negativos e são mais egoístas. Sofrem mais influências em seus resultados pelo fato de sua performance estar mais evidente e ser tratada como individual. Porém, são mais estáveis e seguros, por não terem apoio de um companheiro de equipe.

## REFERÊNCIAS

- ALLEN, M. S.; GREENLEES, I.; JONES, M. V. Personality in sport: A comprehensive review. **International Review of Sport and Exercise Psychology**. V.6, n.1 p.184-208, set. 2013.
- BARA FILHO, M.; RIBEIRO, L. C. S. R.; GARCIA, F. G. Comparação de características da personalidade entre atletas brasileiros de alto rendimento e indivíduos não-atletas. **Rev Bras Med Esporte**. V. 11, n. 2 – Mar/Abr, 2005.
- BARA FILHO, M.; RIBEIRO, L. S.; GARCIA, F. G. Personalidade de atletas brasileiros de alto-rendimento: comparações entre os sexos masculino e feminino e correlação com nível de performance e tempo de treinamento. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 5, n. 1, p. 31–39, 2005.
- BARA FILHO, M.G.; RIBEIRO, L.C.S. Personalidade e esporte: uma revisão. **R. bras. Ci. e Mov.** v. 13, n.2, p.101-110, 2005.
- BARTHOLOMEU, D.; MACHADO, A. A.; SPIGATO, F.; BARTHOLOMEU, L. L.; COZZA, H. F. P.; MONTIEL, J. M. Traços de personalidade, ansiedade e depressão em jogadores de futebol. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v.3, n. 4, jan./jun. 2010.
- BATINIC, T. S.; SVAIC, V.; BABIC, J. **Differences in emotional competence between individual and team sports athletes**. 2014. Disponível em: <[https://bib.irb.hr/datoteka/699811.Stibilj\\_Batinic\\_T.\\_Svaic\\_V.\\_Babic\\_J.\\_-\\_Differences\\_in\\_emotional\\_competence.pdf](https://bib.irb.hr/datoteka/699811.Stibilj_Batinic_T._Svaic_V._Babic_J._-_Differences_in_emotional_competence.pdf)>. Acesso em: 22 set. 2016.
- BECKER JÚNIOR, B. **Manual de psicologia do esporte & exercício**. Porto Alegre: Nova Prova, 2000.
- BEHZADI, F.; MOHAMMADPOUR, A.; HEDAYATIKATOOLI.; NOUROLLAHI, H. A Description and Comparison of Personality Traits of Competitive Individual and Team Athletes. **Annals of Biological Research**. v.3, n.1, p. 36-40, 2012.
- BIGLARI, S.; SANATKARAN, A.; BAHARI, S. M.; MONTAZERI, M. The Comparison of Team and Individual Male Athletes, Mental Toughness at Different Levels of Skills. **Intl. J. Basic. Sci. Appl. Res.** v. 4, n. 2, p.127-132, 2015.
- BRANDÃO, M. R. **Novas Tendências da psicologia do esporte na perspectiva da performance, atividade física e qualidade de vida**. X Congresso Brasileiro III Congresso Internacional de Psicologia do Esporte. Rio de Janeiro, set. 2003.
- Diwana, F. **Atletas solitários: Praticantes de esportes individuais se adaptam para treinar e competir sob pressão e responsabilidades maiores**. 2005. Disponível em: <[http://www.ceme.eefd.ufrj.br/ive/boletim/bive200510/imprensa%5Cjb%5Cpdf\\_jb%5CAtletas.pdf](http://www.ceme.eefd.ufrj.br/ive/boletim/bive200510/imprensa%5Cjb%5Cpdf_jb%5CAtletas.pdf)> Acesso em: 25 set. 2016.

CHAND, L. A study among individual sports, combine sport and team sports on competition sport anxiety. **International Journal of Applied Research**. v.1, n.7, p. 525-528, 2015.

DHESI, S. S.; BAL, B. S. Analysis of the Personality Traits of Athletes in Individual and Team Sports. **IJEAR** v. 2, p. 9-11, jul./dec. 2012.

DOBERSEK, U.; BARTLING, C. Connection between personality type and sports. **American journal of psychological research**. v.4, n.1, p. 21-28, jun. 2008.

FERNANDES, L. H. O. O medo e a ansiedade no esporte em modalidade coletiva e individual. Mogi das Cruzes, 2015. **Anais...** Mogi das Cruzes: Universidade de Mogi das Cruzes, 2015. p. 1-4 Disponível em: <[http://www.umc.br/\\_img/\\_diversos/pesquisa/pibic\\_pvic/XVIII\\_congresso/artigos/Lucas%20Henrique%20de%20Oliveira%20Fernandes%20-%20Resumo%20Expandido.pdf](http://www.umc.br/_img/_diversos/pesquisa/pibic_pvic/XVIII_congresso/artigos/Lucas%20Henrique%20de%20Oliveira%20Fernandes%20-%20Resumo%20Expandido.pdf)>. Acesso em: 6 abr. 2016.

HOWARD, K. **BTEC Sport Level 2 Assessment Guide: Unit 3**. Hodder, Education, 2013.

ILYASI, G.; SALEHIAN, M. H. Comparison of Personality Traits Between Individual and Team Athlete. **Middle-East J. Sci. Res**. v.9, n.4, p. 527-530, 2011.

KELLER, B; BRAGA, A. M.; COELHO, R. W. Relacao entre a personalidade e lesões musculares em atletas de tênis de campo. **Rev Bras Med Esporte** – v. 19, n. 2, mar./abr. 2013.

MOUSAVI, S. H. Evaluation and Comparison of Individual and Group Sports in the Social Adjustment of Students. **International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences**. v.2, n.1, jan. 2012.

NIXDORF, I.; FRANK, R.; BECKMANN, J. Comparison of Athletes' Proneness to Depressive Symptoms in Individual and Team Sports: Research on Psychological Mediators in Junior Elite Athletes. **Frontiers in Psychology**. v.7, n.893, jun. 2016.

UNESCO. **Psicologia do esporte** (Cadernos de referência de esporte). Brasília, Fundação Vale, 2013. 36 p.

RADZI, J. A.; YUSOF, S. M.; ZAKARIA, A. A. Pre-competition anxiety levels in individual and team sports athletes. **International Conference on Social Science Research**, Penang, v.4, n.5, p. 1197-1206, jun. 2013.

SOFLU, H. G.; ESFAHANI, N.; ASSADI, H. The Comparison of emotional intelligence and psychological skills and their relationship with experience among individual and Team athletes in superior league. **Procedia - Social and Behavioral Sciences**. v. 30, p. 2394 – 2400, 2011.

WEINBERG, R S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.