



Ciencia Latina
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), enero-febrero 2024,
Volumen 8, Número 1.

DOI de la Revista: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1

**A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL, A GESTÃO DE
CONFLITOS E AS HABILITAÇÕES LITERÁRIAS
EM ATLETAS DE FORMAÇÃO EM FUTEBOL, COM
IDADES ENTRE OS 15 E OS 19 ANOS**

**EMOTIONAL INTELLIGENCE AND CONFLICT MANAGEMENT IN
YOUTH FOOTBALL ATHLETES, CONSIDERING THEIR
EDUCATIONAL QUALIFICATIONS, AGED BETWEEN 15 AND 19
YEARS OLD**

Tiago Manuel Teixeira da Costa
Universidade Fernando Pessoa

Tiago Manuel Teixeira da Costa
Universidade Fernando Pessoa

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.10470

A inteligência emocional, a gestão de conflitos e as habilitações literárias em atletas de formação em futebol, com idades entre os 15 e os 19 anos

Tiago Manuel Teixeira da Costa

<https://orcid.org/0009-0001-2566-8715>

Universidade Fernando Pessoa

Ana Rodrigues da Costa

<https://orcid.org/0000-0003-4428-2989>

Universidade Fernando Pessoa

RISE, UFP

CIPD, Lusíada

Porto, Portugal

RESUMO

O estudo da Inteligência Emocional e da Gestão de Conflitos tem vindo a tornar-se cada vez mais relevante na formação de atletas, sendo que a Inteligência emocional tem vindo a ser definida pela habilidade que um sujeito tem de compreender, expressar, gerir e perceber emoções. Sendo que estes jovens atletas experienciam diversas emoções em campo no decorrer do jogo, assim como todos os agentes desportivos intervenientes no mesmo, torna-se importante compreender as competências destes para lidar com as emoções dos próprios, dos seus pares, mas também de outros agentes desportivos. Desta forma este trabalho foi desenvolvido com o objetivo de avaliar a Inteligência Emocional e a forma como esta se relaciona com a gestão de conflitos por parte dos atletas de formação, na modalidade futebol, considerando as habilitações literárias, com idades entre os 15 aos 19 anos, em contexto competitivo. Na investigação participaram 56 sujeitos com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos ($M = 17,09$; $Dp = 1,269$). A recolha de dados foi efetuada através do preenchimento de três questionários: Questionário Sociodemográfico, Questionário de Competências Emocionais (ESQC) adaptado para a população portuguesa por Faria e Lima Santos (2005) e Questionário Breve de Gestão Construtiva de Conflitos. Quanto aos resultados os atletas com o ensino secundário apresentam maiores competências emocionais e estratégias de resolução de conflitos mais eficazes que os atletas com o ensino básico. Também verificámos que as Competências Sociais (Capacidade de Lidar com a Emoção, Perceção Emocional, Expressão Emocional) se correlacionam positiva e significativamente com a Gestão de Conflitos (Anuência, Dominância, Compromisso).

Palavras-chave: Inteligência Emocional; Atletas de Formação de Futebol; Gestão de Conflitos; Psicologia do Desporto

Emotional Intelligence and Conflict Management in Youth Football Athletes, considering their educational qualifications, aged between 15 and 19 years old

ABSTRACT

The study of Emotional Intelligence and Conflict Management has become increasingly relevant in the training of athletes, and Emotional Intelligence has been defined by the ability that a subject has to understand, express, understand and perceive emotions. Since these young athletes experience different emotions on the field during the game, as well as all the sports agents involved in it, it becomes important to understand their skills to deal with the emotions of themselves, their peers, but also other agents. sports. In this way, this work was developed with the objective of evaluating Emotional Intelligence and the way in which it relates to conflict management on the part of training athletes, in the football, taking into account their educational qualifications, from 15 to 19 years old, in a competitive context. The investigation involved 56 subjects aged between 15 and 19 years ($M = 17.09$; $SD = 1.269$). Data collection was carried out by completing three attempts: Sociodemographic Questionnaire, Emotional Competence Questionnaire (ESQC) adapted for the Portuguese population by Faria and Lima Santos (2005) and Brief Questionnaire on Constructive Conflict Management. As for the results, athletes with secondary education have greater emotional competences and more effective conflict resolution strategies than athletes with primary education. We also found that Social Skills (Ability to Deal with Emotion, Emotional Perception, Emotional Expression) correlated positively and significantly with Conflict Management (Agreeableness, Dominance, Compromise).

Key-words: Emotional intelligence; Training Athletes in Football; Conflict management; Sports Psychology

*Artículo recibido 15 febrero 2024
Aceptado para publicación: 10 abril 2024*



INTRODUÇÃO

O presente estudo tem como tema principal a inteligência emocional e a gestão de conflitos em atletas de formação praticantes da modalidade futebol, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos. Assim ao longo deste estudo procuraremos responder à questão de partida: Será que a Inteligência Emocional e a Gestão de Conflitos são relacionáveis entre si no contexto desportivo, em níveis de formação? Se sim, de que forma?

A Inteligência Emocional, também designada como Competência Emocional, é a habilidade de perceber e reconhecer emoções, gerar emoções para apoiar o pensamento, compreender emoções e pensamentos baseado nelas, e regulamentar reflexivamente as emoções para promover o desenvolvimento emocional e intelectual (Mayer & Salovey, 1997) e utilizando essa informação de forma a orientar o pensamento e ação (Salovey & Mayer, 1990). Desta forma a Inteligência Emocional desempenha um papel importante no que diz respeito às ciências do desporto.

A Inteligência Emocional está presente em vários contextos do desenvolvimento humano, como família, escola e trabalho, contribuindo para a melhoria das habilidades sociais e para o comportamento mais adaptativo e eficaz. O desenvolvimento da inteligência e da inteligência emocional, considerados recursos humanos valiosos, depende da incorporação de normas e valores sociais que estabelecem critérios de sucesso e fracasso, bem como da distribuição de reforços e punições. Isso não pode ser concebido independentemente dos critérios de valorização e objetivos da cultura em geral e da escola e do trabalho em particular (Faria, 2002).

Mayer e Salovey (2007) ao procurarem focalizar a inteligência emocional como um conjunto de capacidades ou habilidades mentais, passam a defini-la em termos de quatro grupos de habilidades relacionadas: (1) A percepção e identificação emocional; (2) A facilitação emocional; (3) Compreender a emoção; (4) Regulação emocional.

Segundo Ninivaggi (2019), a inteligência emocional consiste em quatro habilidades inter-relacionadas: (1) identificar as próprias emoções; (2) compreender as emoções dos outros; (3) controlar as próprias emoções; (4) modificar as emoções dos outros.

Essas habilidades são sustentadas por três processos cognitivos: atenção, memória e raciocínio (Ninivaggi, 2019). Enfatiza a importância das interações sociais e culturais no desenvolvimento da



inteligência emocional, argumentando que a interação social e cultural é crucial para o desenvolvimento de habilidades de reconhecimento e regulação de emoções. Além disso, sugere que a inteligência emocional é influenciada por fatores biológicos, tais como genética e neurobiologia, e fatores ambientais, como educação, cultura e meio social (Ninivaggi, 2019).

De acordo com o modelo proposto por Ninivaggi (2019), a inteligência emocional é uma abordagem mais integrada, onde todas as habilidades são fundamentais e as ações emocionais são influenciadas por processos cognitivos, bem como por fatores biológicos e ambientais. A emoção é uma parte fundamental de qualquer experiência competitiva (Jekauc, 2018) e pode afetar a percepção, cognição, neurofisiologia, motivação, comportamento, expressão motora, sentimento do sujeito e decisões de um atleta. Isso pode influenciar positivamente ou negativamente o desempenho desportivo (Vaughan, Laborde & McConville, 2019). Situações causadoras de *stress* e emocionantes na competição, juntamente com a dificuldade de controlar as emoções e a raiva, podem levar a erros desportivos e punições. Por isso, é importante que os atletas usem técnicas eficazes de regulação para alcançar o sucesso desportivo e minimizar erros e lesões (Ivarsson & Johnson, 2010). Uma das habilidades mais importantes para ajudar os atletas a terem uma atitude benéfica em situações stressantes é a inteligência emocional, ou seja, a capacidade de reconhecer e nomear as próprias emoções e as de outras pessoas de maneira apropriada (Mayer, Salovey & Caruso, 2004). Há a hipótese de que a alta inteligência emocional pode prevenir o comportamento desportivo não convencional nas competições. No entanto, existem poucos estudos que apoiam o papel da inteligência emocional na prevenção de lesões desportivas e na minimização de comportamentos não convencionais entre atletas profissionais (Kopp & Jekauc, 2018).

Costa e Matos (2007) no seu estudo defenderam que alunos com competências emocionais fortes tendem a usar estratégias de gestão de conflitos mais eficazes. No entanto, em situações de conflito, os alunos precisam de recursos emocionais que nem sempre possuem, o que pode levar a dificuldades na gestão das suas emoções. Isso pode resultar em estratégias ineficazes, como maximização ou minimização das emoções, ou até mesmo em desorganização emocional e comportamental (Costa & Matos, 2007).



Apesar da literatura sugerir que os mais jovens e com menores habilitações literárias se percecionam a si mesmos como tendo maiores capacidades de lidar com a emoção e maior capacidade de perceber a emoção dos outros, é colocada a possibilidade de este facto se dever a uma tendência da população mais jovem tendencialmente procurar ser mais otimista na sua autoavaliação, sendo que sujeitos com idades mais avançadas e maiores habilitações literárias tendencialmente com o avançar do tempo se tornam mais realistas nas suas autoavaliações e autocaracterização do que sujeitos mais jovens (Faria & Lima Santos, 2005).

Uma outra variável que consideramos é a Gestão de Conflitos. O conflito pode ser definido como uma propriedade das interações humanas (Giddens, 1995). É um processo transversal que também está presente em todos os níveis da vida humana, tanto em escala macro quanto micro, incluindo níveis pessoais, interpessoais e familiares (Gonçalves, 2003). É um processo transversal que é também responsável pela mudança em todos os níveis da vida humana, quer em termos macrossociais quer em termos micro, isto é, a nível pessoal, interpessoal e familiar (Gonçalves, 2003).

Os conflitos têm por base enviesamentos cognitivos ou distorções perceptivas (Cunha & Leitão, 2012). Um conflito pode ser descrito como uma situação de divergência em relação a algo que é significativo para os envolvidos; existe um confronto entre as partes, um interesse em ser “vencedor” e não na solução do conflito; hostilidade declarada entre as partes; e trata-se de uma situação de opção entre dois ou mais comportamentos, mutuamente exclusivos (Almeida, 1992).

É também usual distinguir-se entre conflito e problema, com o intuito de se promover a assertividade e também de evitar a possível escalada irracional por parte dos envolvidos (Cunha & Leitão, 2012).

Todos os conflitos são originados por um ou mais problemas, no entanto nem todos os problemas irão originar obrigatoriamente conflitos. De forma racional a resolução de problemas (com menor complexidade e maior facilidade de resolução que conflitos) poderá conduzir a uma redução de conflitos (Cunha & Leitão, 2012).

A teoria da aprendizagem social inclui o processo de imitação de comportamentos aprendidos a partir de modelos, mas também se baseia na teoria do processamento da informação. O entendimento de que certos processos cognitivos influenciam o comportamento aberto levou à noção de que a percepção de



suas habilidades (autoeficácia) afeta o comportamento e a eficiência na resolução de problemas, como refere Bandurra (1976).

A estrutura e a dinâmica de um conflito dependem de três elementos, sendo estes, as pessoas, o processo e os problemas (Binaburo & Muñoz, 2007; Sánchez, 2013), sendo também igualmente importante distinguir entre posições, interesses e necessidade das partes (Torrego, 2000).

Objetivos

Quanto aos objetivos temos a considerar os seguintes:

(1) Verificar se existem diferenças quanto à Inteligência Emocional considerando as habilitações literárias dos atletas; (2) Verificar se existem diferenças no que diz respeito à Gestão de Conflitos considerando as habilitações literárias dos atletas; (3) Verificar se existe relação entre a Inteligência Emocional e a Gestão de Conflitos.

MÉTODO

Os participantes são 56 atletas em formação na modalidade de futebol, em atividade desportiva e competitiva, do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos de idade ($M = 17,09$; $Dp = 1,269$), a competir desde competições regionais a competições nacionais. De entre estes 56 participantes, 15 têm como habilitações literárias o Ensino Básico e 41 o Ensino Secundário, o que pode ser constatado na Tabela 1:

Tabela 1

Caraterização dos participantes considerando a idade e as habilitações literárias

Habilitações	Idade		Total N(%)
	15 a 17 N(%)	18 a 19 N(%)	
Ensino Básico	10 (32,3%)	5 (20%)	15 (26,8%)
Ensino Secundário	21 (67,7%)	20 (80%)	41 (73,2%)
Total	31 (100%)	25 (100%)	56 (100%)



Materiais

Para a consecução dos objetivos deste estudo foram aplicados três instrumentos, que descrevemos brevemente, a seguir.

O questionário sociodemográfico é constituído por cinco questões de resposta rápida e objetiva, que permitem conhecer aspetos como a idade, sexo, estado civil, habilitações literárias e se praticam desporto a nível competitivo.

O Questionário Breve de Capacidade de Gestão Construtiva de Conflitos, foi desenvolvido para o presente estudo, constituído por um total de 17 itens, respondidos numa escala de Likert de 6 pontos, entre “Nunca” e “Sempre”, separados por 2 subescalas, Boa Capacidade de Gestão Construtiva de Conflitos e Capacidade de Gestão Construtiva de Conflitos Deficitária. Para além destes 17 itens inclui ainda 4 questões abertas. Este questionário é constituído por 3 dimensões: Anuência (7 itens), Compromisso (3 itens) e Dominação (7 itens). A confiabilidade (consistência interna) foi obtido através do cálculo do *alfa* de Cronbach, Anuência ($\alpha=0,902$), Dominância ($\alpha=0,881$), Compromisso ($\alpha=0,840$) e Escala total ($\alpha=0,908$).

O Questionário de Competência Emocional (ESCQ) elaborado por Taksic´ (2000) e adaptado à população portuguesa por Faria e Lima Santos (2001) baseia-se no modelo teórico de Mayer e Salovey (1997) e inclui 45 itens, avaliados numa escala Likert de 6 pontos, entre "Nunca" e "Sempre", divididos em três dimensões: Perceção Emocional (15 itens), Expressão Emocional (14 itens) e Capacidade para Lidar com a Emoção (16 itens).

Procedimento

Antes de iniciar o projeto foi necessário efetuar uma revisão bibliográfica de forma a possuir um maior conhecimento acerca do tema e a conseguir compreender verdadeiramente aquilo que pretendia estudar e investigar.

De seguida elaborámos um projeto para solicitar o parecer da Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa, que englobou os objetivos do estudo, o tipo de estudo, o contexto em que seria implementado, assim como os participantes, salvaguardando desde o início quais seriam os critérios de inclusão e de exclusão. Neste foi ainda descrito qual seria o procedimento de acesso aos participantes.



Após a obtenção de parecer positivo para a realização deste estudo por parte da Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa, demos início a este projeto de investigação.

A administração dos materiais foi iniciada pela mesma ordem, a saber: 1º Questionário Sociodemográfico; 2º Questionário Breve de Capacidade de Gestão Construtiva de Conflitos e em 3º Questionário de Competência Emocional (ESCQ).

APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Apresentamos os resultados objetivo a objetivo.

Objetivo 1: Verificar se existem diferenças quanto à Inteligência Emocional considerando as habilitações literárias dos atletas.

Com base nos resultados obtidos e descritos na tabela 2, existem diferenças estatisticamente significativas ao nível da Capacidade de Lidar com a Emoção, da Perceção da Emoção e da Escala Total de Competências Emocionais. No que diz respeito à Expressão da Emoção não se verificam diferenças estatisticamente significativas.

Tabela 2

Diferenças quanto à Inteligência Emocional considerando as habilitações literárias

	Ensino Básico (n=15) Ordem média	Ensino Secundário (n=41) Ordem média	U
Capacidade Lidar	19,30	31,87	445,500*
Expressão Emocional	21,80	30,95	408,000
Perceção Emocional	19,07	31,95	449,500*
Escala Total	19,32	31,84	444,500*

* $p < 0,05$



Objetivo 2: Verificar se existem diferenças no que diz respeito à Gestão de Conflitos considerando as habilitações literárias dos atletas

Com base nos resultados obtidos, apresentados na tabela 3, foi possível encontrar diferenças significativas, isto é, os atletas com maiores habilitações literárias (ensino secundário) apresentaram valores mais elevados na Gestão de Conflitos (Anuência, Compromisso e Dominância).

Tabela 3

Diferenças na Gestão de Conflitos considerando as habilitações literárias

	Ensino Básico (n=15) Ordem média	Ensino Secundário (n=41) Ordem média	U
Anuência	19,63	31,74	440,500*
Dominância	18,80	32,05	453,000*
Compromisso	20,70	31,35	424,500*
Escala Total	12,27	32,61	476,000*

*p<0,05

Verificar se existe relação entre a Inteligência Emocional e a Gestão de Conflitos

Com base nos resultados obtidos, descritos na tabela 4, foi possível verificar a existência de correlações positivas significativas entre todas as subescalas dos Questionários de Competência Emocional (Capacidade de lidar com as Emoções, Expressão Emocional, Percepção Emocional) e de Gestão de Conflitos (Anuência, Dominância, Compromisso) como podemos verificar na Tabela 4.

Tabela 4

Correlação entre as escalas de Competência Emocional e a Gestão de Conflitos

	Anuência	Dominância	Compromisso
Capacidade de Lidar com a Emoção	0,700**	0,530**	0,725**
Expressão Emocional	0,671**	0,498**	0,609**

Percepção Emocional	0,683**	0,501**	0,693**
---------------------	---------	---------	---------

**p< 0,001

DISCUSSÃO

Quanto ao 1º objetivo pretendeu-se verificar se existem diferenças entre atletas com habilitações literárias com o nível do ensino básico quando comparados com atletas com do ensino secundário, no que diz respeito à Inteligência Emocional. Podemos referir que se verificou que os atletas com habilitações correspondentes ao ensino secundário registaram valores acima dos obtidos por atletas com o ensino básico, ao nível de Percepção Emocional, da Capacidade de Lidar Com a Emoção e da Escala Total, o que corresponde a maior competência emocional do que os atletas com menos habilitações literárias (ensino básico).

Ninivaggi (2019) corrobora este resultado quando refere que a inteligência emocional é influenciada por diversos fatores como educação e cultura. Assim, maior educação e cultura promovem maiores competências emocionais.

No que tange ao 2º objetivo em que pretendemos verificar se existem diferenças entre atletas com habilitações literárias com o nível do ensino básico quando comparados com atletas com do ensino secundário, no que diz respeito à Gestão de Conflitos, em atletas entre os 15 e os 19 anos, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas na amostra apresentada quanto às habilitações académicas considerando a Gestão de Conflitos (Anuência, Dominância, Compromisso) sendo que os atletas com maiores habilitações literárias (ensino secundário) apresentaram valores mais elevados em todas as subescalas que os atletas com menores habilitações literárias (ensino básico). Isto indica-nos que os atletas com maiores habilitações literárias fazem um melhor uso dos três estilos de Gestão de Conflitos. Também estes resultados vão de encontro à teoria de aprendizagem social de Bandura (1976) em que é esperado que ao longo da sua formação os sujeitos aprendam modelos que auxiliem na resolução de problemas, que suporta uma boa capacidade de gestão de conflitos segundo Cunha e Leitão (2012).

Quando consideramos o 3º objetivo verificamos que há uma correlação positiva significativa entre as competências emocionais e a gestão de conflitos. Assim, quanto maiores as competências emocionais maior a facilidade em gerir conflitos, o que está de acordo com os estudos de Costa e Matos (2007).

CONCLUSÃO

Com o presente estudo pretendemos contribuir para o crescendo de estudos na área da Psicologia do Desporto. Este estudo revela-se também pertinente principalmente quando se leva em consideração o campo de futebol como sendo um ambiente propício a conflitos, dadas as dimensões e o contacto físico e verbal inerente ao jogo, sendo mesmo atribuída uma função social ao futebol de comparável àquela do trabalho, mas também como uma espécie de drama social com valor simbólico para os espetadores, por representar conflitos que, de outro modo, seriam menos aparentes (Stemme, 1981). Este artigo, retirado de um estudo maior, tem como objetivos verificar se existem diferenças quanto às Competências Emocionais (Capacidade de Lidar com a Emoção, Expressão Emocional, Perceção Emocional) e a Gestão de Conflitos (Anuência, Compromisso e Dominação) considerando as habilitações literárias de atletas em formação de futebol, dos 15 aos 19 anos e ainda se existe relação entre ambas.

Como principais resultados podemos constatar que consoante as habilitações literárias destes participantes existia ainda uma maior ou menor capacidade de gestão de conflitos, sendo que os atletas com maiores competências literárias, revelaram melhores capacidades de resolução de conflitos. No que diz respeito às competências emocionais quando estas se relacionam com as habilitações literárias, verifica-se que os atletas com maior formação académica apresentam maior Capacidade de Lidar com a Emoção, de Perceção da Emoção e no Total das Competências Emocionais, no entanto as diferenças não são significativas no que tange à Expressão da Emoção.

Do ponto de vista prático podemos utilizar este estudo para compreender qual o estado atual destes atletas quer a nível de Competências Emocionais quer a nível de Gestão de Conflitos e procurar trabalhar junto destes, com programas de treino de competências para que tenham uma maior facilidade de solução de problemas e conflitos, entre outras, quer na sua atividade desportiva, quer no seu dia a dia. Também é importante motivar os atletas a adquirirem uma maior educação formal pois uma maior



frequência da escola parece ter um papel positivo quer no desenvolvimento das competências emocionais, no seu controlo como na utilização de estratégias mais eficazes na resolução de conflitos. Ao longo deste estudo existiram algumas limitações, nomeadamente no que diz respeito ao acesso aos participantes. Apesar de várias tentativas de contacto por meios variados, nomeadamente e-mail, contacto telefónico, contacto presencial, diversos clubes não deram resposta ao pedido de colaboração no estudo, sendo que também aconteceu de clubes comprometerem-se com a participação, no entanto nunca terem devolvido os dados. Também no acesso aos participantes o preconceito e as ideias erradas para com a área da Psicologia, provocaram também a não participação por parte de alguns menores de idade, sendo que este preconceito partia dos progenitores. Ainda do ponto de vista prático podemos constatar que ainda existe um longo caminho a percorrer naquela que é a compreensão da importância de componentes de treino, que não aquelas que são o treino físico.

Consideramos que será importante continuar este estudo, alargar não só o número de participantes, mas aplicá-lo a outras modalidades desportivas, para além do futebol.

BIBLIOGRAFIA

- Almeida, F. N. (1992). *Comportamentos de sucesso – Psicologia aplicada à gestão*. McGraw-Hill.
- Bandura, A. (1976). *Social learning theory*. Prentice-Hall.
- Binaburo, J. A. I., & Muñoz, B. M. (2007). *Educar desde el conflicto: Guía para la mediación escolar*. CEAC Educación.
- Costa, M., & Matos, P. (2007). *Abordagem Sistémica do Conflito*. Universidade Aberta
- Cunha, P., & Leitão, S. (2012) *Manual de gestão construtiva de conflitos*. Edições Universidade Fernando Pessoa (2ª ed.).
- Faria, L., & Lima Santos, N. (2005). Inteligência emocional: Adaptação do “Emotional Skills and Competence Questionnaire” (ESQC) ao contexto português. *Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da UFP*, 2, 275-289.
- Giddens, A. (1995). *Novas regras do método sociológico*. Gradiva.
- Gonçalves, C. M. (2003). Escola e família: Uma relação necessária e conflitual. In M. E. Costa (Coord.), *Gestão de conflitos na escola*, 97-142. Universidade Aberta.



- Ivarsson, A., & Johnson, U. (2010). Psychological factors as predictors of injuries among senior soccer players. A prospective study. *Journal of sports science & medicine*, 9(2), 347–352.
- Jekauc D. (2018) Emotionen im sport. *Zeitschrift für Sportpsychol*, 25(2):51–2. doi: 10.1026/1612-5010/a000229.
- Kopp, A., & Jekauc, D. (2018). The Influence of Emotional Intelligence on Performance in Competitive Sports: A Meta-Analytical Investigation. *Sports (Basel, Switzerland)*, 6(4), 175. <https://doi.org/10.3390/sports6040175>
- Lane, A. M., Thelwell, R. C., Lowther, J., & Devonport, T. J. (2009). Emotional intelligence and psychological skills use among athletes. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(2), 195-201. <https://doi.org/10.2224/sbp.2009.37.2.195>
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14(3), 229-252. <https://doi.org/10.1123/tsp.14.3.229>
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). TARGET ARTICLES: "Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications". *Psychological Inquiry*, 15, 197 - 215.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (2007). ¿Qué es la inteligencia emocional? In J. M. M., Navas, & P. F., Berrocal. (Coord.). *Manual de inteligencia emocional*. 25-45. Anaya.
- Nicolas, M., Martinent, G., Millet, G., Bagnieux, V., & Gaudino, M. (2019). Time courses of emotions experienced after a mountain ultra-marathon: Does emotional intelligence matter? *Journal of Sports Sciences*, 37(16), 1831-1839. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1597827>
- Ninivaggi, F. J. (2019). Emotional Intelligence and Mindfulness. *Learned Mindfulness: Physician Engagement and M.D. Wellness*, 47-71. Academic Press. doi: [10.1016/B978-0-12-816484-6.00003-8](https://doi.org/10.1016/B978-0-12-816484-6.00003-8).
- Rahim, M. A. (1992). *Managing Conflict in Organizations*. Westport
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Stemme, F. (1981). A psicologia social no futebol. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 33(1-2), 106-115.



- Stocker, J., & Faria, L. (2012). Competência percebida no ensino secundário: Do conceito à avaliação através de um questionário compósito. *PSICOLOGIA*, 26(2), 113–140.
<https://doi.org/10.17575/rpsicol.v26i2.273>
- Torrego, J. (Coord.) (2000). Mediação de conflitos de instituições educativas: *Manual para a formação de mediadores*. Madrid: Narcea Ediciones.
- Vaughan, R., Laborde, S., & McConville, C. (2019). The effect of athletic expertise and trait emotional intelligence on decision-making. *European journal of sport science*, 19(2), 225–233.
<https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1510037>

