

Diagnóstico de personalidad en deporte de competición: fútbol

Rodríguez Pérez, M^a C.; Navarro García, R.; Navarro Navarro, R.; Ruiz Caballero, J.A.; Brito Ojeda, E.; Navarro Valdivielso, M.

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Las Palmas de Gran Canaria

Introducción

La Psicología de la Actividad Física y del Deporte es un Área de la Psicología Aplicada cuyo objeto de estudio es el comportamiento en el ámbito de la actividad física y el deporte. Tiene como eje básico y fundamental a la Psicología científica de la cual se constituye como un área de aplicación. Esta disciplina se apoya, aunque en menor medida, en los conocimientos específicos provenientes de las Ciencias del Deporte.

Este reconocimiento ha sido realizado no sólo por deportistas y entrenadores, sino por los propios psicólogos del deporte que han situado como principal tema la preparación psicológica para optimizar el rendimiento deportivo.

Durante los últimos Juegos Olímpicos, varias selecciones españolas como las de fútbol, baloncesto femenino, jockey, ciclismo y gimnasia, incluyeron programas de entrenamiento psicológico durante el periodo de su preparación olímpica. Dicho interés se ve reflejado en el incremento de investigaciones y publicaciones sobre el entrenamiento psicológico aplicado al deporte realizado durante las últimas décadas.

Se analizan las teorías más significativas de los factores personales en el deporte. Se describe la personalidad considerando las diferencias individuales y su relación con la acción deportiva. Se centra la atención en el análisis de la personalidad de los jugadores de fútbol, para explicar cómo se integran en las diferentes situaciones y contextos.

Introduce cuestiones relativas a la evaluación y el diagnóstico en

Psicología del Deporte. Describe la evaluación de las características personales en el deporte de competición y variables diagnosticadas junto al objeto de la investigación.

La investigación que hemos llevado a cabo con deportistas de competición en general y con jugadores de fútbol en particular. Se describe el diseño de la investigación empírica mediante la exposición de la metodología a seguir. Se pretende contribuir al proceso de validación y adaptación del Cuestionario de Personalidad utilizado aportando evidencias que justifiquen el uso de este instrumento con deportistas de competición. Se pretende contribuir al proceso de validación y adaptación del Cuestionario de Personalidad utilizado aportando evidencias que justifiquen el uso de este instrumento con deportistas de competición. Se pretende concluir esta investigación mediante la discusión y conclusiones finales del estudio.

Con frecuencia los componentes psicológicos y emocionales trascienden los aspectos puramente físicos y técnicos de la ejecución deportiva, tanto el éxito como el fracaso de un jugador proceden de una combinación de capacidades condicionales físicas (fuerza, resistencia, velocidad, coordinación, equilibrio y técnica) y psicológicas (concentración, control, confianza, autoestima y seguridad).

La mayoría de los entrenadores consideran que toda ejecución deportiva posee un componente psicológico de, al menos, el 90%. Sin embargo muchos deportistas dedican entre 7 y 15 horas semanales al entrenamiento físico y deportivo y

muy pocas o ninguna al entrenamiento mental (Weinberg y Gould, 1996).

La Psicología del Deporte lleva a cabo el estudio científico de las personas y sus acciones en contextos deportivos. La mayoría de los estudios apuntan hacia dos objetivos:

1. Aprender el modo en que los factores psicológicos afectan al rendimiento deportivo.
2. La comprensión de la forma en que la participación deportiva afecta al desarrollo, salud y bienestar personal.

En este sentido, las investigaciones realizadas buscan respuestas a múltiples cuestiones, entre las cuales y a modo de ejemplo destacamos las siguientes:

- ¿Cómo afecta la ansiedad a la precisión de un jugador?
- ¿La autoconfianza influye en la capacidad de un deportista para realizar ejecuciones deportivas adecuadas?
- ¿Cómo influye el comportamiento de un entrenador en la cohesión y cooperación de los miembros de un equipo deportivo?
- ¿La actividad deportiva reduce la ansiedad de los deportistas o la aumenta?
- ¿La participación en actividades deportivas de competición potencia el desarrollo de la personalidad?

A los deportistas les hace falta mejorar o intensificar su concentración, confianza, motivación y preparación mental, siendo todo ello posible gracias al "... entrenamiento de habilidades psicológicas" (Sachs, 1991). Así pues.

Se trata de formar a los deportistas en el desarrollo de habilidades psicológicas condicionales para el aprendizaje, mantenimiento y mejora del rendimiento en la actividad deportiva que realizan, (Martens, 1987).

Antecedentes de la Psicología del Deporte

Los hallazgos de las personas interesadas han permitido el avance, la discusión y el debate saludable en congresos y publicaciones profesionales.

Se atribuye a Coleman Griffith la paternidad de la Psicología del Deporte americana (Kroll y Lewis, 1970) por ser pionero en la colaboración con entrenadores para incrementar el rendimiento deportivo. Las aportaciones de Griffith estuvieron centradas en el estudio de la personalidad en el deporte y la influencia del estrés en el rendimiento deportivo.

Olgivie y Tutko (1966) despertaron un considerable interés hacia la Psicología del Deporte al investigar exhaustivamente la personalidad de los deportistas y desarrollar un inventario de motivación atlética que pretendió dar una medida de la motivación de los deportistas.

Actualmente la Psicología del Deporte se inserta en las Ciencias del Deporte por entender que las capacidades físicas, autocontrol emocional, la autovaloración precisa de los límites funcionales, la fijación de metas y planes y el valor del logro.

Enfoques en el estudio de la personalidad

Muchos teóricos han intentado definir la personalidad y se han puesto de acuerdo en una descripción de unicidad. La *personalidad* se refiere a las *características, o combinación de las mismas, que hacen que una persona se única*.

Para comprender la personalidad hemos de analizar su estructura. Está dividida en varios niveles relacionados entre sí y este fue el objetivo de Hollander (1967) y Martens (1975) al considerar tres niveles en la personalidad.

1. **Núcleo psicológico:** constituye el nivel más básico de la personalidad y en él se incluyen a los valores, las actitudes, los intereses, los motivos y los pen-

samientos sobre uno mismo y la propia valía. No sólo es el más interno y el más difícil de conocer sino también la parte más estable de la personalidad, siendo notable su invariabilidad a lo largo del tiempo.

2. **Respuestas típicas:** entendidas como las vías por las que aprendemos a adaptarnos al entorno y las formas de reaccionar ante las situaciones. Nuestras respuestas típicas son indicadoras del núcleo psicológico.
3. **Conductas relativas al rol:** relacionadas con el desenvolvimiento social. Es el aspecto más variable dado que el cambio se produce en la medida en que cambian las percepciones del entorno. Son las acciones externas relativas al papel que desempeñamos y que están sometidas a influencias ambientales.

A la personalidad le convienen tanto la estabilidad como los cambios. En lo que respecta a nuestra investigación podemos contribuir a la eficacia de los entrenadores si somos capaces de comprender los distintos niveles de la estructura de la personalidad.

En lo que al estudio de la personalidad orientada al ejercicio físico y el deporte se refiere, en Psicología se han desarrollado tres enfoques:

1. Rasgo.
2. Situacional
3. Interactiva.

Fundamentos de los rasgos de personalidad

Representa la tendencia característica que muestra un individuo a actuar y comportarse de una cierta manera.

Un entrenador puede, por ejemplo, afirmar con cierto grado que un jugador está más seguro de sí o que es más agresivo que otro. La mejor definición de rasgo psicológico resulta de las distinciones establecidas por Allport (1961): "... una estructura neuropsicológica que transforma los estímulos en sus equivalentes funcionales y suscita o controla formas de comportamiento coherentes". Allport es uno de esos teóricos que estaban tan en lo cierto en tantas cosas que sus ideas simplemente han pasado a formar parte del espíritu humano a través de los tiempos.

Para Eysenck (1968), existen tres grandes dimensiones de la personalidad:

1. **Extraversión (E)- Introversión (I):** valoran la mayor o menor conexión del sujeto con el mundo exterior. El típico extravertido es sociable, le gustan las reuniones, tiene muchos amigos y necesita tener gente con la que hablar, mientras que el introvertido, es un tipo de persona tranquila, retirado, introspectivo. (Eysenck, 1970).
2. **Neuroticismo (N)- control (C):** se refiere al control o descontrol emocional en la conducta. El sujeto tiene alta vulnerabilidad para la neurosis, poca tolerancia al estrés físico y psicológico y posee un alto nivel de impulsividad, motivación o energía. El controlado, en cambio, es poco emotivo, soporta bien el estrés y difícilmente genera neurosis.
3. **Psicoticismo (P):** incluyen una cierta temeridad, una despreocupación por el sentido común o convenciones.

Guilford (1959), considera igualmente la personalidad como una jerarquía organizada patrón de los rasgos peculiares de una persona y al rasgo como elemento perceptible y relativamente duradero para distinguir a un sujeto de otro.

Los niveles de factores del esquema de Guilford son:

1. Tipos.
2. Rasgos primarios.
3. Manías.
4. Comportamientos específicos.

Distingue entre diferentes características de personalidad que representan distintas facetas de ésta:

1. **Morfológicas y Fisiológicas:** se relacionan con funciones corporales (frecuencia cardiaca, temperatura corporal, resistencia o conductancia de la piel, etc.).
2. **Aptitudes:** se corresponden con las capacidades o habilidades deportivas del sujeto.
3. **Necesidades, Intereses y Actitudes:** se integran bajo el término general de "rasgos motivacionales" y corresponden a objetivos y metas que el deportista desea alcanzar.

4. **Temperamento:** abarca todos los rasgos de conducta que se presentan y que no están incluidos en los demás (confianza, seguridad, cooperación, cordialidad, impulsividad, nerviosismo, etc.).

Enfoque situacional

Junto a las teorías del rasgo (Allport, 1965; Cattell, 1972; Eysenck, 1969) se desarrollaron las teorías situacionistas (Mischel, 1968; 1977), centrando el estudio de la personalidad en las situaciones.

La teoría del aprendizaje social (Bandura, 1977), explica la conducta de aprendizaje observacional (modelado) y refuerzo social ("feedback"). Sus puntos fundamentales son:

- Las personas son diferentes en distintas situaciones.
- La personalidad es aprendida a través de:
 - La socialización.
 - El aprendizaje por observación.
 - El modelado.
 - El condicionamiento vicario.

Rushall y Sidentop (1972), consideran que una persona puede influir en la acción deportiva cambiando los refuerzos del entorno. La vía fundamental por la cuál se produce el cambio en el rasgo que hablamos de rasgo y estado como dos dimensiones directamente relacionadas que pueden ayudar a comprender y explicar mejor la personalidad. El rasgo es la tendencia estable y continua a reaccionar de una determinada forma. Es estado es la tendencia circunstancial y poco estable de reaccionar ante una situación dada.

Enfoque interaccionista

El interaccionismo (Endler, 1973) defiende que la acción está en función de un proceso de interacción entre personas y situaciones.

De acuerdo con esta teoría, el comportamiento humano „ es una función (F) del rasgo de personalidad (P) y las condiciones del medio ambiente (M):

$$C = f(P \times M)$$

En otras palabras, la teoría interaccionista es una combinación

de las mejores aportaciones de la teoría de rasgo y de la teoría del aprendizaje social.

Bowers (1973) considera que entre persona y situación puede explicar más conductas que cada una por separado, pretende investigar el modo en que los deportistas reaccionan en contextos concretos, Fisher y Zwart (1982) estudiaron la ansiedad que los deportistas ponían de manifiesto en distintas situaciones deportivas (antes, durante y después del partido).

Se ha señalado que fue McDougall (1908) el que señaló la existencia de cinco elementos explicativos de la personalidad, cada uno de ellos de gran complejidad:

1. Intelecto.
2. Carácter.
3. Temperamento.
4. Disposición.
5. Templanza.

Sin embargo, el primer intento real con metodología estricta es de Thurstone (1934), quien escribe:

- Se analizaron coeficientes de sesenta rasgos de personalidad por medio de diferentes métodos factoriales y encontramos cinco factores.

Goldberg (1990) ha realizado un cuidadoso trabajo mostrando que "Los Cinco" se mantienen en análisis factoriales hechos con datos procedentes de distintos instrumentos y fuentes diferentes.

Personalidad y acción deportiva

En Psicología del Deporte se han llevado a cabo múltiples investigaciones sobre aspectos relativos a la personalidad. Ruffer (1976) y Vealey (1989) hacen una recopilación de este tipo de investigaciones y observan que hasta el año 1994 se habían publicado más de 1000 artículos.

Si bien los estados y rasgos de personalidad pueden ayudar a predecir la conducta y el éxito deportivos, carecemos de precisión y certeza para establecer relaciones causales.

Comparación entre deportistas y no deportistas

Sack (1975), distingue tres categorías:

1. Personas que no practican deporte.

2. Personas que lo practican en el ámbito recreativo.
3. Personas que participan en deporte competitivo federado.

Basándose en 151 estudios en los que intervinieron 15000 personas, llegó a la conclusión que existe una pequeña desviación de la media en algunos rasgos de personalidad sólo para aquellos deportistas de alta competición (elite).

Un amplio estudio comparativo de deportistas y no deportistas evaluó casi 2000 estudiantes universitarios masculinos utilizando el test 16 PF de Cattell (Schurr, Ashley y Joy, 1977), aunque no se observó ningún perfil individual de personalidad, cuando se procedió a clasificarlos en función de la actividad deportiva aparecieron algunas diferencias. Los deportistas que jugaban en deportes de equipo, se comprobó que exhibían:

- Menor razonamiento abstracto (lógico-simbólico).
- Mayor extraversión.
- Mayor dependencia.
- Menor fuerza del yo.

En comparación con los no deportistas, los que practicaban deportes individuales exhibían:

- Niveles superiores de objetividad.
- Mayor dependencia.
- Menor ansiedad.
- Menor pensamiento abstracto (lógico-simbólico).

Desde la perspectiva del género femenino, es importante conocer su perfil y si existen diferencias entre mujeres deportistas y no deportistas, Williams (1980), encontró que las deportistas diferían notablemente de las que no, observando que las primeras estaban más:

- Orientadas hacia las metas de logro.
- Independientes.
- Agresivas
- Asertivas.

Desarrollo de la personalidad a través del deporte

Se ha defendido la noción de que "el deporte da forma al carácter". Sin embargo esta afirmación no ha sido respaldada por investigación alguna.

En el deporte la socialización no es un objetivo claro, ya que los

jóvenes deportistas han sido instados a convertirse en rivales irracionales y competitivos con la edad (Kagen y Madsen, 1972). La investigación indica que la participación deportiva aumenta la rivalidad y el comportamiento antisocial y no constituye un atributo de la personalidad valorados socialmente como positivos.

Influencia del deporte en las características de la personalidad

Flokins y Sime (1981) sugieren que las características de la personalidad, como objetivos variables, deberían ser el centro de la modificación a través del entrenamiento físico y la actividad deportiva.

Duke, Jonson y Nowicki (1977), encontraron un aumento significativo en el punto interno de control de los niños durante un campamento deportivo de ocho semanas.

Berger, Friedmann y Eaton (1988), han demostrado la reducción de la tensión, depresión y enfado después de una actividad física intensa.

Estatus actual y directrices en la investigación de la personalidad en el deporte

La investigación realizada intenta describir si existen diferencias en la personalidad de los deportistas que puedan predecir las diferentes acciones deportivas, tanto en el deporte de competición como en el ejercicio físico.

Situación actual de la investigación

En éxito en el deporte parece verse facilitado por una salud mental positiva, una percepción de sí mismo igualmente positiva y por estrategias cognitivas productivas. De hecho al comparar a los deportistas de menos éxito con lo de más éxito estos han demostrado poseer el Perfil del Iceberg (Morgan Et Al, 1987).

Futuras directrices

La Psicología del Deporte ha considerado que la investigación en el área de la personalidad deportiva no ha producido descubri-

mientos útiles. Esto no es del todo exacto. La investigación en la personalidad deportiva ha progresado a través de paradigmas, teorías y métodos de evaluación que han ofrecido algunos descubrimientos definitivos a los psicólogos del deporte.

Enfoque global

Los investigadores deberían continuar estudiando los procesos cognitivos que se dan mientras los atletas se preparan antes, durante y después, de la competición para medir sus rendimientos. Esta investigación debería extenderse al estudio de cómo se construye la personalidad y se relaciona, en todos los niveles, con el modelo de Hollander.

Variables moderadoras

De las diferentes variables de este tipo, vamos a centrar nuestra atención en las que consideramos más importantes:

- Meta-Rasgo: se refieren fundamentalmente a la identificación de la relevancia del rasgo a evaluar en determinadas personas y si éste se da o no en las mismas, para evitar cometer errores de diagnóstico. Baumeister y Tice (1988) trabajaron en esta hipótesis que asegura muchos estudios empíricos basados sobre las relaciones rasgo / comportamiento.
- Auto-Esquemas: estructuras de conocimiento sobre uno mismo que se adquieren a partir de conocimientos y experiencias previas, las cuales organizan y guían la elaboración de la información que es relevante para cada uno de nosotros en el comportamiento individual y en grupo.
- Auto-Supervisión: es un rasgo de la personalidad que mide la capacidad del sujeto para ajustar su comportamiento a los factores circunstanciales externos.

Enfoque del espacio vital

Neurgarten (1977), defiende el estudio de la personalidad dentro del más amplio concepto de toda una vida. Un entendimiento am-

plio de la personalidad y del comportamiento debe tener en cuenta los aprendizajes que pueden influir en la personalidad.

Hemos buscado una visión amplia de la personalidad en la que la Psicología del deporte vaya más allá de la medida de los rasgos. Un enfoque de teorías y métodos para entender la estructura y el proceso de la personalidad en la medida en que ésta se relaciona con el deporte.

Nuestro papel en la comprensión de la personalidad incluye la comunicación fluida y ciertas destrezas de observación que faciliten la recogida de datos sobre los sujetos que practican deporte para poder disponer de la información necesaria que destape el entresijo de una dimensión humana tan especial y en constante cambio.

Las podemos resumir en los siguientes puntos:

- Reconocer los procesos, estrategias, técnicas y tácticas mentales de cada deportista.
- Identificar el nivel de habilidad mental para saber la forma en la que reaccionan los sujetos a los conflictos y la frustración.
- Descubrir que tipo de objetivos y metas son los que se ha marcado cada deportista, el papel que juega en el equipo, si comprende el rol que tiene que desempeñar, si lo acepta y cómo percibe la ejecución de las actividades que realiza.
- Analizar los elementos característicos de cada deportista dentro de un marco global para ponerlos a prueba presentando al sujeto situaciones estresantes y de conflicto para analizar así sus reacciones más típicas. Se trata de aprender reacciones de control, actividad, confianza en sus posibilidades, decisión en la acción y modulación de la agresividad e irritabilidad.
- Razón por la cual se hace necesario que el psicólogo deportivo aplique cuestionarios de personalidad estandarizados para proporcionar el "feedback" necesario a los deportistas y orientar las actuaciones del entrenador.

BIBLIOGRAFÍA

1. Weinberg, r. & Gould, D. (1996): Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico. Barcelona: Ariel Psicología.
2. Martens, R. (1987): " Science, Knowledge, and Sport Psychology". *The Sport Psiychologist*, (I): 29-55.
3. Kroll, W. (1970): "Current strategies and problems in persona- lity assesment of athletes". En Smith, L. (ed.): *Psychology of motor learning*. Chicago: Athletic Institute.
4. Guilford (1959): *Personality*. New York: McGraw-Hill.
5. Martens, R. (1975): "ther paradisgmatic crisis in American sport psychology". *Sportwissenschaft*, (5): 9-24
6. Mischel, W. (1968): *Personality and Assessment*. New York; Wiley.
7. Bandura, A. (1977): *Social Learning theory*. New York: Prentice- Hall.
8. Morgan, W.P.; O'Connor, P.J.; Sparling, P.B. & Pate, R. R. (1987): "Psychological charecterizartions of the elite female distance run- ner". *Internacional Journal of Sport Medecine*, (8 suppl.): 124-131.