

RELACIONES ENTRE CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDAD Y ESTADOS DE ÁNIMO: UN ESTUDIO CON DEPORTISTAS DE COMBATE UNIVERSITARIOS

Roberto Ruiz Barquín
Universidad Autónoma de Madrid

RESUMEN: La descripción de las características de personalidad en el ámbito deportivo ha sido uno de los temas más tratados por la Psicología del Deporte, existiendo diferentes líneas de investigación al respecto. En los últimos años, el Modelo de los Cinco Grandes Factores de Personalidad ha supuesto uno de los modelos más utilizados en el ámbito deportivo. A pesar de ello, han sido reducidos los estudios realizados aplicando este modelo en deportes de combate, y menos desde una perspectiva de deporte universitario. En el presente estudio, se administró diferentes pruebas a una muestra de 96 deportistas universitarios de deportes de combate, destacando la administración del cuestionario BFQ de personalidad, y el cuestionario POMS. Los principales objetivos del presente estudio son: 1.- Describir las características de personalidad de la muestra; 2.- Establecer comparaciones de personalidad con otras muestras de la población general, y comparar los estados de ánimo con otras muestras de deportistas universitarios; 3.- Establecer posibles relaciones de personalidad con los estados de ánimo evaluados. Los resultados, muestran cómo existen importantes diferencias de personalidad y estados de ánimo al comparar la muestra de deportistas con la población general tanto a nivel dimensional como subdimensional, y en la comparación de los estados de ánimo con otras muestras universitarias. Asimismo, se observan correlaciones estadísticamente significativas entre las características de personalidad y los estados de ánimo, desarrollando una discusión sobre las implicaciones prácticas de los resultados obtenidos en posibles situaciones de entrenamiento y competición.

PALABRAS CLAVE: Personalidad, Modelo de los Cinco Grandes Factores, Deportes de Combate, Estados de Ánimo, Deporte Universitario.

RELATIONSHIPS BETWEEN PERSONALITY CHARACTERISTICS AND MOODS: A STUDY OF COMBAT WITH COLLEGE ATHLETES

ABSTRACT: The description of personality traits in sport has been one of the most popular topics in the psychology of sports. There are different research lines. In recent years, the Big Five Model of personality factors has been one of the most used models in sports. However, they have been reduced studies applying this model in combat sports, and but not many from the perspective of college athletics. In this study, various tests were administered to a sample of 96 college athletes in combat sports, highlighting the administration of the questionnaire BFQ personality, and the POMS questionnaire. The main objectives of this study are: 1.- To describe the personality characteristics of the sample; 2.- To establish personality in comparison to other general population samples, comparing the mood states to other samples of college athletes, 3.- To establish possible relationships of personality with mood states evaluated. The results show important differences in personality and mood states by comparing the sample of athletes to the general population both dimensional and subdimensional, and the comparison of mood states with other samples of college athletes. Likewise, statistically significant correlations between personality traits and mood states are observed, developing a discussion of the practical implications of the results possible training and competition situations.

KEYWORDS: Personality Big Five Model Factors, Combat Sports, Mood States, University Sport.

RELAÇÕES ENTRE CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDADE E ESTADOS DE HUMOR: ESTUDO COM ATLETAS DE COMBATE UNIVERSITÁRIOS

RESUMO: A descrição dos traços de personalidade no âmbito esportivo tem sido um dos temas mais populares em psicologia do esporte, existem diferentes linhas de pesquisa. Nos últimos anos, a teoria de fatores Big Five de personalidade tem sido um dos modelos mais usados no esporte. No entanto, este tipo de pesquisa é reduzido no esporte de combate, e menos ainda desde a perspectiva do esporte universitário. Sendo assim, neste estudo, vários testes foram aplicados a uma amostra de 96 atletas universitários em esportes de combate, destacando tanto a aplicação do questionário de personalidade BFQ como o instrumento POMS de estados de humor. Os principais objetivos deste trabalho são: 1.- Descrever as características de personalidade da amostra; 2.- Estabelecer comparações de personalidade com outras amostras da população em geral, e comparar os estados de humor com diferentes amostras de atletas universitários, 3.- Estabelecer possíveis relações entre a personalidade e os estados de humores avaliados. Os resultados mostram o quão importante são as diferenças de personalidade e estados de humor ao comparar a amostra de atletas

com a população em geral, tanto a nível subdimensional como dimensional, e a comparação dos estados de humor com amostras de outras universidades. Também se observaram correlações estatisticamente significativas entre os traços de personalidade e os estados de humor, desenvolvendo uma discussão sobre as implicações práticas dos resultados nas possíveis situações de treinamento e competição.

PALAVRAS-CHAVE: Personalidade, Modelo dos Cinco Grandes Fatores, Esportes de combate, Estados de humor, Esporte universitário.

El estudio de la personalidad y los estados de ánimo en el deporte se conforman como dos líneas de investigación en Psicología del Deporte con un amplio desarrollo teórico y empírico. Sin embargo, son reducidos los estudios que analizan las relaciones existentes entre características de personalidad y estados de ánimo: Tradicionalmente se ha diferenciado lo que es la perspectiva de “personalidad rasgo” (García-Naveira, Ruiz y Pujols, 2011; Gill, 2000; Piedmont y Hill y Blanco, 1999; Rhodes, Courneya y Hayduk, 2002; Rhodes y Smith, 2006; Valdés, 1998; Vealey, 2002; Weinberg y Gould, 2010) y “personalidad estado” (Morgan, 1979, 1980a; Raglin, 2001; Rowley, Landers, Kyllo y Etner, 1995; Terry, 1995; Valdés, 1998; Weinberg y Gould, 2010), proponiéndose en numerosas ocasiones como dos categorías de personalidad cualitativa y cuantitativamente diferentes. Sin embargo, analizar las relaciones existentes entre ambas perspectivas puede ser gran utilidad a efectos prácticos, dado que pueden existir importantes relaciones entre ambos constructos (rasgos y estados). Si se realiza una revisión de estas variables psicológicas en deportes y ámbitos específicos, como son los deportes de combate en el ámbito universitario, observamos una escasez de estudios realizados al respecto.

Desde una perspectiva del deporte universitario, se han realizado numerosos estudios relacionados con el deporte en este colectivo, tanto desde una perspectiva de hábitos saludables y práctica de la actividad física (Flores y Ruiz, 2010; entre otros), motivación y adhesión a la actividad física (Armenta, 2004; entre otros), así como desde una respectiva de formación y educativa (Guardia, 2004; entre otros), etc. Por otra parte, los denominados deportes de combate, a pesar de no constituirse como deportes de masa y práctica tan elevada como otros deportes colectivos (e.g. el fútbol o baloncesto), obtienen una elevada tasa de práctica dentro de los deportes de práctica individual, manifestándose este hecho también en muchas de las universidades españolas.

A pesar de las numerosas investigaciones que se han desarrollado a nivel técnico, táctico, de condición física y psicológica en este tipo de deportes, las cuales se comen-

tan más adelante, se observó un escaso número de estudios desarrollados con deportes de combate a nivel universitario. Este hecho, sumado a la importancia del análisis de los estados de ánimo y personalidad en estos deportes, conlleva el desarrollo de este estudio.

A pesar de existir muchas investigaciones desarrolladas tanto desde el ámbito de la actividad física como de la Psicología del Deporte referidas al estudio de las variables psicológicas y motivacionales en el deporte universitario (Armenta, 2004; Blasco, 1998; Guardia, 2004; Joloy, 2006; Molina-García, Castillo y Pablos, 2007; Pavón y Moreno 2006a, 2006b; Pavón, Moreno, Gutiérrez y Sicilia, 2003; Torres, Carrasco y Medina, 2000), es relativamente reducido el número de estudios desarrollados específicamente en deportes de combate (Rosa, 2008). Por otra parte, es importante considerar estas posibles muestras no sólo como una población diana objeto de estudio, sino como un colectivo al que muchos investigadores han recurrido para la realización y desarrollo de diferentes estudios psicológicos, especialmente para la baremación y análisis psicométrico de muchas pruebas (Balaguer, Fuentes, Meliá, García-Merita, y Pérez, 1993; Goñi, Ruiz y Liberal, 2004), a pesar de las críticas referidas a la falta de validez externa y los problemas de extrapolación a otras muestras deportivas no universitarias (Ezquerro, 1997).

Los deportes de combate se constituyen fundamentalmente como deportes de carácter individual, con interacciones constantes con el oponente, y con alta incertidumbre con relación al desarrollo y resultado del enfrentamiento (Arruza, 1994), pudiendo configurarse como deportes con características específicas no solo técnicas, tácticas o de condición física, sino también psicológicas.

El deporte universitario supone un ámbito peculiar y especial por sus propias características, donde la Psicología del Deporte ha centrado fundamentalmente sus estudios en el análisis de las causas de inicio y abandono de la actividad (Martín-Albo, Marrero y Núñez, 1998; Martín-Albo, Navarro y Núñez, 2002), la evaluación de la autoeficacia en sus diferentes perspectivas teóricas (Guillén, 2007; Joloy, 2006; Ortega, 2005), los beneficios psicológicos de la práctica de la actividad física y/o deportiva, y el deporte universitario a nivel competitivo.

A pesar de las críticas de algunos autores a utilizar muestras de deportistas universitarios relacionados con el deporte de competición (Ezquerro, 1997), por sus problemas de generalización y falta de validez externa, este colectivo puede ofrecer importantes ventajas de cara al estudio de procesos de interacción entrenador/deportista. La determinación de posibles relaciones entre rasgos de personalidad y estados de ánimo, pueden permitir a los entrenadores relacionar e incluso predecir, el comportamiento deportivo (en entrenamientos y en competición) de sus deportistas, a partir del conoci-

miento de sus rasgos de personalidad o a través del perfil de los estados de ánimo mostrados en diferentes circunstancias deportivas. Asimismo, en este ámbito, se hallan tanto deportistas competidores como no competidores, pudiendo ofrecer importantes posibilidades a nivel investigativo (comparación entre grupos)

La evaluación de los estados de ánimo y personalidad en el ámbito deportivo

Desde la perspectiva de los estados de ánimo, Morgan (1980b) destaca como existiría un determinado Perfil de deportista con éxito, el cual denominó “Perfil Icerberg”. Este perfil se caracteriza por disponer de unas puntuaciones determinadas en los seis estados que considera el denominado Modelo de Salud Mental: Tensión, vigor, fatiga, cólera, confusión y fatiga. Aquellos deportistas con unas elevadas puntuaciones en el estado de ánimo Vigor, y bajas en los restantes estados de ánimo (tensión, fatiga, depresión, cólera y confusión), dispondrían de un estado de ánimo que permitiría al deportista incrementar la probabilidad de alcanzar un mayor rendimiento deportivo. A su vez, Morgan (Cox, 2009) observe como los deportistas de mayor éxito, obtenían un perfil de estados de ánimo más saludable frente a aquellos menos exitosos o con una población control.

Para la medición de estos estados de ánimo, McNair, Lorr y Droppleman (1971) creó el creó el POMS (Profile of Mood States), aplicando a diferentes muestras (inicialmente a una muestra psiquiátrica y psiquiátrica externa). Morgan (1980b) se muestra como uno de los primeros y máximos representantes de la aplicación de este instrumento en el ámbito deportivo. Este autor, administró el cuestionario a deportistas de diferentes niveles de rendimiento y deportes (Andrade, Arce y Seoane, 2002; Morgan, Costill, Flynn, Raglin y O’Connor, 1988; Morgan, O’Connor, Elickson y Bradley, 1988; Morgan y Pollock, 1977; Ranger, 1993), incluyendo incluso en sus estudios iniciales deportistas pertenecientes a deportes de combate (Morgan y Johnson, 1977).

El POMS supone el instrumento con mayor utilización a nivel investigativo y práctico para la determinación y estudio de los estados de ánimo óptimos o facilitadores de rendimiento en deportistas (Cox, 2009). Este hecho, se ha manifestado en un elevado número de instrumentos de evaluación desarrollados, destacando la versión inicial de McNair, Lorr y Droppleman (1971; 1981; 1992), versiones bipolares de 72 ítems (Lorr y McNair, 1988), versión reducida de esta última con 30 ítems (McNair et al., 1992; tomado de Cox, 2009), etc. A nivel nacional, destaca especialmente la versión de 58 ítems desarrollada por el CAR de Barcelona (Balagué, Pérez, Marí, Font, Figueroa y Barangé; en Balaguer et al., 1993). De forma más reciente, destacan los estudios desarrollados por Andrade, Arce y Seoane (2000, 2002), los cuales desarrollaron un instrumento final de 48 ítems y seis estados de ánimo.

Desde una perspectiva investigadora, Cox (2009) indica cómo la mayor parte de los investigadores se han centrado en la evaluación y descripción de los estados de ánimo precompetitivos, desarrollándose diferentes líneas de investigación (tomado de Cox, 2009): Establecimiento de diferencias entre diferentes niveles de Rendimiento de los deportistas (Beedie, Terry y Lane, 2000; Landers, 1991; Rowley, et al., 1995; Prapavessis, 2000); el análisis de la capacidad predictiva del POMS, en función fundamentalmente del tipo de deporte y la forma de operativización del rendimiento (Beedie et al., 2000). A su vez, se destaca el importante desarrollo teórico surgido en los últimos años y desarrollándose modelos específicos de predicción del rendimiento a partir de los estados previos o antes de la competición (Lane y Terry, 2000). Otro aspecto a destacar es cómo se han realizado estudios que relacionan los estados de ánimo en deportes de combate específicos como el Judo, con otros factores psicológicos tales como la percepción de fatiga (Arruza, 1994), y a características propias del entrenamiento en fase competitiva como es el volumen de entrenamiento (Torres-Luque, Hernández-García, Ortega y Olmedilla, 2010).

Por otra parte, los estudios de personalidad del deportista han sido aún más numerosos que los de estados de ánimo, destacando a Weinberg y Gould (1996), los cuales afirman que ha sido la línea de investigación con mayor número de publicaciones desarrolladas en Psicología del Deporte. Por su parte, Dosil (2008) destaca las reflexiones de Silva (1984), el cual destaca que la importancia del estudio de la personalidad en el ámbito deportivo, radicaría en describir, predecir e intervenir en el comportamiento del deportista.

Desde esta perspectiva, se han aplicado numerosos tests de personalidad a deportistas, entre los que destacan: El MMPI de Hathaway y McKinley (1967), el 16-PF de Cattell (1965), el EPI de Eysenck y Eysenck (1964), y de forma más reciente el cuestionario NEO (Costa y McCrae, 1985), NEO-PI (Costa y McCrae, 1992) y NEO-PI-R (Costa y McCrae, 1995), así como el cuestionario BFQ (Caprara, Barbaranelli, Borgogni y Perugini, 1993; Bermúdez, 1995, 1998).

Algunos autores como Dosil (2008), García-Naviera et al. (2011) y Ruiz (2004; 2005; 2006; 2008), destacan cómo en los últimos años, el Modelo de los Cinco Grandes Factores de Personalidad (Costa y McCrae, 1992; Digman, 1990) ha sido utilizado en el ámbito deportivo (García-Naveira, 2010; Pérez, 2002; Piedmont, Hill y Blanco, 1999; Ruiz, 2001; 2004; 2005; 2006; 2008). Algunas de las razones que han llevado a su utilización puede deberse a las ventajas que ofrece, entre las que destacan: Un amplio desarrollo teórico y metodológico en diferentes áreas de la Psicología (modelo transversal); amplia investigación cuantitativa desarrollada en los numerosos cuestionarios basados en el modelo, etc.

Por tanto, tanto el Modelo de Salud Mental propuesto por Morgan (1980b; Cox, 2009), como el Modelo de los Cinco Grandes Factores de Personalidad (Costa y McCrae, 1992), han dado lugar a instrumentos tan relevantes y utilizados como el cuestionario de POMS (Balaguer et al., 1993) y el cuestionario de personalidad BFQ (Bermúdez, 1995, 1998), los cuales son utilizados en el presente estudio.

Los objetivos del presente estudio son analizar y describir las características de personalidad de una muestra de deportistas universitarios que practican deportes de combate; Establecer comparaciones entre los rasgos de personalidad de los deportistas de combate evaluados con los de la población general, y comparar los estados de ánimo de los deportistas de combate con los obtenidos con otras muestras precedentes de estudiantes universitarios; Establecer posibles relaciones entre las características de personalidad consideradas, y los estados de ánimo evaluados.

MÉTODO

Diseño

El diseño del estudio realizado es diseño descriptivo y correlacional con carácter transversal (León y Montero, 2003).

Participantes

La muestra está compuesta inicialmente por 103 deportistas que practican deportes de combate en la Universidad Autónoma de Madrid. Tras la realización un primer análisis exploratorio de los datos, se incluyeron finalmente a 96 deportistas (66 hombres y 30 mujeres), excluyéndose los sujetos donde en alguna de las pruebas administradas no cumpliesen con los requisitos mínimos exigidos por cada prueba para ser válidos (falta de cumplimentación de datos esenciales o no cumplimentación de un porcentaje de ítems mínimo de alguna prueba para la corrección exacta de la prueba).

Los datos recogidos muestrales fueron mediante un muestreo no probabilístico de carácter intencional a través del Servicio de Deportes de la Universidad Autónoma de Madrid. Considerando el total de potenciales deportistas a evaluar en mencionada Universidad, se evaluaron entre 20 y 50% de los deportistas inscritos en las respectivas actividades deportivas consideradas, a excepción de una actividad (Capoeira) donde sólo se evaluó a un 5% de los deportistas evaluados. Se incluyeron las siete actividades deportivas de combate que ofrecía el servicio de deportes en aquel momento: Judo, Jiu-jitsu, Kárate, Kenpo-Kárate, Defensa Personal, Taewondo, Capoeira y Esgrima.

Instrumentos

El presente estudio corresponde a un estudio más amplio donde se consideraron múltiples variables no sólo para deportistas sino también para entrenadores, administrándose diferentes baterías tests. A continuación se presentan las pruebas incluidas en el presente estudio:

1) *Evaluación de la Personalidad*: Cuestionario de Personalidad BFQ (Bermúdez, 1995,1998). Este cuestionario dispone de cinco dimensiones, diez subdimensiones y una escala de distorsión (Bermúdez, 1995, 1998). Cada dimensión está compuesta por 24 ítems, siendo de 12 ítems la que conforma la escala de Distorsión. Asimismo, ofrece una escala de respuesta de cinco pasos: 1 (“completamente verdadero para mí”), 2 (“bastante falso para mí”), 3 (“ni verdadero ni falso para mí”), 4 (“bastante verdadero para mí”) y 5 (“completamente verdadero para mí”).

A continuación presentamos las características y significado de cada dimensión y subdimensión del cuestionario:

Energía (E): Hace referencia a los mismos aspectos que se asocian al término Extraversión (McCrae y Costa, 1987) o Surgencia (Goldberg, 1990). Se asocia al grado en que un sujeto dispone de dinamismo, actividad, energía y dominancia. Las dos subdimensiones por las que está formada son Dinamismo (Di), referida a los comportamientos enérgicos y dinámicos, y Dominancia (Do), relacionados con la capacidad de sobresalir e imponerse.

Afabilidad: Dimensión relacionada directamente con el rasgo Agrado (McCrae y Costa, 1987), y con el continuo Cordialidad vs. Hostilidad (Digman, 1990). Esta dimensión se relaciona directamente con el grado en que el sujeto muestre comportamientos cooperativos, altruistas, empáticos, cooperativos y cordiales. Las subdimensiones que lo componen son Cooperación/Empatía (Cp) y Cordialidad/Amigabilidad (Co). El primero se relaciona con la capacidad de comprender, empalmar y cooperar con los demás, y el segundo con comportamiento relacionados con la afabilidad, apertura a los demás y confianza.

Tesón (T). Esta dimensión se relaciona con la capacidad de autocontrol en los aspectos proactivos e inhibitorios en el comportamiento del sujeto. Se relaciona con el grado de reflexividad, escrupulosidad, orden y perseverancia de un sujeto. Las dos subdimensiones que lo componen son: Escrupulosidad (E) y Perseverancia (P). El primero se refiere a comportamientos de meticulosidad, orden y fiabilidad, mientras el segundo haría referencia a comportamientos relacionados con tenacidad y persistencia en las tareas a desarrollar o llevar a cabo.

Estabilidad Emocional (EE). Según Bermúdez, esta dimensión conllevaría el opuesto a lo denominado por algunos autores como “afecto negativo” (Watson y Telle-

gen, 1985; McCrae y Costa, 1987). Esta dimensión se relaciona con el grado de ansiedad, emotividad, irritación e impaciencia de la persona. Estaría formado por las subdimensiones Control de emociones (Ce) y Control de impulsos (Ci). La primera se relaciona con el grado de control del sujeto de los estados de tensión producidos por una emoción. Por el contrario, el segundo hace referencia a la capacidad de controlar el comportamiento en situaciones de peligro o conflicto.

Apertura Mental. Bermúdez (1995, 1998) destaca la relación de esta dimensión con Intelecto (Goldberg, 1990), Apertura a la experiencia (Costa y McCrae, 1985) y cultura (Norman, 1963). Apertura Mental se relaciona directamente con el grado con que una persona se encuentra informada, mostrando interés por experiencias y elementos novedosos, e interesada por costumbres distintas. Las dos subdimensiones que la componen son Apertura a la cultura (Ac) y Apertura a la experiencia (Ae). La primera se refiere al interés de la persona por estar informada y adquirir nuevos conocimientos, y la segunda por el grado de interés por experiencias novedosas y el conocimiento de valores, estilos de vida y costumbres distintas.

La escala “D” de distorsión, ha sido incluida con el objetivo de detectar posibles perfiles falseados, intentando determinar el grado de “falsa impresión sobre uno mismo” (Bermúdez, 1995, 1998).

2) *Evaluación de los estados de ánimo*: Cuestionario POMS (versión 58 ítems; Balaguer et al., 1993). El cuestionario POMS está formado por seis factores: Tensión-Ansiedad (T), Depresión-Melancolía (D), Cólera-Hostilidad (C), Vigor-Actividad (V), Fatiga-Inercia (F) y Confusión-Desorientación (Conf). La escala Tensión está formada por 9 ítems, Depresión por 14 ítems, Cólera por 13 ítems, Vigor por 8 ítems, Fatiga por 7 ítems, t Confusión por 7 ítems. El formato de respuesta lo forman cinco pasos: 0 (“nada”), 1 (“un poco”), 2 (“moderadamente”), 3 (“bastante”) y 4 (“muchísimo”).

Según Balaguer et al. (1993), el factor Tensión (T) lo forman adjetivos que describen incrementos en el sistema músculo-esquelético. El factor Depresión (D) representa un estado de ánimo deprimido, asociándose a un estado de insatisfacción e inadecuación personal. El Factor Cólera (C), viene determinado por ira y antipatía hacia los demás. El Factor Vigor (V), constituye un estado de ánimo positivo asociado a un estado elevado de energía. El factor Fatiga (F) estaría formado por adjetivos referidos a un bajo nivel de energía, y un estado de ánimo laxo. Por último, el Factor Confusión (Conf.), se asocia directamente el desorden y confusión.

Por último, destacar cómo la fiabilidad del cuestionario de Personalidad BFQ (Bermúdez, 1995, 1998) oscila a nivel dimensional entre .73 y .87, y a nivel subdimensional ente .60 y .79. Respecto al cuestionario POMS (Balaguer et al., 1993), los niveles de fiabilidad se sitúan entre .80 y .92.

Procedimiento

Se realizó un primer contacto inicial con los propios entrenadores de deportes de combate de la UAM, entre los meses de Septiembre y Octubre del 2007. Asimismo, se intentó lograr el objetivo de evaluar a todos los deportistas en los mismos periodos temporales, reduciendo de esta forma la posibilidad de aparición de sesgos por desfases temporales en los datos recogidos.

Con el objetivo de que las condiciones de evaluación fueran idóneas, esta se realizó en las aulas de las propias dependencias del Servicio de Deportes de la UAM. A su vez, la evaluación fue realizada en función de la modalidad deportiva y grupo o turno al que pertenecen, y siempre garantizando que se cumpliera un supuesto en el estudio: los deportistas tendrían que realizar la cumplimentación de las pruebas en la condición “antes del entrenamiento” o “sin entrenamiento”, anulando cualquier posibilidad de realizar el estudio bajo la condición “con entrenamiento previo” (Vanden Auweele, Cuyper, Van Mele, y Rzewnicki, 1993). Este elemento es importante debido a que estos autores mencionan cómo el no control de esta variable puede producir sesgos al comparar unos deportistas antes o después del entrenamiento, pudiendo explicar parcial o totalmente la existencia de controversias en los resultados obtenida en las investigaciones realizadas con el POMS en el ámbito deportivo.

Por último, se aseguró el ofrecer las mismas instrucciones a todos los participantes, destacando la voluntariedad en la realización de las pruebas, así como en el mantenimiento de confidencialidad de los datos.

Análisis de Datos

Los análisis estadísticos desarrollados son: a) Análisis descriptivos (medias y desviaciones típicas) de las pruebas consideradas (cuestionarios de Personalidad BFQ y POMS); b) Aplicación de la prueba *t* de student para dos muestras independientes para comprobar si existen diferencias en las características de personalidad y estados de ánimo en función de la variable sexo en la muestra de deportistas de combate; c) Posteriormente se aplica la prueba *t* de student para una muestra con el objetivo de comparar las puntuaciones de la dimensiones y subdimensiones de personalidad de los deportistas de combate con los de la población general, así como la comparación de los seis factores del POMS de nuestro estudio con los obtenidos por Balaguer et al. (1993) con estudiantes deportistas universitarios; d) Análisis correlacionales utilizando el coeficiente de correlación de Pearson.

RESULTADOS

Respecto al objetivo nº1 “Analizar y describir las características de personalidad de una muestra representativa de deportes de combate a nivel universitario”, a continuación se presentan los análisis descriptivos obtenidos para el grupo de deportistas universitarios hombres y mujeres (Tabla 1). A su vez, se aplica la prueba t de student para dos muestras independientes, obteniendo una ausencia de diferencias estadísticamente significativas, si bien se observa una tendencia a la significación ($p < .10$) a favor del grupo de mujeres.

Tabla 1

Análisis descriptivos para la muestra de deportistas combate hombres y mujeres, y análisis de diferencia de medias para dos muestras independientes aplicando el estadístico de contraste t de student.

DIMENSIONES Y SUBDIMENSIONES BFQ	Hombres <i>n</i> = 66		Mujeres <i>n</i> = 30		<i>t</i>	<i>Sig.</i>
	M	DT	M	DT		
ENERGÍA (E)	79.74	9.47	78.75	6.13	.510	.611
AFABILIDAD (A)	83.06	10.66	86.43	10.77	-1.397	.166
TESÓN (T)	80.91	9.11	83.68	11.97	-1.224	.224
ESTABILIDAD EMOCIONAL (EE)	74.50	11.59	72.11	12.42	.896	.373
APERTURA MENTAL (AM)	86.05	10.95	90.32	10.27	-1.763	.081
DISTORSIÓN (D)	29.12	6.44	29.54	7.23	-.275	.784
Dinamismo (di)	42.11	6.07	42.68	4.71	-.445	.658
Dominancia (do)	37.64	5.32	36.07	4.40	1.370	.174
Cordialidad (Co)	39.18	6.41	41.61	6.62	-1.661	.100
Cooperación (Cp)	43.88	5.80	44.82	5.03	-.749	.456
Escrupulosidad (Es)	37.74	5.60	38.82	7.02	-.790	.431
Perseverancia (Pe)	43.17	5.84	44.86	6.28	-1.255	.213
Control de Impulsos (Ci)	36.50	6.43	36.14	6.31	.248	.805
Control de Emociones (Ce)	38.00	6.87	35.96	7.95	1.253	.213
Apertura a la Cultura (Ac)	42.79	6.11	44.96	6.50	-1.550	.125
Apertura a la Experiencia (Ae)	43.26	6.57	45.36	5.05	-1.510	.134

Respecto al objetivo n° 2, “establecer comparaciones entre los rasgos de personalidad de los deportistas de combate evaluados con los de la población general, y comparar los estados de ánimo de los deportistas de combate con los obtenidos con otras muestras precedentes”, desarrollamos en primer lugar una comparación de medias entre los resultados obtenidos en las dimensiones de personalidad de la muestra de deportistas de combate universitarios con las puntuaciones de la población general. Con el objetivo de ser específicos, se establecen las comparaciones en función de la variable sexo y edad en el cuestionario de personalidad BFQ con baremos de población general comprendidos entre los 17 y 24 años. Para el cuestionario POMS, se establecen diferencias en función de la variable sexo, estableciendo comparaciones con las puntuaciones obtenidas por Balaguer et al. (1993) considerando la muestra de deportistas.

Las comparaciones entre la muestra de deportistas universitarios hombres con las puntuaciones obtenidas en la población general del cuestionario de personalidad BFQ (17-24 años) (Tabla 2), muestran cómo los deportistas obtienen mayores puntuaciones que la población general en todas las dimensiones y subdimensiones (a excepción de la subdimensión dominancia, con valores prácticamente iguales). De forma estadísticamente significativa, se hallan diferencias en la dimensión Estabilidad Emocional ($p < .001$) y Apertura Mental ($p < .001$), si bien existe una tendencia a la significación en la dimensión Tesón ($p < .10$). A nivel subdimensional, se observan diferencias estadísticamente significativas en cinco subdimensiones, manteniendo la línea de resultados obtenidos a nivel dimensional, e incorporándose a las significaciones halladas la subdimensión Dinamismo ($p < .01$). A diferencia de la dimensión Tesón que sólo muestra una con tendencia a la significación ($p < .10$), a nivel subdimensional aparecen claramente diferencias significativas en Perseverancia ($p < .05$) a favor de la muestra de deportistas, no observándose tales diferencias en la subdimensión Escrupulosidad.

Tabla 2

Descriptivos (media y desviación típica), y análisis de diferencia de medias mediante el estadístico *t* de student de las dimensiones y subdimensiones del cuestionario de Personalidad BFQ para la muestra de deportistas de combate hombres.

DIMENSIONES Y SUBDIMENSIONES BFQ	Hombres deportistas <i>n</i> = 66		Hombres muestra de población gene- ral entre 17 y 24 años (Bermúdez, 1995)		<i>t</i>	<i>Sig.</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>		
ENERGÍA (E)	79.74	9.47	77.86	9.51	1.616	.111
AFABILIDAD (A)	83.06	10.66	81.32	8.85	1.327	.189
TESÓN (T)	80.91	9.11	78.94	9.99	1.755	.084
ESTABILIDAD EMOCIONAL (EE)	74.50	11.59	69.49	13.24	3.512	.001***
APERTURA MENTAL (AM)	86.05	10.95	81.25	11.73	3.529	.001***
DISTORSIÓN (D)	29.12	6.44	27.77	6.10	1.704	.093
Dinamismo (di)	42.11	6.07	40.07	6.12	2.724	.008 **
Dominancia (do)	37.64	5.32	37.79	5.63	-.275	.815
Cordialidad (Co)	39.18	6.41	38.50	5.63	.864	.391
Cooperación (Cp)	43.88	5.80	42.82	4.94	1.484	.143
Escrupulosidad (Es)	37.74	5.60	37.26	5.71	.699	.487
Perseverancia (Pe)	43.17	5.84	41.67	5.96	2.082	.041 *
Control de Impulsos (Ci)	36.50	6.43	33.66	6.90	3.586	.001 ***
Control de Emociones (Ce)	38.00	6.87	35.83	7.32	2.568	.013 *
Apertura a la Cultura (Ac)	42.79	6.11	39.24	7.36	4.719	.000 ***
Apertura a la Experiencia (Ae)	43.26	6.57	42.02	5.92	1.530	.031 *

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Respecto a la muestra de deportistas universitarios mujeres (Tabla 3), y al igual que en el grupo de hombres, se obtienen mayores puntuaciones en todas las dimensiones y subdimensiones a favor de las deportistas. Las diferencias estadísticamente significativas se muestran en las dimensiones de Estabilidad Emocional ($p < .001$), Apertura Mental ($p < .01$) y Energía ($p < .05$). Respecto al análisis subdimensional, se observan

las mismas subdimensiones donde se encuentran diferencias estadísticamente significativas que en la muestra de deportistas hombres.

Tabla 3

Descriptivos (media y desviación típica), y análisis de diferencia de medias mediante el estadístico t de student de las dimensiones y subdimensiones del cuestionario de Personalidad BFQ para la muestra de deportistas de combate mujeres.

DIMENSIONES Y SUBDIMENSIONES BFQ	Mujeres deportistas <i>n</i> = 30		Mujeres muestra de población general entre 17 y 24 años (Bermúdez, 1995)		<i>t</i>	<i>Sig.</i>
	<i>Media</i>	<i>DT</i>	<i>Media</i>	<i>DT</i>		
ENERGÍA (E)	78.75	6.13	75.62	10.01	2.704	.012*
AFABILIDAD (A)	86.43	10.77	83.60	9.53	1.390	.176
TESÓN (T)	83.68	11.97	80.03	11.15	1.613	.118
ESTABILIDAD EMOCIONAL (EE)	72.11	12.42	62.31	12.98	4.174	.000***
APERTURA MENTAL (AM)	90.32	10.27	83.61	9.66	3.459	.002**
DISTORSIÓN (D)	29.54	7.23	27.49	5.64	1.497	.146
Dinamismo (di)	42.68	4.71	39.85	6.45	3.175	.004**
Dominancia (do)	36.07	4.40	35.77	5.72	.363	.720
Cordialidad (Co)	41.61	6.62	39.79	5.90	1.453	.158
Cooperación (Cp)	44.82	5.03	43.82	5.22	1.053	.302
Escrupulosidad (Es)	38.82	7.02	37.83	7.24	.747	.461
Perseverancia (Pe)	44.86	6.28	42.20	6.15	2.240	.033*
Control de Impulsos (Ci)	36.14	6.31	31.03	7.04	4.291	.000***
Control de Emociones (Ce)	35.96	7.95	31.27	7.40	3.124	.004**
Apertura a la Cultura (Ac)	44.96	6.50	41.26	6.00	3.016	.006**
Apertura a la Experiencia (Ae)	45.36	5.05	42.35	5.48	3.151	.004**

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Al igual que hemos realizado con el cuestionario de personalidad BFQ, realizamos un análisis comparativo para la muestra de deportistas de combate en función de la variable sexo (hombres y mujeres) considerando los seis factores del POMS. Los análisis

sis de diferencia de medias mediante el estadístico t de student nos muestra la ausencia de diferencias estadísticamente significativas en los seis factores ($p > .05$).

Dentro de las comparaciones realizadas con el cuestionario POMS (Tabla 4) entre la muestra de deportistas de combate y la muestra de deportistas general de Balaguer et al. (1993), los deportistas combate hombres obtienen menores puntuaciones que los deportistas de la muestra general en todos los factores a excepción de Cólera y Vigor. Sin embargo, sólo se muestran diferencias estadísticamente significativas ($p < .001$) en los factores de Tensión y Confusión.

Tabla 4

Descriptivos (media y desviación típica), y análisis de diferencia de medias mediante el estadístico t de student de las factores del POMS de la muestra de deportistas de combate hombres frente a la muestra de deportistas hombres general de Balaguer et al. (1993).

POMS	Hombres deportistas de combate <i>n</i> = 66		Hombres deportistas estudio Balaguer et al. 1993 <i>n</i> = 148		t	Sig.
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>		
	Tensión	10.54	6.75	14.55		
Depresión	8.86	8.15	9.82	9.41	-0.948	.397
Cólera	12.75	9.72	12.60	7.50	.128	.899
Vigor	17.65	4.95	17.38	5.26	.433	.666
Fatiga	8.43	4.78	8.53	5.93	-.168	.868
Confusión	6.78	4.13	8.81	4.86	-3.955	.000***

*** $p < .001$

Si consideramos las comparaciones entre los deportistas de combate mujeres y la muestra general de deportistas mujeres de Balaguer et al. (1993) (Tabla 5), los resultados hallados son muy similares a los obtenidos con hombres: las mujeres deportistas de combate obtienen puntuaciones menores en todos los factores a excepción de Vigor, donde obtienen exactamente las mismas puntuaciones que la muestra deportistas universitarios general de Balaguer et al. (1993). De forma estadísticamente significativa, se obtienen diferencias significativas con $p < .01$ en Tensión y Confusión, siendo similares a los hallados con la muestra de deportistas hombres. Sin embargo, en este caso apare-

cen diferencias también significativas en Depresión ($p < .05$), obteniendo tanto en este caso como en los dos anteriores menores puntuaciones la muestra de deportistas de combate.

Tabla 5

Descriptivos (media y desviación típica), y análisis de diferencia de medias mediante el estadístico t de student de las factores del POMS de la muestra de deportistas de combate hombres frente a la muestra de deportistas mujeres general de Balaguer et al. (1993).

POMS	Mujeres deportistas de combate $n = 30$		Mujeres deportistas estudio Balaguer et al. 1993 $n = 145$		t	Sig.
	M	DT	M	DT		
Tensión	11.42	7.57	15.87	8.19	-2.996	.006**
Depresión	8.73	9.06	13.16	12.90	-2.492	.020*
Cólera	11.69	8.82	13.95	8.97	-1.305	.204
Vigor	15.92	6.20	15.92	6.09	.003	.998
Fatiga	9.42	6.20	9.70	6.30	-.228	.822
Confusión	7.38	4.38	9.83	6.07	-2.845	.009**

* $p < .05$; ** $p < .01$

Respecto al objetivo n°3, “Establecer posibles relaciones entre las características de personalidad mostradas y los estados de ánimo”, dado que no se han mostrado diferencias estadísticamente significativas en función de la variable sexo para las características de personalidad y estados de ánimo, desarrollamos un análisis correlacionales entre ambos constructos para la muestra global deportistas de combate .

La aplicación del coeficiente de correlación de Pearson (Tabla 6) muestra la existencia de resultados estadísticamente significativos entre las dimensiones y subdimensiones de personalidad y los estados de ánimo considerados.

Tabla 6

Tabla resumen de las correlaciones entre los estados de ánimo del POMS y las dimensiones y subdimensiones del cuestionario de personalidad BFQ para la muestra total de deportistas de combate ($n = 96$).

	Tensión	Depre- sión	Cólera	Vigor	Fatiga	Confu- sión
ENERGÍA (E)	,052	-,195	,041	,166	-,032	-,174
AFABILIDAD (A)	-,097	-,118	-,180	-,119	-,010	-,017
TESÓN (T)	,028	-,095	,043	,096	,051	-,192
ESTABILIDAD EMOCIONAL (EE)	-,566***	-,397***	-,492***	,257*	-,303**	-,337***
APERTURA MENTAL (AM)	-,064	-,232*	-,077	,211*	-,133	-,190
Dinamismo (di)	-,016	-,279**	-,106	,083	-,089	-,181
Dominancia (do)	,107	-,007	,192	,185	,049	-,085
Cordialidad (Co)	-,047	-,119	-,169	-,060	,006	-,001
Cooperación (Cp)	-,131	-,087	-,148	-,159	-,025	-,030
Escrupulosidad (Es)	,028	-,029	-,004	-,030	,026	-,125
Perseverancia (Pe)	,020	-,127	,074	,182	,058	-,196
Control de Impulsos (Ci)	-,365***	-,216*	-,430***	,108	-,205	-,177
Control de Emociones (Ce)	-,604***	-,458***	-,424***	,325**	-,314**	-,394***
Apertura a la Cultura (Ac)	-,117	-,262*	-,124	,271*	-,208	-,290**
Apertura a la Experiencia (Ae)	,008	-,141	-,009	,093	-,020	-,037

$p < .10$; * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Los análisis desarrollados a nivel dimensional muestran valores medios estadísticamente significativos al correlacionarlos con los estados de ánimo, destacando la importancia en primer orden de la dimensión Estabilidad Emocional, y en segundo lugar de la dimensión Apertura Mental. A nivel subdimensional, se obtienen mayores valores correlacionales y un mayor número de correlaciones significativas con los estados de ánimo en Control de Emociones frente a Control de Impulsos. De forma más aislada, se obtienen correlaciones significativas en Apertura a la Cultura, no obteniéndose ninguna relación significativa en Apertura a la Experiencia.

Los resultados de la tabla resumen de correlaciones (Tabla 6) muestran correlaciones medias y bajas entre las dimensiones y subdimensiones de personalidad al cruzarlos con los estados de ánimo. A nivel dimensional se observa claramente las relacio-

nes existentes entre la dimensión Estabilidad Emocional y el todos los estados de ánimo considerados: con una $p < .001$, se hallan correlaciones negativas en Tensión ($r = -.566$), Depresión ($r = -.397$), Cólera ($r = -.492$) y Confusión ($r = -.337$). Con una $p < .01$ hallamos correlaciones negativas con Fatiga ($r = -.303$), y por último correlaciones directas con una $p < .05$ en Vigor ($r = .257$). De forma más aislada, hallamos correlaciones inversas entre la dimensión Apertura Mental y Depresión ($r = -.232$) y positivas con Vigor ($r = -.211$).

A nivel subdimensional, las correlaciones halladas muestran un importante grado de congruencia con los resultados obtenidos a nivel dimensional, si bien los valores de las correlaciones halladas muestran valores sensiblemente superiores en alguna dimensión: Destacamos la mayor aportación de las correlaciones halladas a la dimensión Estabilidad Emocional por la subdimensión Control de Emociones, dado que se observan correlaciones estadísticamente significativas en todos los estados de ánimo con probabilidades de $p < .001$ y $p < .01$, llegando con el estado de ánimo Tensión a correlaciones negativas con valores por encima de .60 ($r = -.604$). Al igual que con la dimensión Estabilidad Emocional, la única correlación directa hallada es Vigor, con una $p < .01$ ($r = .325$).

Respecto a la subdimensión Control de Impulsos, se obtienen correlaciones negativas con una $p < .001$ en Cólera ($r = -.430$) y Tensión ($r = -.365$). Con una $p < .05$ se obtienen correlaciones negativas en Depresión ($r = -.216$). Por último, en la subdimensión Apertura a la Cultura, se hallan correlaciones negativas con una $p < .01$ en Confusión ($r = -.290$), y con una $p < .05$ en Vigor ($r = .271$) y Depresión ($r = -.262$)

DISCUSIÓN

Respecto al objetivo nº1, “analizar y describir las características de personalidad de una muestra representativa de deportes de combate a nivel universitario”, los instrumentos utilizados nos han permitido describir las características de la muestra seleccionada, determinando de forma específica las características de personalidad, y pudiendo establecer comparaciones muestran pertenecientes a la población general.

Con referencia al 2º objetivo, “establecer comparaciones entre los rasgos de personalidad de los deportistas de combate evaluados con los de la población general, y comparar los estados de ánimo de los deportistas de combate con los obtenidos con otras muestras precedentes”, se halla claramente un perfil diferencial entre los deportistas universitarios frente a los baremos de población generales. Asimismo, se observa cómo los deportistas universitarios hombres son más estables emocionalmente, con mayor apertura mental, más dinámicos, más perseverantes, con mayor control de impulsos y de emociones, así como una mayor apertura a la cultura. Por su parte, los de-

portistas universitarios mujeres disponen de mayores niveles energía, son más estables emocionalmente, y disponen de mayores niveles en apertura mental, mayor dinamismo, más perseverantes, con mayor control emocional y de impulsos, así como mayores niveles de apertura a la cultura y apertura a la experiencia.

Estos resultados confirman la importancia de la dimensión Energía (Piedmont et al., 1999), los mayores niveles hallados en deportistas de Control Emocional (Hogan, 1986), y la importancia de la dimensión Apertura Mental. Desde esta perspectiva, es congruente el resultado obtenido de que los deportistas hombres y mujeres dispongan de mayores niveles de Energía; asimismo, los mayores niveles en Estabilidad Emocional pueden relacionarse con el hecho que los propios deportes de combate exigen un importante control emocional y autocontrol. Por último, no es extraño observar mayores niveles de Apertura Mental en deportistas, dado que esta variable de personalidad se relaciona con el aprendizaje de nuevas habilidades y la orientación de nuevas de experiencias (Digman e Inouye, 1986; Graziano y Ward, 1992).

Respecto a los estados de ánimo, las comparaciones realizadas entre los grupos de deportistas universitarios hombres y mujeres pertenecientes a deportes de combate, frente a lo estados de ánimo de deportistas universitarios generales de Balaguer et al. (1993), muestran claramente diferencias: Los deportistas de combate hombres y mujeres obtienen un Perfil Iceberg más pronunciado que los deportistas generales, debido fundamentalmente a la obtención de menores puntuaciones en Tensión y Confusión, si bien en el grupo de mujeres también aparecen menores puntuaciones en Depresión. Estos resultados deben interpretarse con precaución debido principalmente a la diferencia temporal y de cohorte entre la recogidas de datos de la muestra de deportistas general de Balaguer et al. (1993), y nuestro estudio. Sin embargo, los resultados muestran claramente un perfil anímico diferencial de los deportistas de combate, indicando a necesidad de realizar evaluaciones específicas de los estados de ánimo en estos deportes, y por tanto, pudiendo requerir para su entrenamiento y desarrollo condiciones psicológicas diferenciales a otros deportes.

Respecto al objetivo nº3, “establecer posibles relaciones entre las características de personalidad consideradas, y los estados de ánimo evaluados”, se muestran importantes relaciones entre todos los estados de ánimo evaluados y la dimensión Estabilidad Emocional. En segundo lugar se destacan las relaciones directas entre Apertura Mental con estados de Vigor, y de forma negativa con Depresión. Por último, se observan correlaciones con tendencia a la significación marginales y negativas entre Energía y Depresión, Afabilidad y Cólera, así como entre Tesón y Confusión.

El análisis más minucioso de las relaciones entre características de personalidad y estados de ánimo, así como la realización de estudios predictivos de los estados de

ánimo a partir de las variables de personalidad consideradas, puede ofrecer importantes posibilidades de predicción y por tanto de intervención sobre las consecuencias de determinados estados de ánimo durante los entrenamientos y/o competición en los deportes tratados en el presente trabajo de investigación.

Algunas de las principales consideraciones a realizar para la superación de algunas limitaciones del estudio son: Realizar una evaluación de los estados de ánimo en series temporales (diferentes entrenamientos); incrementar en la medida el número muestral de los deportistas evaluados, y de forma especial en el grupo de mujeres; realizar un análisis de variables personales y deportivas que determinen de forma más específica las relaciones entre variables de personalidad y estados de ánimo.

REFERENCIAS

- Andrade, E. M., Arce, C. y Seoane, G. (2000). Aportaciones del POMS a la medida del estado de ánimo de los deportistas: estado de la cuestión. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 7-20.
- Andrade, E. M., Arce, C. y Seoane, G. (2002). Adaptación al español del cuestionario "perfil de los estados de ánimo" en una muestra de deportistas. *Psicothema*, 4(4), 708-713.
- Armenta, F. (2004). La Motivación y adhesión hacia la actividad física y el deporte. *EA, Escuela Abierta: Revista de Investigación Educativa*, 7, 137-152.
- Arruza, J. (1994). *Estado de ánimo, esfuerzo percibido, frecuencia cardiaca. Un estudio aplicado al entrenamiento de judo*. País Vasco: Servicio Editorial Universidad del País Vasco.
- Balaguer, I., Fuentes, I., Meliá, J. L., García-Merita, M. L. y Pérez-Recio, G. (1993). El perfil de los estados de ánimo (POMS): Baremos para estudiantes valencianos en el contexto deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 39-52.
- Beedie, C. J., Terry, P. C. y Lane, A. M. (2000). The profile of mood states and athletic performance: Two meta-analysis. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 49-68.
- Bermúdez, J. (1995). *Cuestionario "Big Five"*. Madrid: Tea Ediciones.
- Bermúdez, J. (1998). *Cuestionario "Big Five"*. Madrid: Tea Ediciones.
- Blasco, T. (1998). *Beneficios Psicológicos de la práctica deportiva en estudiantes universitarios valencianos*. Valencia: Universitat de Valencia.
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Borgogni, L. y Perugini, M. (1993). The "Big Five Questionnaire": A new Questionnaire to assess the five factor model. *Personality and Individual Differences*, 15, 281-288.
- Cattell, R. B. (1965). *The Scientific Analysis of Personality*. Baltimore: Penguin.
- Costa, P. T. y McCrae, R. R. (1985). *The NEO Personality Inventory Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

- Costa, P. T. y McCrae, R. R. (1992). Four ways five factor are basics. *Personality and Individual Differences*, 13(8), 653-666.
- Costa, P. T. y McCrae, R. R. (1995). *NEO-PI-R: Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R)*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte: Conceptos y Aplicaciones*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Digman, J. M. (1990). Personality Structure: Emergence of the Five Factors Model. *Annual Review of Psychology*, 41, 417- 440.
- Digman, J. M. e Inouye, J. (1986). Further specification of the five robust factors of personality. *Journal of Personality & Social Psychology*, 50, 116-123.
- Dosil, J. (2008). *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. Madrid: McGraw-Hill.
- Eysenck, H. J. y Eysenck, S. B. G. (1964). *Manual of the Eysenck Personality Inventory*. Londres: University of London Press.
- Ezquerro, M. (1997). *El estilo cognitivo reflexividad-impulsividad en el ámbito del deporte*. Tesis Doctoral no publicada. Universidad Nacional de Educación a Distancia, Madrid, España.
- Flores, G. y Ruiz, F. (2010). Motivaciones de los estudiantes universitarios para nunca realizar actividades físico-deportivas de tiempo libre: el caso de la Universidad de Guadalajara. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 17, 34-37.
- García-Naveira, A. (2009). *Diferencias individuales en Estilos de Personalidad y rendimiento en deportistas* Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de <http://eprints.ucm.es/9859/1/T31529.pdf>.
- García-Naveira, A., Ruiz, R. y Pujoals, C. (2011). Diferencias en personalidad en función de la práctica o no deportiva, nivel de competición y categoría por edad en jugadores de fútbol desde el modelo de Costa y McCrae. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 29-44
- Goñi, A., Ruiz, S. y Liberal, I. (2004). Las propiedades psicométricas de un nuevo cuestionario para la medida del autoconcepto físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(2), 195-213.
- Gill, D. (2000). *Psicológica dynamics of sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative "Description of Personality": The Big Five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1216-1229.
- Graziano W. G. y Ward D. (1992). Probing the Big Five in Adolescence: Personality and Adjustment during a Developmental Transition. *Journal of Personality*, 60(2), 425-439.
- Guardia, J. (2004). La actividad deportiva como instrumento y agente de formación académica en la Educación Superior Universitaria. *Revista de Educación*, 335, 95-104.

- Guillén, N. (2007). Implicaciones de la Autoeficacia en el rendimiento deportivo. *Pensamiento Psicológico*, 9, 21-32.
- Hathaway, S. R. y McKinley, J. C. (1967). *Minnesota Multiphasic Personality Inventory Manual*. Nueva York: Psychological Corporation.
- Hogan R. (1986). *Hogan Personality Inventory*. Minneapolis: National Computer Systems.
- Joloy, E. (2006). Autoeficacia y motivación en el deporte en jóvenes universitarios. *Lecturas: Educación física y deportes*, 10, 92. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd92/autoef.htm>.
- Landers, D. M. (1991). Optimizing individual performance. En D. Druckman y R. A. Bjork (Eds.), *In the Mind's Eye: Enhancing Human Performance* (pp. 193-246). Washington, DC: National Academy Press.
- Lane, A. M. y Terry, P. C. (2000). The nature of mood: Development of a conceptual model with a focus depression. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 16-33.
- León, O. y Montero, I. (2003). *Métodos de Investigación en Psicología y Educación*. Madrid: McGraw-Hill.
- Lorr, M. y McNair, D. M. (1988). *Manual for the Profile of Mood States-Bipolar form*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service.
- Martín-Albo, J., Marrero, G. y Núñez, J. L. (1998). Construcción de un cuestionario de motivaciones de inicio, mantenimiento, cambio y abandono. *Anuario de Filosofía, Psicología y Sociología*, 1, 91-108.
- Martín-Albo, J., Navarro, J. G. y Núñez, J. L. (2002). Clasificación de los deportes en función de la evolución de los motivos atendiendo al tiempo de práctica y al género. *REME*, 5, 11-12.
- McCrae, R. R. y Costa, P. T. (1987). Validation of the Five Factor Model of Personality Across instrument and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90.
- McNair, D. M., Lorr, M. y Dropleman, L. F. (1971; 1981; 1992). *Profile of Mood States Manual*. San Diego: Education and Industrial Testing Service.
- Molina-García, J., Castillo, I. y Pablos, C. (2007): Bienestar Psicológico y Práctica Deportiva en Universitarios. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 18, 79-91.
- Morgan, W. P. (1979). Prediction of performance in athletics. En P. Klavora y J. V. Daniel (Eds.), *Coach, athlete, and the sport psychologist* (pp. 173-186). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Morgan, W. P. (1980a). The trait psychology controversy. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51, 50-76.
- Morgan, W. P. (1980b). Test of Champions: The Iceberg profile. *Psychology Today*, 14, 92-108.

- Morgan, W. P., Costill, D. L., Flynn, M. G., Raglin, J. S. y O'Connor, P. J. (1988). Mood disturbance following increased training in swimmers. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 20, 408-414.
- Morgan, W. P. y Johnson, R. W. (1977). Psychologic characterization of the elite wrestler: A mental health model. *Medicine and Science in Sports*, 9, 55-56.
- Morgan, W. P., O'Connor, P. J., Elickson, K. A y Bradley, P. W. (1988). Personality structure, mood states, and performance in elite male distance runners. *International Journal of Sport Psychology*, 19, 247 - 263.
- Ortega, E. (2005). *Autoeficacia y Deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Pavón, A. y Moreno, J. A. (2006a). Características de la práctica físico-deportiva en estudiantes universitarios. *Revista Conexoes*, 4(1), 125-151.
- Pavón, A., y Moreno, J. A. (2006b). Diferencias por edad en el análisis de la práctica físico-deportiva de los universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(1), 53-67.
- Pavón, A, Moreno, J. A., Gutiérrez, M. y Sicilia, A. (2003). La práctica físico-deportiva en la Universidad. *Revista de Psicología del Deporte*, 12(1), 39-54.
- Pérez, M. C. (2002). Caracterización del entrenador de alto rendimiento deportivo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(1), 15-38.
- Piedmont, R. L., David, C. H. y Blanco, S. (1999). Predicting athletic performance using the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 27, 769-777.
- Prapavessis, H. (2000). The POMS and sport performance: A review. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 34-48.
- Raglin, J. (2001). Psychological factors in sport performance: The mental health model revisited. *Sports Medicine*, 31(12), 875-890.
- Ranger, R. (1993). A review of the profile of mood states (POMS) in the prediction of athletic success. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5(1), 78-84
- Rosa, V. (2008). Las artes marciales y los deportes de combate en números: una mirada exploratoria sobre los datos numéricos o estadísticos en Portugal. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 3(2), 38-49.
- Rhodes, R., Courneya, K. y Hayduk, L. A. (2002). Does personality moderate the theory of planned behavior in the exercise domain? *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 120-132.
- Rhodes, R. y Smith, N. (2006). Personality behaviour of physical activity: a review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 40(12), 958-965.
- Rowley, A., Landers, D. M., Kylo, L. y Etnier, J. (1995). Does the iceberg profiles discriminate between successful athletes? A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 185-199.

- Ruiz, R. (2001). La profesión del deportista desde la perspectiva de los rasgos de personalidad. *INFOCOES*, 1(1), 49-72.
- Ruiz, R. (2004). *Análisis de las características psicológicas, deportivas y sociales del deporte del judo a nivel competitivo: una propuesta teórica y metodológica para la predicción del rendimiento*. Tesis doctoral no publicada. Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.
- Ruiz, R. (2005). Análisis de las diferencias de personalidad en el deporte del judo a nivel competitivo en función de la variable sexo y categoría de edad deportiva. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5(1-2), 29-48.
- Ruiz, R. (2006). Predicción del resultado deportivo en judokas cadetes de competición aplicando las dimensiones del cuestionario de personalidad BFQ. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(2), 69-88.
- Ruiz, R. (2008). Aportaciones del análisis subdimensional del cuestionario de personalidad BFQ para la predicción del rendimiento en judokas jóvenes de competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(1), 5-29.
- Silva, J. M. (1984). Personality and sport performance: controversy and challenge. En J. M. Silva y R. S. Weinberg (Eds.), *Psychological Foundations of Sport*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Terry, P. C. (1995). The efficacy of mood state profiling with elite performers: A review and synthesis. *The Sport Psychologist*, 9, 308-324.
- Torres, G., Carrasco, L. y Medina, J. (2000). Investigación sobre los motivos por los que los estudiantes universitarios practican deporte: el caso de la Universidad de Granada. *Motricidad: revista de ciencias de la actividad física y del deporte*, 6, 95-105.
- Torres-Luque, G., Hernández-García, R., Ortega, E. y Olmedilla, A. (2010). Estudio de casos sobre el perfil de los estados de ánimo en judokas a lo largo de un período competitivo. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 5(1), 89-98.
- Valdés, H. M. (1998). *Personalidad y Deporte*. Barcelona: Inde.
- Van den Auweele, I., Cuyper, B., Van Mele, V. y Rzewnicki, R. (1993). Elite performance and personality: from description and prediction to diagnosis and intervention. En R. N. Singer, M. Murphey y L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology* (257-289). NY: McMillan Publishing Company.
- Vealey, R. S. (2002). Personality and sport behaviour. En T. S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology*, (2nd ed.) (pp. 43-74). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weinberg, R. S. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de la Psicología del Deporte y del Ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.
- Weinberg, R. S. y Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio físico*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Manuscrito recibido: 17/02/2011

Manuscrito aceptado: 30/01/2012