

PERSONALIDAD Y RENDIMIENTO DEPORTIVO. REVISIÓN MONOGRÁFICA

Temática a la cual tributa el trabajo: La ciencia, la tecnología e innovación aplicadas a la práctica de la actividad física y el deporte

Autor principal: Brayan Deivi Pérez Leiva. Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. E-mail: brayann@nauta.cu. Phone: 53 55732073. País: Cuba

Coautora: MSc. Elizabeth Jiménez Puig. Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. E-mail: elizabethjp@nauta.cu. Phone: 53 53764582. País: Cuba

RESUMEN

El rendimiento deportivo es producto de factores de diversa índole. La personalidad es uno de los constructos psicológico que pudieran explicarlo. La presente revisión monográfica tuvo como objetivo de describir los estudios que relacionan la personalidad y el rendimiento deportivo desde la perspectiva correlacionar y predictiva. Los resultados indican una influencia positiva de las relaciones interpersonales, el procesamiento de la información y los rasgos responsabilidad, estabilidad emocional y dureza mental sobre el rendimiento deportivo. En la comunidad científica aun se presentan vacíos importantes en torno a la relación entre ambas variables.

Palabras Clave: personalidad, rendimiento deportivo, correlación, predicción

ABSTRACT

Sports performance is the product of factors of various kinds. Personality is one of the psychological constructs that can explain it. The present monographic review aimed to describe the studies that relate personality and sports performance from the correlation and predictive perspective. The results indicate a positive influence of interpersonal relationships, information processing and the traits of responsibility, emotional stability and mental toughness on sports performance. In the scientific community there are still important gaps around the relationship between both variables.

Key Words: personality, sports performance, correlation, prediction

INTRODUCCIÓN

La Psicología del Deporte es una ciencia en la que se aplican los principios de psicología en el ámbito del deporte o la actividad física (Cox, 2009). En los últimos años ha ido aumentando cada vez más el interés por la Psicología Aplicada al Deporte, investigando la influencia de la psiquis, para tratar de establecer un entrenamiento para el mejor rendimiento (Portillo, 2011). Algunos autores han llegado a afirmar que la personalidad, junto a la inteligencia y la motivación, explican el 25 % de la varianza del rendimiento (Cattell, 1996).

La personalidad se concibe actualmente como un patrón complejo de características psicológicas profundamente arraigadas, que son en su mayor parte inconscientes y difíciles de cambiar, que se expresan automáticamente en casi todas las áreas de funcionamiento del individuo. Estos rasgos intrínsecos y generales surgen de una complicada matriz de determinantes tanto biológicos como producto del aprendizaje, y en última estancia comprenden el patrón idiosincrásico de percibir, sentir, pensar, afrontar y comportarse de un individuo (Millon, 1990). Se trata de un constructo psicológico, con el que nos referimos a un conjunto dinámico de características de una persona (Cox, 2009). Si bien es necesario que el cuerpo del deportista este en forma, que tenga una adecuada alimentación, un descanso apropiado; también su personalidad es un factor clave para el rendimiento deportivo (Portillo, 2011).

El rendimiento deportivo se refiere a una valoración del deportista sobre el papel que desempeña en el campo del deporte (Thomas, 1982). Este suele medirse por el éxito, batir record, ganar campeonatos, posicionarse mejor en el *ranking*. No es solo llegar, sino mantenerse en el máximo nivel (Valdes, 1998). Distintos resultados de investigaciones obtienen que la personalidad puede ser un predictor del rendimiento deportivo (Karp, 2000; Piedmont y otros, 1999; Ruiz, 2007, 2008). Sin embargo, es escaso y poco acabado el conocimiento que se tiene sobre la relación entre ambas variables. Por tanto, la presente revisión monográfica tuvo como objetivo de describir los estudios que relacionan la personalidad y el rendimiento deportivo desde la perspectiva correlacionar y predictiva.

DESARROLLO

El máximo rendimiento en la alta competición es un proceso complejo que está sujeto a una variedad de factores (personales, sociales, entrenamiento e institucionales), de los cuales, uno de ellos es el psicológico (Durand-Bush & Samela, 2002; Gould y otros, 1999). En este sentido, la personalidad puede que sea un factor de influencia más en el rendimiento y estabilidad de las acciones deportivas dentro de un mosaico de posibilidades (García y otros, 2010).

La literatura publicada en los años ´60 indicaba que los factores de personalidad como *extraversión* y la *estabilidad emocional* moderan y están positivamente asociadas con el éxito deportivo. Mientras que, en contraste, la literatura publicada durante los años ´70 concluyen que el estudio de la personalidad no tiene sentido en el ámbito deportivo (Raglin, 2001). Sin embargo, Morgan (1978) destacó como la personalidad, considerada como predictor del rendimiento, puede llegar a explicar entre un 20% y 45% de varianza.

Posteriormente, Graydon y Murphy (1995) utilizaron el *Inventario de Personalidad de Eysenck* y analizaron el rendimiento deportivo en una muestra de 20 jugadores de tenis de mesa. Los deportistas extravertidos obtienen un mayor rendimiento que los introvertidos ante situaciones de presencia de público y viceversa ante la situación sin público. Estos autores concluyen que la dimensión de personalidad *extraversión/introversión* es un factor significativo en las investigaciones de facilitación social.

Maddi y Hess (1992) estudiaron la relación entre *dureza mental* (Maddi, 1987) y rendimiento deportivo en una muestra de 37 escolares jugadores de baloncesto. Estos autores obtienen que la *dureza mental* se relaciona positivamente con el rendimiento deportivo.

Piedmont y otros (1999) aplicaron el *Five Factor Inventory* y evaluaron el rendimiento deportivo en una muestra de 79 jugadoras de fútbol femenino, con una edad entre 18 a 21 años. El rendimiento fue evaluado durante 8 partidos a través de unas dimensiones valoradas por el entrenador (*capacidad de ser entrenado, habilidad deportiva, rendimiento del partido, jugar en equipo y rendimiento total*) y mediante el análisis estadístico de determinadas acciones de juego (goles, asistencias, partidos

jugados y tiros). Dentro del análisis correlacional, la dimensión *neuroticismo* correlacionaba negativamente con la valoración total del rendimiento (tanto del entrenador como estadística), mientras que la dimensión *responsabilidad* se relacionaba de forma positiva. Además, el análisis de regresión indicó que las dimensiones de personalidad como *neuroticismo* y *responsabilidad* explicaron el 23% de la varianza del rendimiento valorado por los entrenadores, mientras que únicamente la dimensión *responsabilidad* explicaba el 8% de la varianza del rendimiento estadístico.

Karp (2000) aplicó el *16 Factores de Personalidad de Cattell* a una muestra de 126 jugadores de hockey, y concluye que varios factores de personalidad son indicadores importantes del logro deportivo (valoración de las expectativas de las deportistas): altas puntuaciones en las escalas *razonamiento* (escala B: pensamiento abstracto), *estabilidad* (escala C: emocionalmente estable, adaptada y madura), *atreimiento* (escala H: emprendedora, atrevida y segura en lo social); bajas puntuaciones en las escalas *abstracción* (escala M: práctica, con los pies en la tierra, realista), *privacidad* (escala N: abierta, genuina, llana, natural), *apertura-cambio* (escala Q1: tradicional, apegada a la familia), y *tensión* (escala Q4: relajada, plácida, paciente).

Ruiz (2007) utilizó el *Cuestionario de Cinco Factores de Personalidad* y analizó los resultados deportivos en una muestra de 34 judokas de competición de ambos sexos (19 hombres y 15 mujeres) con edades comprendidas entre los 13 y 16 años. Los resultados indican que la dimensión *tesón* (*responsabilidad* del *Five Factor Inventory*) está asociada positivamente con una mejor clasificación en los Campeonatos Nacionales para ambos sexos, mientras que la dimensión *energía* (*extraversión* del *Five Factor Inventory*) también se relaciona positivamente, pero sólo en las mujeres. Estos datos indicaron que hay que tener presente la variable sexo al predecir el rendimiento deportivo de los deportistas. Además, en las mujeres, la dimensión *tesón* fue un predictor del resultado deportivo en un 31,1% de varianza, mientras que conjuntamente las dimensiones de *estabilidad emocional*, *tesón* y *afabilidad* explican el 47,9% de varianza.

Ruiz (2008) analizó la relación entre sub-dimensiones del *Cuestionario de Cinco Factores de Personalidad* y los resultados deportivos de una muestra de judokas

(ambos sexos) pertenecientes a la categoría cadete (Ruiz, 2007). Los resultados indicaron que en la dimensión *tesón*, destacan la subdimensiones *perseverancia* y *esrupulosidad* en mujeres y *esrupulosidad* en hombres. En la dimensión *energía*, se observó una tendencia hacia la significación en las subdimensiones *dinamismo* y *dominancia* en mujeres y *dinamismo* en hombres. En la dimensión *afabilidad*, se obtuvo una tendencia hacia la significación en la subdimensión *cordialiad/amabilidad* en mujeres. En la dimensión *estabilidad emocional*, destacó una tenencia hacia la significación en la subdimensión *control de emociones* en hombres. Además, la subdimensión *perseverancia* fue un predictor del resultado deportivo en un 28,1% de varianza en mujeres y un 22,6% de varianza en hombres. Este autor concluye que las subdimensiones de los rasgos de personalidad se relacionan con la predicción del rendimiento deportivo, recomendándose su estudio debido a que aportan información diferencial y complementaria.

Finalmente, García y otros (2010) analizaron las diferencias en personalidad en función del nivel competitivo vs. perfiles de personalidad y rendimiento deportivo en deportistas de competición de la Comunidad de Madrid (futbolistas y deportistas de deportes de riesgo), utilizando el Inventario de Estilos de Personalidad de Millon (Millon, 2001). Obtuvo que hay algunas características de personalidad (o intensidad del rasgo) compartidas que presumiblemente se asocian con un mayor rendimiento deportivo (*optimismo ante las posibilidades futuras*), mientras que en contraste, en otras variables se obtienen diferencias (los deportistas del perfil de personalidad de mayor rendimiento obtienen un elevado nivel de actividad). Los autores sugiere que un análisis más completo de la personalidad y el rendimiento deportivo requiere el estudio complementario de las dos líneas de investigación contenidas en su estudio, en la medida que dichos resultados pueden complementarse entre sí y comprender de forma global qué aspectos psicológicos intervienen en la competición.

Los datos indican la relevancia de las relaciones interpersonales (*extraversión, atrevimiento...*), el procesamiento de la información (*razonamiento, abstracción...*), y los rasgos de personalidad (*responsabilidad, estabilidad emocional y dureza mental*) sobre el rendimiento deportivo. Sin embargo, el empleo de la evaluación de la personalidad en la predicción del éxito deportivo se encuentra en una situación

polémica debido a que no se obtienen resultados concluyentes, por lo que distintos autores recomiendan profundizar en la temática.

En resumen, la mayoría de las investigaciones han ido encaminadas hacia la descripción del perfil de personalidad del deportista de éxito, y tan solo algunas se han centrado en el estudio de la relación entre personalidad y rendimiento deportivo. Esto puede ser debido a la dificultad de acceder a la muestra y a la complejidad de valorar el rendimiento deportivo.

CONCLUSIONES

- En la relación entre personalidad y rendimiento deportivo, los datos indican una influencia positiva de las relaciones interpersonales (*extraversión, atrevimiento...*), el procesamiento de la información (*razonamiento, abstracción...*) y los rasgos *responsabilidad, estabilidad emocional y dureza mental* sobre el rendimiento deportivo.
- La falta de investigaciones y resultados clarificadores presentan al estudio de la personalidad en el contexto deportivo como un tema abierto y con un profundo debate entre los investigadores.

RECOMENDACIONES

- También en el contexto nacional, realizar trabajos que, con diferentes modelos y metodologías, permitan complementar los trabajos ya existentes y abrir nuevas líneas de investigación en el estudio de la personalidad en el contexto deportivo.
- Otro aspecto importante a tener presente es cómo evaluamos y qué evaluamos del rendimiento deportivo. En este sentido, resulta pertinente la construcción de herramientas observacionales para la medición del rendimiento deportivo.
- Analizar la variabilidad del rendimiento durante un período de tiempo para conocer si determinadas puntuaciones son representativas, y estudiar qué rasgos de personalidad se relacionan con la estabilidad de las acciones deportivas.

REFERENCIAS

- Cattell, R. B. (1996). The Scree Test for the Number of Factors. *Multivariate Behavioral Research*, 1, 245-276.
- Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte, conceptos y sus aplicaciones* (6ta, Ed.). Editorial Medica Panamericana S.A.
- Durand-Bush, N., & Samela, J. H. (2002). The development and maintenance of expert athletic performance: perceptions of world and Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 154-171.
- García, A., Sánchez-López, P., & Díaz, J. F. (2010). *Diferencias individuales en los estilos de personalidad y rendimiento en deportistas*. [Tesis Doctoral, Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid]. Madrid.
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C., Medbery, R., & Peterson, K. (1999). Factors affecting Olympic performance: Perceptions of athletes and coaches from more and less successful teams. *Sport Psychologist*, 13(4), 371-394.
- Graydon, J., & Murphy, T. (1995). The effect of personality on social facilitation whilst performing a sports related task. *Personality and Individual Differences*, 19(2), 265-267.
- Karp, P. E. (2000). Personality assessment and the prediction of success and achievement in professional hockey. Dissertation Abstracts International: Section B. *The Sciences and Engineering*, 61(6-B), 3315.
- Maddi, S. (1987). Hardiness training at Illinois Bell Telephone. In J. P. Opatz (Ed.), *Health promotion evaluation* (pp. 101-116). National Wellness Institute.
- Maddi, S., & Hess, M. (1992). Personality hardiness and success in basketball. *International Journal of Sport Psychology*, 23(4), 360-368.
- Millon, T. (1990). *Toward a new personology: An evolutionary model*. John Wiley and sons.
- Millon, T. (2001). *Inventario de Estilos de Personalidad de Millon*. TEA Ediciones.
- Morgan, W. P. (1978). An analysis of athlete behavior. In W. Straub (Ed.), *The credulous-sceptical argument in perspective* (pp. 218-227). Movement Publications.

- Piedmont, R., Hill, D., & Blanco, S. (1999). Predicting athletic performance using the five factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 27, 769-777.
- Portillo, M. E. (2011). Personalidad y rendimiento deportivo. *Psicología y Psicopedagogía. Revista Virtual de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la Universidad del Salvador*, 25(1), 1-49.
- Raglin, J. S. (2001). Psychological factors in sport performance: the mental health model revisited. *Sports Medicine*, 31(12), 875-890.
- Ruiz, R. (2007). 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.
- Thomas, A. (1982). *Psicología del deporte*. Barcelona.
- Valdes, H. M. (1998). *Personalidad y deporte*. Herder.