



Primer Encuentro Internacional de Psicología del Deporte
Aplicada al Fútbol

Costa Rica, septiembre de 2008

Ponencia:

PERSONALIDAD Y DEPORTE: ESTADO EN CUESTIÓN

Dr. Alejo García-Naveira

Director del Departamento de Psicología. Centro de Estudios e Investigación (CEI).
Club Atlético de Madrid.

Coordinador Grupo de Trabajo en Psicología del Deporte. Colegio Oficial de Psicólogos de
Madrid

Vocal Asociación Madrileña de Psicología del Deporte.

1. Aproximación al estudio de la personalidad en el contexto deportivo

Si nos centramos en artículos que recogen revisiones de temas estudiados en Psicología del Deporte (Dosil, 2003; Serpa *et al.*, 1993; Vealey, 1994), podemos comprobar que las investigaciones sobre personalidad, entre otras, ha sido un tema presente a lo largo de los años. Para la Psicología del Deporte, afirma Antonelli y Salvini (1978, 19), el estudio de la personalidad del deportista se ha convertido en el argumento dominante de la investigación de las motivaciones y de los efectos de su interferencia sobre la dinámica psicomotora del juego y de la competición. Entender, explicar y predecir la conducta deportiva es el punto de partida del estudio de la personalidad (Nuñez, 1998).

Aunque algunos investigadores consideren que la personalidad es una variable importante de estudio, como en otros campos de la Psicología, en el terreno de la Psicología del Deporte, los autores difieren sobre qué es la personalidad y qué unidades de análisis son las idóneas para su estudio (Bakker, Whiting y Van Der Drug, 1993; Vealey, 2002; Weinberg y Gould, 2007). En el ámbito deportivo se han seguido dos acercamientos distintos: el estudio de los correlatos de la personalidad y el estudio de las teorías de motivación (García Naveira, 2004; Reiss, Wiltz y Sherman, 2001). Principalmente, ambas líneas de estudio (rasguistas y motivacionales) han seguido su desarrollo de forma separada y han defendido posturas diferentes en la explicación de la conducta de los deportistas.

El *enfoque centrado en las disposiciones* (teorías “disposicionales” o “rasguistas”), protagonizado en los últimos años por el modelo Big-Five (Costa y McCrae, 1995), tiene como objetivo encontrar características amplias, generales, abstractas, descontextualizadas en el espacio y el tiempo, y relativamente estables que diferencien a los deportistas de forma consistente y para ello, busca datos que demuestren la extensión y duración de esas diferencias en diversas situaciones.

En este sentido, el rasgo de personalidad representa la tendencia característica que muestra el individuo a actuar y comportarse de una cierta manera. Estas investigaciones, esencialmente fundadas en cuestionarios de personalidad (16PF de Cattell, el EPQ de Eysenck y el NEO-FFI de Costa y McCrae), se basan en la determinación de los rasgos correspondientes por la participación deportiva y en la obtención de mejores resultados en el dominio de las competiciones. Si se identifica

los rasgos que presenta el deportista y el grado en el que los posee, posiblemente podríamos saber la forma en que se comportará o, al menos, explicar sus posibles reacciones psicológicas.

El *enfoque centrado en el "procesamiento dinámico"*, defiende que la personalidad es un sistema de unidades mediadoras (por ejemplo, metas y expectativas) y procesos psicológicos o dinámicas cognitivo-afectivas, conscientes o inconscientes, que interactúan con la situación a la que se enfrenta el sujeto (su contexto más inmediato o su cultura).

A pesar que los aspectos motivacionales no han recibido la atención que sería esperable, el estudio de las diferencias individuales ha avanzado gracias a la consideración del rasgo como unidad de análisis, lo que ha permitido diferenciar a los deportistas en patrones de comportamiento estables (Morris, 2000), analizando las diferencias entre deportistas y no deportistas, en función de la modalidad deportiva, género, nivel de competición, y la relación entre personalidad y rendimiento deportivo (García Naveira, 2008).

2. Pasado y presente del estudio de la personalidad con deportistas

La relación entre personalidad y deporte ha sido muy estudiada desde la década de los '60 y '70, cuando este ámbito creció significativamente, convirtiéndose en una de los más explorados en la Psicología del Deporte (Vealey, 2002). La literatura publicada en los años '60 indicaba que los factores de personalidad (por ejemplo, extraversión y estabilidad emocional) moderan y están positivamente asociadas con la participación y 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 debido a la variedad de resultados obtenidos (Raglin, 2001).

Como consecuencia de esta controversia, distintos autores (Bakker, Whiting y Van Der Drug, 1993; Cox, 2002; Vealey, 2002) indican dos posturas bien establecidas: "la escéptica" y "la crédula". En la primera, desde una perspectiva escéptica, los investigadores afirman que no se distingue la existencia y consistencia de rasgos que diferencien a los deportistas de los no deportistas (Vealey, 1992; Guillén y Castro, 1994). Por el contrario, desde la perspectiva crédula, diferentes investigadores (Alderman, 1983; Marrero, 1989) señalan que existen diferencias en personalidad

entre deportistas y no deportistas (por ejemplo, extraversión, estabilidad emocional, dominancia, dureza mental...), donde la práctica deportiva se relaciona con un cierto número de rasgos de personalidad (Rodríguez, 2003).

En la actualidad se siguen debatiendo estos aspectos, y los autores señalan que una de las posibles causas por la falta de conclusiones definitivas en el estudio de la personalidad con deportistas se derivan principalmente de problemas metodológicos, estadísticos e interpretativos (Cox, 2002; Vealey, 2002). La crítica de los investigadores se centra principalmente en la variedad de teorías e instrumentos utilizados en el análisis de la personalidad (O`Sullivan, Zuckerman y Kraft, 1998), en la dificultad de constituir la muestra de estudio (Elman y McKelvie, 2003; Vealey, 1992), la falta de replicabilidad de las investigaciones (Eysenck, Nias y Cox, 1982) y estudios inter-culturales (Cox, Liu y Qiu, 1996).

Analizando los aspectos anteriormente citados, este panorama posibilita al menos tres áreas de trabajo en el estudio de la personalidad en el contexto deportivo: a) realizar revisiones de los principales trabajos de investigación sobre personalidad y deporte desde los modelos de Cattell, Eysenck, Costa y McCrae y otros modelos (ansiedad, optimismo...); b) continuar investigando la personalidad de los deportistas con un mayor control metodológico desde estos modelos; y c) realizar trabajos que, con diferentes modelos y metodologías, permitan abrir nuevas líneas de investigación en el estudio de la personalidad en el contexto deportivo.

Con el objetivo de contribuir al esclarecimiento del estudio de la personalidad en el ámbito deportivo, la presente revisión pretende dar respuesta a una de las principales cuestiones que ha sido motivo de debate entre los investigadores en los últimos años, como es el estudio de las diferencias en personalidad entre deportistas y no deportistas, la personalidad del jugador de fútbol y la relación entre personalidad y rendimiento deportivo (ver García-Naveira, 2008).

3. El estudio de la personalidad con deportistas

3.1. Resumen 1: deportistas vs. no deportistas

Las conclusiones de la revisión de la literatura sobre los principales rasgos de personalidad desde los modelos de Cattell (1975), Eysenck (1985) y Costa y McCrae (1995) van en la línea planteada por la revisión realizada por Rhodes y Smith (2006) donde la **extraversión, neuroticismo y responsabilidad** fueron identificados como

correlatos de la actividad física, mientras que los rasgos apertura a la experiencia y afabilidad del modelo *Big-Five*, y el rasgo psicoticismo del modelo de Eysenck no fueron asociados con la actividad física. Además, no se observa consistencia en los resultados obtenidos desde el modelo de Cattell.

Por otra parte, también se comparte con Rhodes y Smith (2006) en que las variables que potencialmente se podrían relacionar con la personalidad y el deporte como el género, **edad, cultura/país, el diseño y el instrumento de medida**, aunque no hay resultados concluyentes, son relativamente invariantes a este enfoque.

En cuanto a otros modelos de personalidad, los trabajos indican que los deportistas poseen una **mayor actividad, dureza mental, dominio, agresividad, optimismo, perfeccionismo, narcisismo y menor ansiedad** que los no deportistas.

3.2. Resumen 2: el jugador de fútbol

Distintas investigaciones señalan que los jugadores de fútbol destacan por una **mayor extraversión, estabilidad emocional, responsabilidad, dependencia, agresión, logro, cohesión, energía, actividad y narcisismo** que los no deportistas.

Además, desde el modelo de personalidad de Millon (2001), el jugador de fútbol de competición se caracteriza por (ver García-Naveira, 2005):

En cuanto a la dimensión Metas Motivacionales, los deportistas son **optimistas** (escala Expansión), **activos** (escala Modificación), y **satisfacen sus propias metas** (escala Individualismo) y **la de los demás** (escala Protección). Respecto a la dimensión Modos Cognitivos, los jugadores buscan **información externa** (escala Extraversión), adquieren información de lo **tangible y concreto** (escala Sensación), transforman la información desde sus **esquemas previos de conocimiento** (escala Sistematización), y usan **parámetros racionales** para organizar la información (escala Pensamiento). Analizando la dimensión Relaciones Interpersonales, los sujetos son **obedientes a la autoridad** (escala Conformismo), **seguros** de sí mismos (escala Decisión), **se relacionan con los demás** (escala Sociabilidad), **afines** con los demás (escala Aquiescencia), y **dominantes**, agresivos, competitivos y ambiciosos (escala Dominio).

Respecto a las diferencias en función del nivel competitivo, los jugadores de fútbol de alto nivel destacan por una **mayor dureza mental, extraversión, estabilidad**

emocional, auto-confianza, optimismo, actividad, creatividad, autocontrol, colaboración, cohesión, y menor ansiedad que los jugadores de fútbol de menor nivel.

3.3. Personalidad y rendimiento deportivo

Al estudiar la relación entre personalidad y rendimiento deportivo, los investigadores han seguido dos líneas de trabajo: 1) El estudio de las características de personalidad de los deportistas de élite o alto nivel, y 2) El análisis de la relación entre rasgos de personalidad y el rendimiento deportivo.

En cuanto a las diferencias *en función del nivel competitivo*, los deportistas de alto nivel se caracterizan por una **mayor extraversión, estabilidad emocional, responsabilidad, actividad, dominio, agresividad, dureza mental, perfeccionismo, optimismo, y menor ansiedad** que los deportistas de menor nivel.

Respecto a la *relación entre personalidad y rendimiento deportivo*, los resultados tienden a indicar que a **mayor extraversión, dureza mental, estabilidad emocional, responsabilidad y menor ansiedad**, los deportistas obtienen un **mayor rendimiento deportivo**.

4. Discusión y conclusiones

Partiendo de la revisión realizada, podemos concluir que es posible que la práctica deportiva y la obtención de un mayor rendimiento deportivo se relacionen con un cierto número de rasgos de personalidad (perspectiva crédula). A pesar que estos resultados esclarecen en cierta medida la relación entre personalidad y deporte, estos aspectos deben seguir siendo investigados con un mayor rigor metodológico (constitución de la muestra, estudios interculturales, diferencias de género...).

En cuanto a las diferencias en personalidad entre deportistas y no deportistas, se observan resultados compartidos aunque no definitivos entre los diferentes trabajos. A pesar de ello, en la actualidad todavía se requieren más investigaciones que analicen en que medida el deporte influye sobre la constitución de la personalidad de los sujetos (hipótesis de desarrollo) o si por el contrario en función de los rasgos de personalidad de los sujetos estos seleccionan la práctica o no deportiva o tipo de deporte a realizar (hipótesis de selección).

Además, sería necesario profundizar en las diferencias en personalidad entre los jugadores de fútbol y otras poblaciones, ya que la mayoría de estos resultados han sido obtenidos al estudiar la personalidad de los deportistas en general, no detectando características exclusivas del jugador de fútbol.

Por otra parte, es posible que la personalidad pueda ser considerada como un predictor del rendimiento deportivo y estabilidad del mismo a lo largo del tiempo. Las diferentes instituciones deportivas o clubes de fútbol podrían utilizar la evaluación de la personalidad como un elemento más dentro de los protocolos habituales (médicos, físicos...) en la selección de deportistas (fichajes de jugadores) y detección de talentos, así como información relevante para futuras intervenciones (psicólogos) con los deportistas.

Por último, se recomienda en las futuras investigaciones que:

- * Se use un análisis multivariado, intervenciones en la actividad deportiva canalizada por las características de personalidad, diseños longitudinales y medidas objetivas de la actividad física.

- * Continuando con el planteamiento realizado por Cox (2002) y Vealey (2002), se observa la necesidad de avanzar hacia enfoques paradigmáticos, teóricos y metodológicos del estudio de la personalidad en el deporte que complementen a los resultados ya obtenidos (por ejemplo, el modelo de Millon, 2001).

- * Analizar si la personalidad tiene una influencia directa (interviene en la propia acción de juego) o indirecta (influye en conductas de preparación) sobre el rendimiento deportivo. Dicho de otra forma, si las características de personalidad pueden influir en la propia ejecución deportiva (por ejemplo, personas estables emocionalmente que soportan la presión de la competición) o en las conductas necesarias para el cumplimiento de los entrenamientos y vida personal (por ejemplo, una persona responsable que cumple con las tareas a realizar en su cuidado personal y/o entrenamientos).

Referencias bibliográficas

- Alderman, R.B. (1983). Las dimensiones fundamentales de la personalidad. En R.B. Alderman (Ed.), *Manual de Psychologie du Sport* (pp.151-245). Paris: Editions Vigot.
- Antonelli, F. y Salvini, A. (1978). *Psicología del deporte*, Tomo 1. Valladolid: Editorial Miñón.
- Bakker, F.C., Whiting, H.T. y Van Der Brug, H. (1992). *Psicología del deporte. Conceptos y aplicaciones*. Madrid: Morata.
- Cattell, R.B. (1975). 16 PF, Cuestionario factorial de personalidad. Madrid: Tea Ediciones, S.A.
- Costa, P.T. y McCrae, R.R. (1995). Neo-PI-R: Rvised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R). Odessa, F.L: Psychological Assessment Resources.
- Cox, R.H., Liu, Z. y Qiu, Y. (1996). Psychological skills of elite chinese athletes. *Journal of Sports Psychology*, 27, 123-132.
- Cox, R.H. (2002). *Sport psychology: Concepts and applications* (5ª ed.). Boston: WCB/McGraw-Hill.
- Dosil, J. (2003). Tendencias de la investigación en Psicología de la Actividad física y del deporte. *EduPsykhé*, 2, 147-164.
- Elman, W. y McKelvie, S. (2003). Narcissism in football players: Stereotype o reality. *Athletic Insight* (On-Line), 5. Available: <http://www.athleticinsight.com/Vol5Iss1/Narcissism.htm>.
- Eysenck, H.J. (1985). *The biological basis of personality*. Springfield, IL: Charles C. Thomas; Eysenck, H.J., Nias, D. y Cox (1982). Sport and personality. *Advances in behaviour research and therapy*, 4, 1-56.
- García-Naveira, A. (2004). *Diferencias individuales en jugadores de fútbol a través del tiempo: Estilo de Personalidad y motivación*. Memoria de Licenciatura. Departamento de Psicología Diferencial. Facultad de Psicología. Universidad de Complutense de Madrid.

- García-Naveira, A. (2005). Estilo de Personalidad en jugadores de fútbol. *Revista Asociación de Psicología del Deporte Argentina*. Acceso electrónico: http://www.psicodeportes.com/articulos/estilo_personal_if.html.
- García-Naveira, A. (2008). *Diferencias individuales en Estilos de Personalidad y rendimiento deportivo*. Tesis Doctoral. Departamento de Psicología Diferencial. Facultad de Psicología. Universidad de Complutense de Madrid.
- Guillén, F. y Castro, J.J. (1994). Comparación de la personalidad en deportistas y no deportistas, utilizando como instrumento el EPQ-A de Eysenk. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 5-14.
- Marrero, G. (1989). *Psicología del deporte*. Las Palmas de Gran Canaria: Linca.
- McKelvie, S.J., Lemieux, P. y Stout, D. (2003). Extraversion and neuroticism in contact athletes, no contact athletes and non-athletes: A research note. *Athletic Insight* (On-Line), 5. Available: <http://www.athleticinsight.com/Vol5Iss3/ExtraversionNeuroticism.htm>.
- Millon, T. (2001). *Inventario de Estilos de Personalidad de Millon*. Madrid: TEA Ediciones.
- Morris, T. (2000). Psychological characteristics and talent identification in soccer. *Journal of Sports Science*, 18, 715-726.
- Nuñez, J.L. (1998). *Personalidad y motivación del jugador de tenis*. Tesis Doctoral. Centro Superior de Formación del Profesorado. Universidad de las Palmas de Gran Canaria.
- O'Sullivan, D. M., Zuckerman, M., y Kraft, M. (1998). Personality characteristics of male and female participants in team sports. *Personality and Individual Differences*, 25, 119-128.
- Raglin, J.S. (2001). Psychological factors in sport performance: the mental health model revisited. *Sports Medicine*, 31 (12), 875-890.
- Reiss, S., Wiltz, J., y Sherman, M. (2001). Trait motivational correlates of athleticism. *Personality and Individual Differences*, 30, 1139-1145.
- Rhodes, R. y Smith, N. (2006). Personality correlatos of physical activity: a review

and meta-análisis. *British Journal of Sports Medicine*, 40 (12), 958-965.

Rodríguez, M. (2003). *Diagnóstico de personalidad en deporte de competición: fútbol*. Tesis Doctoral. Facultad de Medicina. Universidad Las Palmas de Gran Canaria.

Sale, C., Guppy, A. y El-Sayed, M. (2000) Individual differences, exercise and leisure activity in predicting affective well-being in young adults. *Ergonomics*, 43, 1689-1697.

Serpa, S., Alves, J, Ferreira, V., y Paula-Brito, A. (1993). *Proceedings of the VIII World Congress Of Sport Psychology*. Lisboa: ISSP; SPPD; FMH.

Vealey, R.S. (1994). Current status and prominent issues in sport psychology interventions. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 26, 495-502.

Vealey, R.S. (2002). Personality and sport behavior. En T. S. Horn (ed.), *Advances in sport psychology (2nd ed.)* (pp.43-74). Champaign, IL: Human Kinetics.

Weinberg, R. y Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics.