

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**



**DESCRIPCIÓN PSICOSOCIAL DE UN ATLETA DE ALTO
RENDIMIENTO: JUDO**

PRESENTA

AMELIA CASTRO CASTRO

**PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRIA
EN PSICOLOGÍA CON ORIENTACIÓN EN PSICOLOGÍA
LABORAL Y ORGANIZACIONAL**

MARZO, 2016



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
SUBDIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO



**DESCRIPCIÓN PSICOSOCIAL DE UN ATLETA DE ALTO
RENDIMIENTO: JUDO**

PRESENTA

AMELIA CASTRO CASTRO

**PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRÍA
EN PSICOLOGÍA CON ORIENTACIÓN EN PSICOLOGÍA
LABORAL Y ORGANIZACIONAL**

ASESOR

DR. JOSÉ ARMANDO PEÑA MORENO

MONTERREY, NUEVO LEÓN, MÉXICO,

MARZO, 2016

AGRADECIMIENTOS

Primero quiero agradecer: A Dios por guiar mi camino y permitirme llegar hasta aquí.

A Renata Arredondo el motor de mi vida por acompañarme siempre y soportar tantas cosas, por sonreír en el momento que más lo necesité. A la guerrera que viene en camino, acompañándome en el último tirón, Las amo.

Al hombre que amo, que me apoyo siempre, y no me dejó claudicar: Saúl Arredondo, gracias por compartir tu vida con la mía. GLLPM

A mis papás Josefa y Ricardo Castro, por enseñarme a empezar las cosas y terminarlas, mami, papi ¡lo logramos!

Al Dr. Cirilo García por no soltar mi mano, por darme la oportunidad de demostrar lo que se puede hacer cuando se desea de corazón.

Al Dr. Armando Peña pilar de mi carrera profesional, por darme ese empujoncito y apoyarme SIEMPRE para seguir preparándome.

A mis hermanas Karla y Jules por estar siempre ahí, por su apoyo académico, moral y por lo que implica ser mi hermana. Tetos

A la Maestra Nora Macías (mi comi) ya que desde el inicio de la maestría, nunca obtuve un no por respuesta, gracias por compartir y permitirme tanto, a Eva por hacer esto posible, a Inés y Faby por su apoyo constante hasta el final.

A todos mis maestros de la maestría, a Edgar y Eliud por ser los hermanos que no tuve, por hacerme sentir que siempre cuento con ustedes.

A Blanca Robles por ser parte de este sueño, cuando apenas era eso...un sueño, A Melody y Adriana por estar en mis ratos de desesperación y escucharme.

A mis compañeros de maestría: Pablo Castillo, Juan Carlos, Eugenio Pargas, Patricio, Martha e Ileri por rescatarme constantemente y especialmente a Cynthia Zepeda por comprender, escuchar y además compartir conmigo la aventura de ser madre y estudiante.

A los Maestros Esther Fernández y Tomás Herrera por sus consejos y por permitir que Reny trabajara a mi lado facilitando nuestros últimos semestres.

A los entrenadores de judo: Arturo Longoria e Izzedin Hamada y su equipo por permitirme trabajar con ustedes y hacerme sentir parte del mismo. Y por supuesto a la gente de la U.P.P por ser para mí, más que prestatarios de servicio social: Alicia, Ana, Liz, Nere, Paola, Perla, Pedro, Wimmer, Pato, Mich, Fátima y Oscar, a Magda y a Chío A todos GRACIAS.

INTRODUCCIÓN

El mundo moderno está cambiando a pasos agigantados y nosotros no somos ajenos a esto. En el campo organizacional específicamente en las instituciones del deporte con los altos niveles de rendimiento es necesario hacer intervenciones psicológicas para despuntar en este ámbito.

El control psicológico-deportivo del entrenamiento se ha vuelto una herramienta fundamental para no solo tratar la motivación, que muchas veces es donde se encasilla la psicología del deporte sino para mejorar el rendimiento deportivo. Este se inicia con la elaboración de un perfil psicosocial adecuado en donde es muy importante establecer los antecedentes personales.

La valoración de psicología deportiva es primordial para saber la condición del atleta, en muchas ocasiones observamos atletas con excelentes condiciones físicas mas no psicológicas limitando estas últimas el adecuado desempeño deportivo, por lo tanto el entrenamiento psicológico debe ir paralelo con el entrenamiento físico – técnico.

La elección del deporte de judo tiene como motivo la dualidad a la que se enfrentan los atletas de combate de ataque y autocontrol al mismo tiempo de buscar el triunfo sin lastimar, sin ira.

El judo, tiene como objetivo derribar al oponente usando la fuerza del mismo. En el judo de competición se puede vencer de 4 formas: la primera es derribando al oponente sobre su espalda (tachi waza) provocando un ippon directo. Cuando el oponente no cae perfectamente sobre su espalda el combate puede continuar en lo que se conoce como trabajo de suelo (combate de suelo, newaza), aquí se pueden aplicar estrangulamientos,

torsiones a la articulación del codo (luxaciones), o inmovilizaciones que consisten en mantener controlado al oponente en el suelo con la espalda pegada al tatami.

El judo a que permite una educación integral, potenciando, por medio del conocimiento de este deporte, todas sus posibilidades psicomotrices y de relación con los demás.

El principal resultado de beneficio para entrenador-atleta será que el entrenamiento tradicional, normalmente a ciegas, podrá ser sustituido por una selección consciente de lo que el atleta necesita para poder dar el resultado que se esta buscando.

Este proyecto brinda refuerzo a la selección estatal de judo (alto rendimiento) a ver más allá del aspecto, físico, técnico y táctico pues al brindarles un perfil psicosocial le damos ese plus que se busca en el deporte neolonés, este perfil esta basado en la fuerte influencia que tienen diferentes variables a lo largo de la vida del atleta, tales como la autoestima, la autoconfianza, el locus de control y el estado de esperanza.

El proyecto de investigación contiene la aplicación de cuatro instrumentos que miden los factores antes mencionados, estos resultados aportaran a los entrenadores del selectivo estatal herramientas para un manejo adecuado de los atletas.

ÍNDICE

Pág.

AGRADECIMIENTOS

INTRODUCCION

I.	PROPÓSITO DEL PROYECTO.....	7
II.	DEFINICIÓN DEL PROBLEMA.....	9
III.	OBJETIVOS.....	11
IV.	JUSTIFICACION DE LA INTERVENCION.....	12
	DELIMITACIONES.....	13
V.	MARCO TEÓRICO.....	14
1.	Las organizaciones	
	• ¿Qué es una Organización?.....	14
	• Tipos de organización.....	15
	• Organizaciones Actuales.....	16
2.	Judo	
	• ¿Qué es el judo?.....	17
	• Historia del judo.....	17
	• Características del judo.....	18
	• Normas del judo.....	23
	• Elementos.....	24
	• Categorías del judo.....	24
3.	El Alto Rendimiento deportivo.....	25
4.	Personalidad	
	• ¿Qué es el la personalidad?.....	31
	• Teorías de la personalidad.....	32
	• Antecedentes de evaluaciones de variables psicológicas en el alto rendimiento deportivo.....	50
5.	Factores que influyen en el perfil psicosocial del atleta.....	53
VI.	METÓDO	
1.	Sujetos.....	56
2.	Escenario.....	56
3.	Instrumentos.....	57
4.	Procedimiento	59
5.	Resultados.....	61
6.	Conclusiones.....	66
	REFERENCIAS.....	67

PROPÓSITO DEL PROYECTO

La intención primordial de este proyecto es la descripción del perfil psicológico de un atleta de alto rendimiento específicamente en el deporte de judo, como producto de una organización deportiva, es necesario conocer o saber lo que deseamos para poder lograrlo, solo podemos desarrollar un atleta de alto rendimiento planteándonos un objetivo, que es lo que queremos, a donde queremos llegar, en este caso sería conocer su perfil, ya que al conocerlo tenemos ubicadas las necesidades a satisfacer según la demanda del deporte, pues como institución de formación deportiva, es imprescindible saber de donde partir, tener una base para la implementación del entrenamiento requerido por el atleta, ampliando así el canal de comunicación, establecer una empatía entre el atleta-entrenador, mejorando la forma de trabajo optimizando tiempo y estrategias de intervención por parte del equipo de apoyo científico (psicólogo, nutriólogo y médico), es ideal trabajar con conocimientos previos detallados, para realizar una plan de acción adecuado e integral para el logro de objetivos a corto, mediano y largo plazo, planteados en conjunto, así como también identificar dentro del atleta sus virtudes físicas, técnicas tácticas y psicológicas así como también su áreas de oportunidad y afinarlas en la búsqueda de impulsar su rendimiento al máximo.

La preocupación por conocer este perfil, tiene como finalidad aportar algo por las organizaciones deportivas, aumentar la investigación en este ámbito mejorar su desempeño en cuanto a formación de atletas, iniciando a nivel estatal, mejorar la imagen del deporte en Nuevo León mostrar que podemos incrementar la práctica del deporte y motivar a que cada vez sean mas los

jóvenes que se decidan por esta línea de disciplina y superación combinada con estudios profesionales, conocer todo lo que el deporte nos puede dar, como impulso a la búsqueda de una mejora continua como seres que se desenvuelven en una sociedad cada vez más demandante .

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

Dentro de las organizaciones existe siempre la necesidad de comunicación, de lograr un adecuado clima laboral sin embargo se busca solucionar esta situación superficialmente no se va mas allá, las organizaciones deportivas no son la excepción.

Constantemente se habla de los resultados deficientes del deporte mexicano en las competencias de todas las índoles y de todos los deportes, se critica, se juzga, sin hacer algo al respecto, no se toman en cuenta las necesidades del atleta, no se ve más allá de la preparación física y táctica se deja de lado el aspecto psicológico.

Es por eso necesario encontrar lo que está causando estas condiciones, se iniciara de manera particular dentro de una micro organización como es el equipo de **judo** a nivel estatal.

Es imprescindible la descripción psicosocial del atleta de alto rendimiento que nos ayude a intervenir de una manera adecuada satisfaciendo las necesidades del atleta y del propio equipo expandiéndose a la organización, conociendo un perfil psicosocial podremos con mayor facilidad lograr el objetivo que se persigue.

Con el conocimiento del perfil se tiene una base para una favorable de intervención, es por eso que se busca encontrar los rasgos psicológicos que tienen los atletas que logran obtener su objetivo, el cual es ganar las competencias a las que se enfrenta.

Con la obtención del perfil se obtiene un nuevo filtro para la elección de los atletas de alto rendimiento que conformaron la selección estatal, pues recalamos el factor psicológico es imprescindible dentro de la práctica deportiva.

Se dice que competir preparado psicológicamente es competir con ventaja, demos esa ventaja a la selección estatal resolviendo la falta de conocimiento del perfil deportivo de los atletas.

Es necesario investigar la forma de evaluación e intervención en el presente para en medida de lo posible realizar una intervención alternativa y crear el cambio para la obtención de resultados satisfactorios.

OBJETIVOS

Objetivo general:

Descripción psicosocial de un atleta de alto rendimiento en el deporte de JUDO

Objetivos específicos:

- Conocer la influencia de la autoestima en el perfil psicosocial del atleta de alto rendimiento en el deporte de JUDO
- Identificar la influencia de la autoconfianza en el perfil psicosocial del atleta de alto rendimiento en el deporte de JUDO
- Conocer la influencia del estado de esperanza en el perfil psicosocial del atleta de alto rendimiento en el deporte de JUDO
- Conocer la importancia del locus de control en el perfil psicosocial del atleta de alto rendimiento en el deporte de JUDO.

Pregunta de investigación:

- ¿Influyen de manera positiva en el rendimiento deportivo la autoestima, el locus de control interno y la esperanza de solución de problemas?

JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Es muy probable que esta investigación sea denominada como fuera de lugar, ya que por el corte de la maestría lo más común sería realizar un proyecto con el personal de alguna organización manufacturera, de servicio etc. ya que al pensar en organización difícilmente pensamos en una organización deportiva.

Sin embargo dentro del deporte hay mucho que investigar y una organización de este tipo requiere de apoyo ya que es un sector olvidado y con poca intervención psicológica en cuanto a investigación.

Se dice que se investiga de lo que se duda, de lo que se sabe poco, muchas veces, entre más sabemos más queremos saber y corroborar ese conocimiento, es por eso que me veo en la necesidad de conocer más a fondo el perfil de un atleta de alto rendimiento específicamente de judo porque es un contexto en el que en algún momento me involucre de manera superficial y despertó el deseo de investigar.

Esta investigación busca satisfacer no solo la necesidad de investigar y conocer al atleta, más bien su objetivo es aportar al deporte neolonés herramientas para sobresalir a otros niveles ya sea nacional o internacional, justamente en judo deporte en el que se tiene un buen desarrollo físico, técnico y táctico, concretándolo con un buen desempeño psicológico.

El rendimiento psicológico desempeña un papel importante en el logro de rendimientos de resistencia extraordinarios, con frecuencia los rendimientos óptimos, así como los malos son atribuidos a variables psicológicas tales como la concentración y la motivación.

DELIMITACIONES

Es importante mencionar que la descripción de este perfil aplica para la categoría superior de judo, de la selección estatal de Nuevo León, las cuales entrenan en el CARE (Centro de Alto rendimiento estatal) “Niños Héroes”.

La investigación se realiza con el equipo de judo atletas de 14 a 32 años edad próximos al selectivo para el nacional de judo es importante mencionar que este perfil es limitado a este deporte y a este equipo.

La intervención durará 3 meses la cual será en los 2 horarios de entrenamiento lunes a viernes de 7:00 a 9:00 hrs matutino y de 19:00 a 21:00 hrs nocturno en el pabellón de combates es importante mencionar que estas visitas se realizaron intercaladas en los diferentes turnos por ciertas semanas a petición del entrenador. Estas intervenciones se intercalan para poder abarcar el total de la muestra de investigación ya que acuden a diferentes sesiones por sus ocupaciones académicas.

El propósito de la descripción de este perfil busca enriquecer las investigaciones de la psicología en el ámbito deportivo específicamente en un deporte de combate e individual así como también buscar la prosperidad del deporte nuevo leones mejorando los métodos de entrenamiento.

MARCO TEORICO

LAS ORGANIZACIONES

Esencialmente, la organización nació de la necesidad humana de cooperar. Los hombres se han visto obligados a cooperar para obtener sus fines personales, por razón de sus limitaciones físicas, biológicas, psicológicas y sociales. En la mayor parte de los casos, esta cooperación puede ser más productiva o menos costosa si se dispone de una estructura de organización.

Se dice que con buen personal cualquier organización funciona. Se ha dicho, incluso, que es conveniente mantener cierto grado de imprecisión en la organización, pues de esta manera la gente se ve obligada a colaborar para poder realizar sus tareas. Con todo, es obvio que aún personas capaces que deseen cooperar entre sí, trabajarán mucho más efectivamente si todos conocen el papel que deben cumplir y la forma en que sus funciones se relacionan unas con otras. (Díaz 2004)

¿Qué es una organización?

La organización es una agrupación deliberada de personas para el logro de un propósito específico (Robbins, 2005) todos son organizaciones, la universidad donde asistimos, la organización en la que trabajamos, la iglesia, los equipos de fútbol, las tiendas, todos esos grupos son organizaciones que comparten tres características comunes: propósito, personas y estructuras deliberadas.

Propósito distintivo: se expresa de ordinario en términos de una meta o conjuntos de metas que la organización espera alcanzar.

Personas: toda organización está formada por personas, si una persona trabaja sola, no constituye una organización, se requiere de varias personas para alcanzar el trabajo necesario a fin de que una organización alcance sus metas.

Estructura deliberada: esta estructura puede ser abierta y flexible, sin una delineación clara y precisa de los deberes de cada empleado ni una adhesión estricta a distribuciones explícitas del trabajo, es decir relaciones de trabajo informales, la estructura puede ser mas tradicional, con reglas, reglamentos y descripciones de puestos definidos cuidadosamente identificando algunos miembros como jefes, los cuales tienen autoridad sobre otros miembros, no importa que tipo de arreglo use una organización, debe tener una estructura deliberada para que las relaciones de trabajo se perciban con claridad (Robbins 2005).

Tipos de organización

Organización formal: se entiende, en general, la estructura intencional de funciones de una empresa organizada formalmente. Pero denominar una organización como formal no significa que contenga inflexibilidad o que sea limitante. Para proceder eficientemente una organización, debe existir una estructura que ofrezca mejores condiciones para la contribución eficaz del desempeño individual, tanto en presente como en futuro a las metas grupales. La organización formal debe ser flexible dar lugar a la discreción, la utilización del talento creativo y el reconocimiento de los gustos y capacidades individuales en las organizaciones formales. Los esfuerzos individuales deben canalizarse hacia metas grupales y organizacionales.

Organización informal: conjunto de actividades personales sin un propósito común consiente, aunque favorable a resultados comunes. Para resolver un problema de organización, es mucho más fácil pedir ayuda a alguien que se conoce personalmente aunque trabaje en un departamento diferente, que al alguien desconocido pero con mucha experiencia. La organización informal es una red de relaciones interpersonales que surge cuando se asocia la gente. Las organizaciones informales son aquellas que no aparecen en los organigramas.

Los miembros de una institución deben comprender la estructura de su organización, para que esta estructura funcione, para lograrlo se requieren de enseñanza. Así mismo ya que la organización formal se ve completada por la organización informal los miembros deben entender ambos tipos de organización. (Alonso 2006)

Organizaciones tradicionales vs organizaciones actuales.

Organización tradicional: estable, inflexible, centrada en el trabajo, trabajo definido por posiciones, orientada hacia el individuo, puestos permanentes, se mueve por órdenes los jefes deciden siempre se guía por reglas, personal homogéneo, reglas jerárquicas, trabajo en horario e instalaciones establecidos.

Organización actual: es dinámica, flexible, enfocada a habilidades, el trabajo está definido en término de tareas, orientado hacia el equipo, empleos temporales, orientada a la participación y relaciones laterales personal heterogéneo (Robbins 2005)

JUDO

Actividad deportiva que tiene fortísimos contenidos educativos, culturales va dirigido hacia el logro del equilibrio físico y espiritual en quien tiene la práctica y los que están a su alrededor, es un arte marcial de combatir sin armas, Jigoro Kano su fundador lo identifica como el método más eficaz para la educación de la mente cuerpo y espíritu, tuvo su origen en Japón de 1882. La palabra judo esta compuesta por dos términos JU: que significa suavidad, serenidad, armonía y DO: que significa camino, sendero o vía (Uequin 2005)

Historia del Judo

El origen de las artes marciales de Japón el sistema de arte marcial Takenouchi-ryu fundada en 1532 es considerado el inicio de las formas de Japón jiu-jitsu. Judo fue derivado de jiu-jitsu, el arte, ya sea para atacar o defender a otros a sí mismo con nada más que el propio cuerpo.

El Judo Kodokan

En 1882, el Dr. Jigoro Kano (el padre de Judo) hizo un estudio exhaustivo de las antiguas formas de autodefensa e integrado lo mejor de estas formas en un deporte que se conoce como el Judo Kodokan.

Los saltos de plazo Kodokan abajo en ko (conferencia, el estudio, el método), do (camino o ruta de acceso), y kan (sala o lugar). Por lo tanto, significa "un lugar para estudiar el camino". Del mismo modo el judo se descompone en ju (suave) y do (camino o ruta) o dejando la definición como "el camino suave".

El Prof. Kano adoptó las partes superlativo de todas las escuelas de Jiu-jitsu, se deshizo de las partes precario y el Judo Kodokan fue reconocido en pocos años a ser excelente ya que sus estudiantes abrumado a los atletas del jiu-jitsu en el Concurso de Policía bujitsu.

La categorización de Judo Kodokan se completó alrededor de 1887. El Kodokan tenía tres objetivos generales: la educación física, el dominio del concurso y pos supuesto del entrenamiento de la mente del competidor.

El deporte olímpico

Continuando con la organización del Kodokan y la promulgación de los reglamentos de Judo, el profesor Kano se convirtió en el primer miembro asiático del Comité Olímpico Internacional en 1909 y trabajó para la difusión del Judo en todo el mundo. Judo se convirtió en un evento oficial en los Juegos Olímpicos de Tokio en 1964, respaldado por los fans de Judo y promotores deportivos de todo el mundo Kano

Durante su vida, Jigoro Kano alcanzado un grado de doctorado en Judo, un diploma equivalente a la duodécima dan, otorgado al creador del Judo solamente. El ha trabajado contantemente para garantizar el desarrollo del deporte japonés y a menudo es llamado el “Padre de los deportes japoneses”. En 1935 fue galardonado con el Premio Asahi por su destacada contribución a la organización del deporte en Japón durante su vida.

(www.intjudo.eu/index.php)

¿En qué consiste?

El judo consiste en derribar al contrincante usando combinación de la Fuerza-técnica. Hay dos posibilidades de que el combate acabe. Una es cuando termina el tiempo 4-5 minutos según la categoría, en esta ocasión el vencedor es el judoca que más puntuación haya obtenido hasta entonces, en caso de empate se realiza una prórroga a técnica de oro, el primero que puntúe obtiene la victoria para ello se da 3 minutos si nadie realiza puntuación la decisión del ganador se toma por los árbitros, cada uno vota por el judoca que cree que lo a hecho mejor.

La otra forma de vencer se divide en 4:

- A) Por ippon directo
- B) Por inmovilización: 20-25 segundos
- C) Por luxación o estrangulación
- D) Por descalificación

Puntaciones

En el judo competitivo se pueden marcar 3 clases de puntos:

Ippon: Punto completo, gana el combate, cuando proyectas al contrario obtienes un ippon si consigues derribarlo haciendo que caiga sobre su espalda, también te dan un ippon si inmovilizas a tu adversario 25 segundos, si se rinde golpeando dos o más veces el tatami o si en una estrangulación o luxación se considera que debe finalizar el combate con victoria del que la ha realizado.

Puntuaciones

Waza-ari: Medio Punto, con 2 de estos se obtiene un ippon, consigues un waza-ari si proyectas al adversario perno no llega a caer de espaldas, o si lo inmovilizas entre 20 y 25 segundos

Yuko: punto menor que el Waza-ari se obtiene al arrojar al oponente al suelo y este cae de lado, o si la inmovilización dura entre 15 y 20 segundos.

Koka: Era la menor de las puntuaciones y se otorgaba cuando proyectabas a tu adversario sobre las piernas o nalgas, o en caso de que lo inmovilizaras entre 10 y 15 segundos.

Actualmente la puntuación de koka se ha suprimido, ahora el árbitro decide si es yuko o no se puntúa.

En el judo también hay dos tipos de penalizaciones:

Hansoku-make: se le concede al judoka por realizar una acción ilegal o por falta de respeto.

Shido: son faltas menores por el primero se concede un koka al contrario (con la ley nueva se trata solo de un aviso) el segundo marca como yuko, el tercero como waza-ari y el cuarto se da como Hansoku make.

Vestimenta judogi

El **judogi** es el uniforme usado se compone, fundamentalmente, de una chaqueta (llamada kimono) y un pantalón blanco. La chaqueta es gruesa y áspera, rígida y fuerte, para que así pueda aguantar tirones y movimientos bruscos. Tiene dos solapas que se cruzan la izquierda por encima de la

derecha. También tiene unos faldones más suaves y finos. Esta forma de cubrir una solapa con la otra es herencia de la época feudal, donde los samurái portaban su katana (sable) en el lado izquierdo: Si cubrieran el lado izquierdo con el derecho, con frecuencia la empuñadura se engancharía con la solapa derecha al desenvainar, lo cual podría significar la muerte ante un adversario rápido. Asimismo, cubriendo la solapa derecha con la izquierda se puede esconder un cuchillo (tanto) por dentro, que se desenvainará rápidamente introduciendo la diestra bajo ésta. La chaqueta va atada con un cinturón (obi) que indica el grado de experiencia del judoka.

El pantalón suele atarse con una jareta o cuerda, que es el típico cierre que con un sistema de tensión se ajusta a la cintura.

El judogi puede ser blanco o azul, aunque últimamente hay selecciones y clubes que lleva colores vistosos (amarillo, naranja)

Literalmente: ropa del camino de la flexibilidad (judo). Judo: Camino de la flexibilidad. Gi: ropa. (Marwood 2002)

Área de competencia: tatami

Las competiciones de **Judo** se celebran en tatamis. El área de competición debe tener una dimensión mínima de 14 por 14 metros y una máxima de 16 por 16 metros. La superficie de competición está dividida en dos zonas: el área de combate y la zona de seguridad. La separación entre estas dos zonas se denomina área de peligro y está marcada por una zona roja, de una anchura aproximada de un metro.

La actividad se desarrolla en el área de combate. Cualquier técnica aplicada cuando uno o ambos competidores estén fuera del área de combate no será reconocida a excepción de:

Cuando un competidor proyecta a su adversario fuera del área de combate pero él permanece dentro.

Cuando ha sido anunciado *Osae-Komi*; el combate puede continuar hasta que se cumpla el tiempo asignado por el *Osae-Komi* o hasta que un competidor abandone o se marque *Toketa*.

Si durante el curso de un ataque como un *O Uchi Gari* el pie o la pierna de quien proyecta sale del área de combate y se mueve sobre el tapiz del área de seguridad pero no coloca ningún peso sobre el. (Marwood 2002)

Cinturones

Desde el blanco (aprendiz), pasando por el amarillo, naranja, verde, azul y marrón, hasta el negro. Una vez conseguido el cinto negro (1er. Dan), se asciende en un sistema de DANES. Para pasar de un DAN a otro hace falta mucha perseverancia. A partir del 6º Dan, el color del cinturón es blanco-rojo a franjas alternadas de unos 5 centímetros y a partir del 9º, rojo.

Categorías y cinturones, el sistema de cinturones basado en colores usado en Europa distingue el tiempo de práctica y experiencia.

En España se utilizan los siguientes:

Cinturón blanco	6º Kyu	2 meses
Cinturón amarillo	5º Kyu	3 meses
Cinturón naranja	4º Kyu	4 meses
Cinturón verde	3º Kyu	6 meses
Cinturón azul	2º Kyu	9 meses
Cinturón marrón	1º Kyu	1 año
Cinturón negro	1º Dan	2 años
Cinturón negro	2º Dan	2 años
Cinturón negro	3º Dan	4 años
Cinturón negro	4º Dan	5 años

Debemos establecer una observación, en relación a la categoría de cinturones negros, existen varios grados. Así a partir del 6º Dan, el cinturón puede ser rojo o blanco. El 9º y 10º Dan, máxima categoría, es completamente rojo (Uequin 2005)

Normas del judo

- a) La suspensión del koka, solo habrá yuko, waza-ari e ippon
- b) Cualquier acción que se realice por debajo del cinturón será penalizada directamente con hansoku-make

Con estas nuevas normas, exactamente con la segunda lo que quieren hacer es ver un judo más técnico y más visible desde fuera.

Elementos del judo

Manos: suelen intervenir en todas las técnicas, ya sea como actor principal o como apoyo, para mantener el equilibrio, la posición e incluso para abrir o despejar el camino a otro recurso.

Antebrazos: desarrolla mayor potencia que la mano. Su mejor base se obtiene haciendo palanca sobre la muñeca.

Piernas: la utilización de este recurso precisa una técnica depurada, combinación de manos y piernas.

La ropa: yudogui

Campeonatos del mundo y primera olimpiada

En 1930 se celebraron los primeros campeonatos de Japón. A comienzos de la II guerra mundial el judo ya era el deporte nacional, en 1956 se realizaron los primeros campeonatos del mundo en Tokio y desde 1965 se han celebrado cada 2 años, en 1980 se realizaron los primeros campeonatos femeninos y 1988, en los olímpicos de Seúl se introdujeron pruebas de demostración femeninas y se convirtió en deporte oficial en 1999.

Categorías

Infantil Mayor 11-12 años (1999-2000)

Juvenil Menor 13-14 años (1997-1998)

Juvenil Mayor 15-16 años (1995-1996)

Juvenil Superior 17-19 años (1992-1994)

Primera fuerza 16 en adelante (CONADE 2010)

ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO

El concepto de alto rendimiento en el deporte surge para marcar una diferencia entre el deporte participativo y el de alta competición, es necesario establecer determinadas valoraciones acerca de los fundamentos generales de la caracterización y organización del deporte de alto rendimiento, existen dos fases importantes, que marcan la trayectoria del deportista en su formación, la iniciación deportiva y el perfeccionamiento atlético, para una mejor comprensión de los objetivos y tareas a cumplir mediante el proceso de entrenamiento aplicado a los atletas que pretenden ubicarse en una fase superior en la practica deportiva. (Gómez 2007)

El alto rendimiento deportivo cumple un rol fundamental en el camino de desarrollo de las habilidades físicas, cognitivas y de responsabilidad personal y social del individuo deportista ya que sus planteamientos y objetivos son el logro de la más alta performance del atleta. Camino lleno de sacrificios, compromisos, altos y bajos en la curva de rendimiento y de motivación, estructurado según las exigencias cada vez mayores de la competencia deportiva que incluso lleva a analizar, investigar y realizar cambios permanentes en búsqueda de ese momento culminante del logro máximo. (Romero 2008)

Existen varias formas de realizar una actividad física organizada y cada una se diferencia de las demás por los objetivos que se establecen durante su practica, creándose normativas que se ocupan de trazar los lineamientos necesarios y bien definidos en dependencia de los intereses del practicante,

En lo particular haremos un detallado análisis de las características y fundamentos generales del deporte de alto rendimiento.

Deporte	Recreativo y participativo	Alto rendimiento	Educación física organizada
Características	<ul style="list-style-type: none"> • voluntario • no dirigido • no sistemático • no incremento notable de rendimiento 	<ul style="list-style-type: none"> • organizado • orientado • dirigido • planificado • controlado • sistemático 1.iniciación deportiva 2.perfeccionamiento atlético 	<ul style="list-style-type: none"> • dirigida • psicomotricidad • habilidades y capacidades • no incrementos notables de rendimiento

Cuadro resumen de la clasificación del deporte en dependencia de los objetivos establecidos por los practicantes en la sociedad.

El deporte de alto rendimiento tiene como objetivo fundamental, El aumento del nivel competitivo en el deportista, esto conlleva a su vez el incremento de todos los indicadores de la preparación, el factor físico, técnico, táctico, teórico y psicológico, deben formar una estrecha relación durante un proceso que va culminar con el logro de la meta propuesta.

Se necesita cubrir ciertas necesidades primordiales para completar el proceso, primero analizaremos las necesidades materiales, como requisitos mínimos, donde se cuente con un área de entrenamiento que reúna las condiciones de

práctica con semejanzas a las condiciones de competencias, en caso que sea posible se debe hacer una correcta selección de la matrícula del equipo deportivo, conocemos por experiencia que no siempre se tiene esa posibilidad, otro requisito sería el tiempo destinado al entrenamiento y la frecuencia semanal, pues solo se lograrán altos resultados cuando la práctica sea sistemática y con el tiempo necesario para el desarrollo de los contenidos de la preparación del deportista.

El factor determinante en el proceso de entrenamiento para los deportes de alto rendimiento, es el entrenador, este juega el papel más importante, pues tiene la función de aplicar en sus programas todos los conocimientos de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo, las ciencias aplicadas al deporte, como son, la biomecánica, la bioquímica, la morfología, la fisiología, la pedagogía, la Psicología, entre otras, además de los conocimientos técnicos, teóricos y prácticos de su deporte y todo esto con el objetivo que se cumpla con las funciones del entrenamiento deportivo de alto rendimiento.

Funciones del deporte de alto rendimiento

- 1- Análisis y Caracterización del deportista.
- 2- Orientación del proceso de entrenamiento hacia objetivos generales y específicos.
- 3- Organización del proceso de entrenamiento y competencias.
- 4- Planificación del proceso de entrenamiento y competencias.
- 5- Dirección del proceso de entrenamiento y competencias.

6- Control y Evaluación del proceso de entrenamiento y competencias.

El objetivo primordial del alto rendimiento es aumentar el nivel competitivo.

Las necesidades del alto rendimiento deportivo, son tener el modelo ideal del deportista, tener adecuadas condiciones físicas de entrenamiento, así como también la dedicación de tiempo de entrenamiento para el logro de los objetivos.

La función del entrenador es conocer y aplicar la técnica, la teoría y la práctica, así como la teoría y teología del entrenamiento y de las ciencias aplicadas al deporte, hacer un análisis y caracterización del deportista, orientación del proceso de entrenamiento hacia objetivos específicos conocer la organización, planificación y dirección del proceso de entrenamiento y competencias así como también tener el control y evaluación de los periodos mencionados.

El deporte de alto rendimiento tiene 2 fases: ***La iniciación deportiva y el perfeccionamiento atlético***

El deportista puede comenzar su práctica, desde edades muy tempranas, donde el organismo aun no esta preparado para la asimilación del contenido de las cargas que exige el entrenamiento deportivo y que debe transcurrir el tiempo necesario para que se establezcan estos mecanismos, ese tiempo se denomina: ***Iniciación deportiva***. La tarea fundamental de esta fase, es la formación básica del atleta que garantice un desarrollo mas prolongado y eficiente del nivel de rendimiento y en donde cada preparación establece su objetivo particular.

Objetivo de los indicadores de la preparación en la fase de iniciación deportiva

Preparación técnica: Formación de habilidades y destrezas en la ejecución de los movimientos técnicos del deporte.

Preparación táctica: Reconocimiento de variantes técnicas en función del desempeño táctico durante la actividad competitiva.

Preparación física: Crear las bases para el desarrollo físico específico del deporte, mediante fundamentos generales.

Preparación psicológica: Establecer mecanismos que garanticen la formación del carácter y la conducta deportiva.

Preparación teórica: Conocimientos del deporte en cuestión, normas y reglas de entrenamientos y competencias.

Es la segunda fase del deporte de alto rendimiento denominada **Perfeccionamiento atlético**, donde el atleta se encuentra en condiciones óptimas en su desarrollo psíquico-funcional y con experiencias acumuladas durante la primera fase, o en otro caso tener la edad ideal para recibir las cargas establecidas durante el proceso de este tipo de entrenamiento.

Para entrar en la etapa de perfeccionamiento atlético se hace necesario haber transcurrido por el tiempo ideal de práctica deportiva y poseer la base necesaria que garantice al atleta un estado óptimo para el incremento gradual y progresivo de los parámetros de la carga y del nivel de entrenamiento.

En deportes de combate (en judo) a donde pertenece el deporte de vuestra investigación es necesario una duración de 3 a 4 años en la fase iniciación, para empezar el perfeccionamiento atlético después de los 13 años.

Objetivo de los indicadores de la preparación en la fase de perfeccionamiento atlético

Preparación técnica: Fijación de habilidades y destrezas en la ejecución de los movimientos técnicos del deporte con un amplio margen de reproducción inmediata.

Preparación táctica: Aplicación de variantes técnicas en función del desempeño táctico durante la actividad competitiva con altos por cientos de efectividad.

Preparación física: Optimizar el potencial de desarrollo físico específico del deporte, elevando las capacidades funcionales y el nivel de entrenamiento del atleta.

Preparación psicológica: Formación estable de la disposición psíquica que asegure la efectividad y confiabilidad de la autorregulación del deportista.

Preparación teórica: Valoración amplia de los componentes que integran el sistema deportivo para entrenamientos y competencias. (Gómez 2007)

PERSONALIDAD

Conjunto de rasgos individuales que poseen y que diferencian a una persona de otra, la personalidad explica de forma habitual de comportarnos y engloba toda la estructura psicológica, es decir tanto los aspectos intelectuales, como motivacionales y afectivos.

No se llega aun a un acuerdo sobre el significado exacto de la personalidad pero podría definirse como la tendencia de un individuo de comportarse en forma consistente en diferentes situaciones. (Polaines 2003)

Características de la personalidad

Consistencia: La personalidad es relativamente estable a lo largo del tiempo sin embargo esto no evita que sea modificada a lo largo del tiempo por el medio ambiente o experiencias

Diferenciación: Permite identificar a cada individuo como ser único, la personalidad es única por la combinación de factores internos, esta característica se traduce a la respuesta a los diferentes estímulos que presenciamos.

Evolución: la personalidad va cambiando como la persona va madurando y variando con la interacción del medio.

Impredicción: es una combinación compleja que hace difícil la predicción de sus acciones (Rivera 2009)

TEORÍAS DE LA PERSONALIDAD

Durante la mayor parte del siglo XX, los textos de personalidad han descrito varias teorías que compiten por explicarla sin que exista solapamiento aparente entre ellas.

Las teorías más relevantes son las que se presentan a continuación:

Las teorías psicodinámicas: Ven la personalidad como resultado de motivaciones y conflictos inconsciente, frecuentemente de tipo sexual. Sostiene que los conflictos, culpas, defensas y formas de tratar con los demás pueden rastrearse hasta dinámica inconsciente que se originan en la infancia temprana.

Las teorías conductistas: A mediados del siglo XX aparece un segundo enfoque, El Conductismo. Desde esta perspectiva, los seres humanos no poseen “rasgos” internos que lleven como si fueran riñones, sino que la consistencia de la conducta es el resultado de los patrones de reforzamiento a lo largo del tiempo. Dado que los refuerzos cambian en los distintos entornos, también lo hace la personalidad, así hay quien muestra relajado y extrovertido en una situación y tímido en otra.

Las teorías humanistas, las cuales enfatizan el papel de los motivos de desarrollo positivo de la relación de potencial en el moldeamiento de la personalidad, surge en la década de los 60's-70's, rechazando las teorías psicodinámicas y conductuales, centrándose en la fortaleza y el libre albedrío de la naturaleza humana. Para esta corriente, la personalidad es el “yo persona”, el yo verdadero”.

La teoría de rasgo, se centra en la categorización y descripción de la manera en la que difieren la personalidad de la gente (Morris, 2001).

Perspectivas psicodinámicas

Las teorías psicodinámicas consideran que la conducta es resultado de la dinámica psicológica que ocurre dentro del individuo, con frecuencia, fuera del alcance de la conciencia. Freud se valió de la física de su tiempo para acuñar el término psicodinámica: así como la termodinámica es el estudio de calor, de la energía mecánica, y de cómo se transforman uno en otro, la psicodinámica es el estudio de la energía psíquica y cómo se transforma y expresa en la conducta (Cloninger 2003)

Las teorías psicoanalistas de la personalidad surgieron con la obra del médico austriaco Sigmund Freud en la segunda mitad del siglo XIX y comienzos del XX. Aunque la obra fue continuada por muchos autores, a diferencia de la mayoría de las teorías e investigación de la psicología moderna, el enfoque psicoanalítico adopta criterios metodológicos diferentes. Especialmente habla de la “verdad psicológica” la cual nos habla de la idea de que la realidad material es irrelevante en el entendimiento de la psique humana, ya que la mayor parte de la realidad psicológica se ocupa de la satisfacción de los deseos inconscientes y los recuerdos de las primeras experiencias, en consecuencia, lo que cuenta como evidencia en la teoría psicoanalítica es muy diferente de lo que consideran las otras corrientes en psicología (Cloninger 2003).

Los psicoanalistas hablan de fuerzas ocultas que son moldeadas por experiencias de la infancia, desempeñando una función importante para activar y darle dirección a nuestro comportamiento.

Conceptos principales

Estructura mental

En su intento por crear una teoría que abarcara toda la actividad mental, Freud partió el modelo biológico. Entre sus conceptos más significativos se cuenta la división estructural de las partes de la mente, sus etapas de desarrollo y los factores que impulsan la energía.

Afirmaba que nada ocurre al azar, cada pensamiento, sensación, recuerdo o acto tiene una o varias causas.

Todos los fenómenos mentales advienen por medio de una intención consciente o inconsciente y están determinados por los sucesos que los preceden.

Freud decía que la mente estaba dividida en tres partes:

Consciente: se explica por si mismo, lo que pensamos al momento parte por la que se preocupa la ciencia.

Inconsciente: Llamamos inconsciente a un proceso psíquico cuya existencia n podemos reconocer pero del cual no sabemos nada, los materiales inconscientes se caracterizan por su vivacidad y su inmediata, son atemporales, es decir, no se distribuyen cronológicamente, el tiempo no puede modificarlos .

Preconsciente: Forma parte del inconsciente. Tiene partes accesibles para el consciente, almacén para los recuerdos de la conciencia funcional. (Cloninger 2003).

Para poder comprender y esclarecer en forma cabal la personalidad de acuerdo a Freud es preciso esclarecer y exponer lo que existe en el inconsciente, pero como este disfraza el significado del material que conserva, no puede observarse de modo directo. Por lo tanto, es preciso interpretar sus claves, sueños y las fantasías con el fin de comprender los procesos inconscientes que dirigen el comportamiento.

Estructura de la personalidad

Freud desarrollo una teoría la cual sostiene que la personalidad está integrada por tres componentes distintos el ELLO, el YO y el SUPERYO:

ELLO

- Ahí se derivan los aspectos de la personalidad.
- Es primitivo y desorganizado.
- No aplica con las leyes lógicas del pensamiento.
- No se modifica cuando la persona crece o madura.
- Sus cometidos consisten en reducir la tensión, incrementar placer y disminuir el dolor.
- Tiene un carácter totalmente inconsciente.

YO

- Es la parte que mantiene contacto con la realidad.
- Su misión consiste en preservar la salud, seguridad y la cordura.

- Se concentra en regular el nivel de tensión de los estímulos internos.
(Placer)
- Fue creado por el ello en un intento por controlar la tensión.

SUPERYO

- Surge del yo.
- Es juez o censor de las actividades y reflexiones del yo.
- Deposito de códigos morales, normas de conducta y construcciones.
- Desarrolla, elabora y mantiene el código moral de la persona.
- Tiene 2 componentes la conciencia y el yo ideal.
- La conciencia evita realizar acciones que infringen la moral
- Hace que nuestro comportamiento sea menos egoísta y más virtuoso.

Desarrollo de la personalidad

La perspectiva de Freud acerca de cómo se desarrolla la personalidad es a lo largo de una serie de etapas que ocurren en la infancia, la importancia de la secuencia que propuso radica en su explicación acerca de cómo las experiencias y dificultades ocurridas durante una etapa específica de la infancia pueden predecir la particular idiosincrasia en la personalidad del adulto.

Esta teoría relaciona cada una de las etapas del desarrollo psicosexual con una función biológica, la cual Freud asumía como centro de placer en cada periodo determinado.

Las etapas del desarrollo son:

ETAPA ORAL: se caracteriza por la gratificación oral de chupar, comer y morder.

- Comienza desde el nacimiento.
- La pulsión se dirige hacia la supervivencia.
- La energía libidinal se concentra en la boca.
- La etapa oral tardía, incluye instintos agresivos.
- Es normal conservar los placeres orales

ETAPA ANAL: se caracteriza por la gratificación al expeler y retener las heces fecales

- Inicia entre los uno y un año y medio.
- Aprende a controlar esfínter y la vejiga.
- Presta atención a la micción y la defecación.
- El control representa una fuente de placer.
- La energía libidinal se concentra en el ano.

ETAPA FALICA: se caracteriza por un interés en los genitales, solución al complejo de Edipo, que conduce a la identificación con el progenitor del mismo sexo.

- Inicia desde los 3 a los 5- 6 años.
- Se centra en los órganos genitales.
- La excitación se asocia con la estrecha presencia física de los padres

- Se presenta el complejo de Edipo

ETAPA GENITAL: resurgimiento de los intereses sexuales y establecimientos de relaciones sexuales maduras (Feldman 2003)

- El último periodo.
- Retorna la energía libidinal a los genitales.
- Los jóvenes de uno u otro sexo se conocen sus diferencias.

Estas ideas sobre el desarrollo de la personalidad no son tributarias de una evaluación psicológica normal, ya que se considera que cuenta como evidencia es muy diferente de la evidencia empírica normal necesaria en psicología. Aunque algunos psicólogos consideren esta teoría de enfoques, otros los entienden como solo historias complejas.

Perspectiva del aprendizaje

Se basan en el aprendizaje, abarcan desde el conductismo extremo basado en estímulo respuesta y que define la personalidad como resultado de numerosas porciones pequeñas de condicionamiento que el niño recibe a lo largo de su vida, hasta la conducta social más compleja y las teorías de cognición social, que describen la experiencia social como el factor determinante crucial de la personalidad.

El creador del conductismo J.B Watson afirmó que la mente del niño es una tabla rasa al nacer, un hoja en blanco que espera llenarse con la escritura de su experiencia.

Según Watson, la personalidad era de suma de todas las asociaciones estímulo-respuesta aprendidas que el sujeto desarrollaba a través de su

interacción con el ambiente. Estas asociaciones podían proceder de muchas fuentes diferente, ser deliberadas o accidentales.

Skinner en 1972, adoptó un planteamiento similar de la personalidad, aunque los mecanismos de aprendizaje los identificó de manera diferente, entendía el aprendizaje, no como el condicionamiento clásico secundario a las asociaciones repetidas entre estímulo y respuesta sino el producido por la ley de efecto, es decir, el principio por el que aquellas acciones con consecuencias agradables tienen mayor probabilidad de repetirse, según esta concepción, se implica que el sujeto está continuamente manipulado por cuanto conlleva la obtención de una recompensa o escapar de unas consecuencia desagradables.(Cloninger 2003)

La personalidad es la suma de conductas aprendidas, las personas podían distinguirse de entre si porque actuaban de forma diferente y esto se debía a que se reciben esfuerzos sutilmente diferentes a lo largo de la vida. (Feldman2003). Niega la existencia de la mente o cualquier tipo de yo interno.

Mientras tanto en 1977 Bandura consideró los factores sociales como más importantes en la formación de la personalidad de lo que Watson y Skinner habían admitido. Identificó el aprendizaje social como el proceso crucial implicado en la personalidad. Este incluía el condicionamiento operante y clásico, pero, en especial, implicaba también el aprendizaje infantil a través de los procesos de imitación e identificación. Se trata de formas rápidas de aprendizaje social que permiten al niño adquirir unidades complejas de conducta de forma rápida y eficiente, y sin peligros asociados al aprendizaje por ensayo y error (Cloninger 2003).

Bandura entendió la imitación como un estado inicial, donde la persona copia acciones o conductas específicas a través de un modelo. El tipo de conductas mostradas por el modelo son importantes para establecer el rango de conductas posibles en el niño. En esta fase, el aprendizaje se asimila dentro del concepto del yo del niño, y esto implica que pueden adoptarse estilos enteros de interacción o de conducta, no simplemente de acciones.

El niño adopta a diferentes individuos como modelos de rol. Al identificarse con estos modelos, el niño puede explotar su aprendizaje de nuevas formas de conducta: actúa imaginándose como actuaría su modelo de rol en una situación determinada. De esta forma y a diferencia de la imitación, donde únicamente se reproducen conductas existentes, el niño puede producir nuevas conductas a través de la identificación.

Según Bandura la personalidad se define como un producto de la experiencia y del aprendizaje individual único, es algo aprendido, en el sentido de que procede de la experiencia única del sujeto, pero también incluye patrones de interacción y mecanismos de aprendizaje social que no se incluyeron en los otros modelos. (Cloninger 2003).

Perspectiva humanista

Los humanistas subrayan el potencial de las personas para el crecimiento y el cambio, así como la manera en que experimentan subjetivamente su vida en el presente, en vez de insistir en cómo se sintieron o actuaron en el pasado. Este enfoque los llevó a sostener que cada individuo es personalmente responsable de su vida y su resultado. Por último los humanistas también creían que. Dadas unas condiciones de vida razonables, las personas se desarrollarán en las

direcciones deseables. La base de los teóricos humanistas es esforzarse por alcanzar la perfección (Morris 2001).

La teoría humanista menciona que todos los enfoques de la personalidad referidos anteriormente tiene en común un error fundamental en sus concepciones de su naturaleza humana. En lugar de considerar que las personas son controladas por las fuerzas inconscientes e inobservables, reforzadas por castigos y situaciones, e incluso por factores heredados, los enfoques humanistas de la personalidad destacan la bondad básica de de los seres humanos así como su tendencia a crecer para lograr niveles mas altos de funcionamiento. Es esta capacidad consciente y automotivada para cambiar y mejorar, junto a los impulsos creativos únicos de la persona, lo que constituye el núcleo de la personalidad.

Carl Roger principal exponente del humanismo sugiere que las personas tienen necesidad de aprecio positivo, reflejada en la necesidad universal de ser amadas y respetadas. Debido a que son los demás quienes brindan este aprecio positivo, generamos dependencia hacia ellos. Comenzamos a vernos a juzgarnos a través de los ojos de los demás y a confiar en sus valores.

Para Rogers y otros técnicos humanistas de la personalidad como Abraham Maslow, una meta final del crecimiento de la personalidad es la autorrealización. La autorrealización es un estado de satisfacción individual que permite a las personas alcanzar su máximo potencial. Las personas autorrealizadas se aceptan tal como son en realidad, lo cual les permite alcanzar la felicidad y la satisfacción (Cloninger 2003)

Conceptos principales

La esfera de la experiencia

Hay una esfera de la experiencia propia de cada individuo que contiene todo lo que sucede dentro de la envoltura del organismo en cualquier momento y que encierra de la posibilidad de acceder a la conciencia. Esto comprende los sucesos, las percepciones y las sensaciones de las cuales la persona no tiene conciencia, pero podría adquirirla si se concentrara en estos datos empíricos. Se trata de un mundo personal y privado que corresponde o no a la realidad objetiva y observada.

El self

El self es una entidad inestable y mutable. Sin embargo, si se observa en cualquier momento, parece estable y predecible, ya que para observarla, solemos “congelar” una sección de la experiencia.

El *self* según Rogers es un proceso, un sistema que, por definición, cambia constantemente. En esta diferencia, en este énfasis en el cambio y en la flexibilidad, radica la originalidad de la teoría rogeriana. A partir del concepto fluidez, Rogers formuló la idea de que los individuos no sólo son capaces de conseguir crecimiento y el desarrollo personal, sino que estos cambios positivos constituyen una progresión natural y esperada.

El Self o el concepto de si mismo es la forma en que las personas se entienden con base en las experiencias, las vivencias y las expectativas del futuro.

El self ideal

Es el concepto de sí mismo que la persona anhela y al cuál le asigna un valor superior. Al igual que el self, es una estructura sujeta a un cambio constante, razón por la que requiere una redefinición continua. Cuando el self ideal difiere significativamente del self real, la persona se siente insatisfecha e inconforme y por ende, sufre problemas neuróticos. La capacidad de percibirse con claridad y al mismo tiempo, aceptarse, representa un signo de salud mental. El self ideal es un modelo hacia el cual se dirigen todos los esfuerzos. A la inversa en medida en que difiera de la conducta y los valores reales, el *self ideal* inhibe la capacidad de desarrollo (Fadiman, 2005)

Autorrealización

Rogers la entendió como un esfuerzo activo para el desarrollo personal. La autorrealización es un movimiento hacia la autonomía y la independencia del entorno. Se trata pues de una orientación dirigida hacia el desarrollo personal, el despliegue óptimo de la personalidad, la realización de sí mismo, y la conservación del individuo son esfuerzos por conseguir capacidades y una conducta capaz (Zuazua 2007)

Según Rogers, el objetivo de la vida es satisfacer este proyecto genético, para convertirnos en la mejor expresión de los que cada uno es capaz de ser. Rogers llamó a esto la tendencia a la Realización. (Morris 2001)

Perspectiva de los Rasgos

Todas las teorías antes mencionadas enfatizan la importancia de las experiencias tempranas en la niñez y cada uno propone un conjunto de principios que intenta explicar todas las posibilidades de la personalidad humana.

Sin embargo otros teóricos de la personalidad toman un enfoque muy distinto. En vez de concentrarse en cómo se desarrolla la personalidad, se concentran en la personalidad adulta y como difieren una de otra. Estos teóricos indican que las personas difieren de acuerdo al grado en que poseen ciertos rasgos de personalidad, como dependencia, ansiedad, agresividad y sociabilidad (Morris, 2001).

Si alguien le pidiera hacer una caracterización de otra persona, es probable que hiciese un listado de las cualidades personales de ese individuo, como usted las percibe.

Los teóricos de los rasgos no suponen que unos tenemos unos rasgos y unos no sino, más bien proponen que todos los individuos tenemos ciertos rasgos pero que la medida en la cual un determinado rasgo se aplica a una persona en particular, es variable y se puede cuantificar.

El mayor reto planteado a los rasgos de los teóricos del enfoque de los rasgos ha sido identificar los rasgos primarios específicos necesarios para describir la personalidad (Cloninger, 2003)

Gordon Allport, llamó a los rasgos “disposiciones 22”, existen literalmente en el sistema nervioso como estructuras que dirigen la conducta consistente en diversas situaciones.

También creía que en tanto los rasgos describen las conductas que son comunes a muchas personas, cada personalidad individual contiene una constelación única de rasgos. Se opuso a la idea de dividir a las personas en varios tipos, argumentó que, más bien, cada persona puede comprenderse en los términos de su propia individualidad.

A pesar de que Allport manejo al final una lista de 4500 términos después de eliminar sinónimos, era evidente que aun tenía un problemas de suma importancia para todos los enfoques de los rasgos, era necesario manejar los más básicos a lo que este respondió que hay tres categorías: Los cardinales, los centrales y los secundarios.

Conceptos principales

La identificación de los rasgos, según Allport, es:

CARDINALES: Es una característica única que dirige la mayor parte de las actividades de una persona.

CENTRALES: como la honestidad y la sociabilidad, son las principales características de un individuo; por lo general se cuentan entre cinco y diez en cualquier personas.

SECUNDARIOS: Son características que afectan al comportamiento en pocas situaciones y tienen menos influencias que los rasgos cardinales o los centrales.

Teoría de Eysenck

Desarrollo una nueva teoría de la personalidad afirmaba que los aspectos más distintivos de la personalidad podían agruparse en dos rasgos principales y que estos se medían de forma eficaz a través de los test psicométricos.

Identificó patrones de rasgos obteniendo una conclusión muy distinta acerca de la naturaleza de la personalidad. Concluyó que la mejor forma de describirla consistía en reducirla en tres dimensiones importantes:

EXTROVERSIÓN: Se relaciona con el grado de sociabilidad. No se trataba de simplemente del deseo de interactuar con otros. También está relacionado con las respuestas frente a cuestiones sobre la impulsividad, asumir riesgos y la búsqueda de estímulo. Eysenck determinó que este grupo de rasgos estaban en relación directa con el grado de estimulación requerida por el sujeto.

NEUROTICISMO: abarca la estabilidad emocional, es secundario a la agrupación conjunta de una serie de rasgos diferentes de primer orden, incluyendo la ansiedad, la hostilidad y un que denominó hipocondría, que era una susceptibilidad frente a dolencias de tipo nervioso como las cefaleas o los ataques de pánico, adjudicada a una base biológica según Eysenck.

PSICOTISMO: se refiere al grado en que se distorsiona la realidad. Esta tercera dimensión determina el grado de preparación del individuo debe adaptarse a las reglas de la sociedad, y para actuar de forma convencional. La principal diferencia entre esta escala y otras es que no parecen distribuirse de forma normal en toda la población. Eysenck afirmaba que las otras dos dimensiones de la personalidad tenían una distribución normal. Aunque unos

pocos sujetos conseguirían puntuaciones extremas, la mayoría se situaría alrededor de la zona media.

Las cinco grandes categorías de la personalidad

Extroversión:

Locuaz, atrevido, activo, bullicioso, vigoroso, positivo, espontáneo, efusivo, enérgico, entusiasta, aventurero, comunicativo, franco, llamativo, ruidoso, dominante, sociable.

Afabilidad:

Cálido, amable, cooperativo, desprendido, flexible, justo, cortés, confiado, indulgente, servicial, agradable, afectuoso, tierno, bondadoso, compasivo, considerado, conforme.

Dependencia:

Organizado, dependiente, escrupuloso, responsable, trabajador, eficiente, planeador, capaz, deliberado, esmerado, preciso, práctico, concienzudo, serio, ahorrativo, confiable.

Estabilidad emocional:

Impasible, no envidioso, relajado, objetivo, tranquilo, calmado, sereno, bondadoso, estable, satisfecho, seguro, imperturbable, poco exigente, constante, placido, pacífico.

Cultura o inteligencia:

Inteligente, perceptivo, curioso, imaginativo, analítico, reflexivo, artístico, perspicaz, sagaz, ingenioso, refinado, creativo, sofisticado, bien informado, intelectual, hábil, versátil, original, profundo, culto (Cloninger 2003)

Teoría de Catell

A partir de la aplicación del análisis factorial,- método estadístico que permite resumir las relaciones existentes entre un gran cantidad de variables, dentro de un número menor de patrones con un carácter más general-, el psicólogo de la personalidad Raymond Catell señaló que las características observables en una situación determinada de 46 rasgos superficiales o conglomerados de comportamientos relacionados. Aplicando el análisis, Catell descubrió que los 16 rasgos primarios representan dimensiones básicas de la personalidad. Con base a estos rasgos elaboró el cuestionario de los dieciséis factores de la personalidad.

Catell afirma que sus diez factores de la personalidad proporcionarían una representación de individuo en términos de rasgos más comunes.

Al establecer un concepto de perfil de personalidad como una descripción adecuada, más que la simple calificación en un tipo, Catell abrió la vía para la obtención de mediciones psicométricas más detalladas, y también otros aspectos de la conducta humana.(Cloninger 2003).

Factores primarios usados en el 16 FP

- Expresividad emocional
- Inteligencia
- Fuerza del yo
- Dominancia
- Impulsividad
- Lealtad grupal
- Aptitud situacional
- Emotividad
- Creatividad
- Actitud cognitiva
- Sutileza
- Conciencia
- Posición social
- Certeza individual
- Autoestima
- Estado de ansiedad

ANTECEDENTES DE EVALUACIONES PSICOLÓGICAS EN EL ALTO RENDIMIENTO

“Análisis subdimensional del Cuestionario de Personalidad BFQ para la predicción del rendimiento en judokas jóvenes de competición” Ruiz (2007)

Estudio que buscó determinar en un grupo de judokas competidores pertenecientes a la categoría cadetes masculino y femenino y participantes en el Ranking Nacional Cadete Sub´17 del 2002, los siguientes objetivos: 1) Describir las características de personalidad de ambas categorías a través de las subdimensiones del cuestionario de personalidad BFQ; 2) Comprobar si existen relaciones entre las subdimensiones de personalidad y los resultados deportivos considerados; 3) valorar la capacidad predictiva de las subdimensiones; 4) Establecer comparaciones a nivel correlacional y predictivo entre los resultados obtenidos a nivel dimensional (Ruiz, 2007) y subdimensional con la muestra de judokas utilizada. Los resultados muestran importantes relaciones entre las subdimensiones de personalidad y los resultados deportivos, observándose en el grupo cadete femenino modelos de regresión estadísticamente significativos (hasta el 28.1% de varianza explicada con la subdimensión Perseverancia). A pesar del importante grado de convergencia entre los resultados obtenidos a nivel subdimensional y dimensional, se observan diferencias que indican la necesidad de aplicar las subdimensiones en los estudios de predicción del rendimiento deportivo al aportar información diferencial y complementaria. Esta reflexión sería especialmente válida para el grupo cadete femenino, dado que en el grupo cadete masculino solo se obtienen en los análisis correlacionales y predictivos resultados próximos a la significación.

“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” (Ruiz 2005)

En el presente artículo se presentan los resultados obtenidos con la aplicación del cuestionario BFQ a una muestra de 346 judokas de competición de ámbito nacional. Los resultados mostrados pertenecen a un estudio desarrollado entre los años 2001 y 2002. En el artículo, se describen las características personológicas a nivel dimensional y subdimensional de la muestra analizada, determinando las posibles diferencias de la muestra en función de las variables sexo y categoría de edad deportiva. A su vez, se realiza unas breves reflexiones sobre las implicaciones del estudio de la personalidad en el ámbito deportivo competitivo. Los resultados muestran importantes diferencias tanto en la variable sexo como en la variable categoría de edad deportiva, si bien estas últimas diferencias se circunscriben casi exclusivamente a los deportistas pertenecientes al sexo masculino. Con relación a la variable sexo, se hallan diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones Afabilidad y Estabilidad Emocional, así como en las subdimensiones Dominancia, Cooperación, Control Emocional y Control de Impulsos. El grupo masculino obtuvo las mayores puntuaciones en todas estas dimensiones y subdimensiones a excepción de Afabilidad y Cooperación, donde el grupo femenino obtuvo las mayores puntuaciones. Respecto a la variable categoría deportiva de edad, las diferencias pertenecientes al sexo masculino se hallan en todas las dimensiones consideradas (a excepción de Energía) y en gran parte de las subdimensiones (a excepción de Dinamismo, Cordialidad,

Perseverancia, Control Emocional y Apertura a la cultura). Respecto al grupo femenino, no se hallan diferencias a nivel dimensional ni subdimensional.

“Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo”. Buceta (2007)

Realizó esta investigación objetivo de esta investigación fue analizar la influencia de variables psicológicas en la consecución de éxito, la continuidad a largo plazo y la ocurrencia de lesiones, en el contexto del deporte de competición. Se realizaron tres estudios con judokas, jugadores de fútbol y nadadores, utilizando como instrumento de evaluación el cuestionario Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). Los análisis realizados mostraron asociaciones estadísticamente significativas entre la percepción de control del estrés y de la autoconfianza; y la obtención de éxito, la continuidad a largo plazo en el deporte de competición y la ocurrencia de lesiones. Estos resultados sugieren la importancia del entrenamiento de habilidades psicológicas para favorecer el rendimiento deportivo y la prevención de lesiones, así como la utilización del cuestionario CPRD que, con un número reducido de items, ofrece una medición de un amplio rango de variables psicológicas en el contexto específico del deporte.

FACTORES QUE INFLUYEN EN EL PERFIL PSICOSOCIAL DEL ATLETA

Locus de control (instrumentalización externa)

La instrumentalización externa se refiere la percepción de que todos los eventos, sean buenos o malos, son consecuencia directa de las propias acciones.

El estudio del locus de control, un importante recurso de afrontamiento que tiene gran relevancia como factor predictivo de otras variables actitudinales, afectivas y de comportamiento, se inició hace ya muchos años. Con el correr del tiempo, se ha perfeccionado el entendimiento de este constructo y han ido surgiendo medidas cada vez mejores del mismo. Aunque en un comienzo se lo consideraba unidimensional, hoy se han llegado a medir, por lo menos, seis modalidades diferentes que lo integran. Se propone retroceder hasta las primeras conceptualizaciones respecto del locus de control, delineando cronológicamente, y de manera sintética, algunos de los hallazgos que posibilitaron entender el concepto desde una perspectiva multidimensional

Muchos jóvenes latinoamericanos piensan que en su mundo la toma de decisiones está fuera de su control, la llevan a cabo las mayores figuras de autoridad cuyos intereses no responden necesariamente a los de la sociedad como un todo. Muchas personas creen que los gobiernos, y las personas con poder son malintencionados, perversos cierto. Es importante que nuestros jóvenes entiendan que pueden controlar su mundo, tomar decisiones importantes. La capacidad de poder controlar situaciones sociales o por el contrario, sentir que nada puede hacerse para modificar un entorno dominado

por personas poderosas, también queda reflejada en la clasificación que años
Es importante evaluar la autoconfianza en los entrenamientos del deportista.

- Tener en cuenta otros hechos como la presión, el arbitraje, los compañeros de juego(www.efedeportes.com/autoconfianzaydeporte)

Autoestima

La autoestima es la autovaloración de uno mismo, de la propia personalidad, de las actitudes y de las habilidades, que son los aspectos que constituyen la base de la identidad personal.

La autoestima se construye desde la infancia y depende de la forma de relación con las personas significativas, principalmente los padres.

Los padres pueden ayudar a sus hijos a desarrollar una alta autoestima, condición que puede influir notablemente en la vida adulta.

Para asegurar un desarrollo psicológico armonioso con alta autoestima los padres deben expresar amor a sus hijos, alentarlos en sus iniciativas individuales, minimizando los errores que podrán ser señalados como experiencia de aprendizaje.

Las expectativas poco realistas sobre las posibilidades de los hijos suelen provocar en ellos el deseo de aprobación y afecto y la necesidad de obtener metas personales que no estén de acuerdo con sus verdaderas aspiraciones individuales y sus reales capacidades, viviendo los fracasos como pérdida de autoestima (Montoya 2001)

La falta de confianza en si mismo induce a la necesidad de compararse e identificarse con modelos sociales e impide comprender que cada persona es

Esperanza

La esperanza se define como uno de los sentimientos más positivos y constructivos que puede tener un ser humano. La esperanza es aquel sentir que hace que un individuo construya hacia un futuro cercano o lejano una situación de mejoría o de bienestar. Para que tal sentimiento se haga presente, la persona debe contar con una actitud optimista, volviéndose entonces la esperanza en algo mejor algo muy difícil de sentir en casos de depresión, angustia o ansiedad.

A diferencia del optimismo, la esperanza es un tipo de sensación que surge generalmente ante situaciones determinadas y específicas, mientras que el optimismo es más bien una actitud constante hacia el modo en que se desarrollan los eventos en la vida de cada uno. La esperanza puede aparecer y desaparecer de acuerdo a las circunstancias y, al mismo tiempo que nos consideramos esperanzados sobre la resolución de un tema particular, podemos no sentir lo mismo cuando las circunstancias cambian. La esperanza es entonces descrita como un estado de ánimo y no como una actitud hacia la vida, aunque ambas cosas (la esperanza y el optimismo) pueden complementarse.

La esperanza es un organismo creado cognitiva que comprende (creencia en la capacidad de iniciar y sostener las acciones) y las vías (creencia en la capacidad de generación de rutas) para alcanzar los objetivos.

(www.definicionesabc.com)

MÉTODO

Sujetos:

Grupos	Experimental	Control
Participantes	42 atletas de alto rendimiento: JUDO	42 sin práctica deportiva.
Genero	Femenino Masculino	Femenino Masculino
Edad:	Entre 14 y 33 años	Entre 14 y 33 años
Estatus social:	Clase media	Clase media
Lugar de nacimiento:	Nuevo León	Nuevo León
Ocupación:	Estudiantes Empleados	Estudiantes Empleados

Escenario

El primer acercamiento con el coordinador de los grupos de apoyo científico (Antonio López) y el director técnico (Arturo Longoria) Se realizó en el gimnasio de halterofilia específicamente en la oficina del coordinador ubicada en el Centro de Alto Rendimiento “Niños Héroe”, mientras que las observaciones de entrenamiento y las pláticas posteriores con los entrenadores se llevaron a cabo en el área de judo.

El área de judo es una sala amplia ventilada, con buena iluminación, dos puertas de cristal, un acceso principal y una salida de emergencia, cuenta con cuatro áreas de entrenamiento,(tatamis) las cuales se modifican a una sola

área cuando se trabaja condición física, cuenta con la ayuda de cuerdas para tal propósito, existe un dispensador de agua para la hidratación de los atletas, cuenta con una oficina para entrenadores, la cual tiene 4 sillas de plástico y un escritorio, es aquí donde se realizaron las entrevistas de manera individual previo al entrenamiento en los entrenamientos vespertinos y posterior al entrenamiento cuando la visita se realizaba en la sesión matutina.

El área de judo encuentra en el centro del pabellón de combate el cual se comparte con las áreas de entrenamiento de los siguientes deportes: box, lucha olímpica, esgrima, karate y tae kwon do, es pabellón de combates se encuentra ubicado en el Centro de Alto Rendimiento “Niños Héroes” en la calle Manuel L. Barragán, sin número en la Colonia Regina, Monterrey Nuevo León.

Instrumentos

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG: La Escala de Autoestima de Rosenberg consta de 10 preguntas, puntuables entre 1 y 4 puntos, lo que permite obtener una puntuación mínima de 10 y máxima de 40. Los autores del cuestionario no han establecido puntos de corte, es decir, puntuaciones que permitan clasificar el tipo de autoestima según la puntuación obtenida, aunque se suele considerar como rango normal de puntuación el situado entre 25 y 35 puntos. De lo que disponemos es del resultado obtenido al enfrentar el cuestionario a población normal, formada por estudiantes universitarios. Es de prever que en la población general se encuentren casos de individuos con diversos niveles de autoestima, siendo muy minoritarios los casos extremos, ya sea por máxima o mínima autoestima. (Rosemberg 1989)

ESCALA DE INTERNALIDAD INSTRUMENTAL DE GARCIA Y RAMIREZ: La Escala de internalidad instrumental de 10 preguntas, puntuables entre 1 y 7 puntos, lo que permite obtener una puntuación mínima de 7 y máxima de 28. Los autores del cuestionario no han establecido puntos de corte, es decir, puntuaciones que permitan clasificar el tipo de autoestima según la puntuación obtenida, aunque se suele considerar como rango normal de puntuación el situado entre 14 y 20 puntos.

ESCALA DE ESPERANZA DE ESTADO PARA ADULTOS, la Escala de Esperanza ha sido desarrollada y validada previamente como una medida con la disposición de auto-reporte de esperanza. (Snyder et al., 1991). Fue diseñada para desarrollar y validar una medida de la esperanza de estado. Los seis puntos del Estado Esperanza de la escala son internamente consistentes y reflejan la teoría de los componentes de las agencias y de las vías. Las relaciones de la Escala de Estado Esperanza a otras medidas demuestran la validez concurrente y discriminante, por otra parte, la escala es sensible a los acontecimientos en la vida de la gente, como lo demuestran los datos recogidos a través de los diseños correlacionales y causales. La escala de esperanza de estado ofrece una medida de auto-reporte breve y coherente, y válida del pensar de un sujeto que puede ser útil para los investigadores y profesionales aplicados.

ESCALA DE AUTOCONFIANZA DE YEUNG: la escala de autoconfianza busca medir la confianza que tienes en este momento de lo que *haces*, *piensas* y *sientes*, consta de 10 preguntas, puntuables entre 1 y 5 puntos, lo que permite obtener una puntuación mínima de 10 y máxima de 50. Los autores del cuestionario no han establecido puntos de corte, es decir, puntuaciones que permitan clasificar el tipo de autoconfianza según la puntuación obtenida, aunque se suele considerar como rango normal de puntuación el situado entre 31 y 40 puntos (Yeung 2009)

Procedimiento:

Se realizó una visita a la organización deportiva, Instituto de Cultura Física y Deporte de Nuevo León, específicamente con Antonio López coordinador del grupo de apoyo científico en conjunto con Arturo Longoria director técnico de la selección de judo para solicitar su autorización para trabajar con la selección estatal de judo y se plantearon los objetivos de la investigación, posteriormente se estableció contacto con el entrenador de las categorías con más experiencia competitiva dentro del judo.

La intervención fue iniciada en el mes de octubre con: presentación de una servidora al equipo, observación de los entrenamientos, continuando con una entrevista individual, las vistas al entrenamiento se realizaron de forma diaria de forma alternada en ambas sesiones matutina y vespertina.

Se realizaron intervenciones individuales de consejería con algunos atletas que presentaron estados de ansiedad, falta de concentración, así como problemáticas de integración de grupo por la cercanía al selectivo y competencia eliminatoria para la OLIMPIADA NACIONAL 2011, así como

también se solicitó apoyo psicológico para dicho evento a realizarse el 11 de diciembre de 2010.

La aplicación se llevó a cabo de forma grupal, en el área de entrenamiento de judo, se llevó a cabo en 2 sesiones en la primera sesión (vespertina) se aplica a 31 atletas y posteriormente en el entrenamiento sabatino (matutino) a los 11 atletas restantes.

A los participantes del grupo control se aplicaron en 5 sesiones en los cubículos del laboratorio de prácticas psicológicas, segundo piso de la unidad de prácticas psicológicas edificio de la facultad de psicología de la UANL.

Se realizará una base con los datos recolectados por medio del Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS) y el AMOS 17 para ser analizado y posteriormente interpretado.

Tipos de variables

La variable dependiente fue el perfil psicosocial de un atleta de alto rendimiento

Las variables independientes fueron: El locus de control, el estado de esperanza y la autoestima

Diseño

Investigación descriptiva, transversal.

RESULTADOS

En el presente capítulo se describen los resultados del estudio, los cuales se mostrarán de la siguiente forma: inicialmente se presentará una breve descripción de los datos socio demográficos de mayor interés de la muestra. En el segundo apartado se mostrarán los modelos explicativos del modelo de rendimiento, por medio de la relación de esta variable dependiente y las variables independientes, para la comprobación de las hipótesis del estudio, y a través de la utilización del paquete AMOS (versión 18), mediante el análisis factorial confirmatorio de las escalas.

Finalmente en el tercer apartado se mostraran los análisis factoriales de las escalas de locus de control interno, autoestima y esperanza adulta y lo relacionado a la confiabilidad de cada una de ellas.

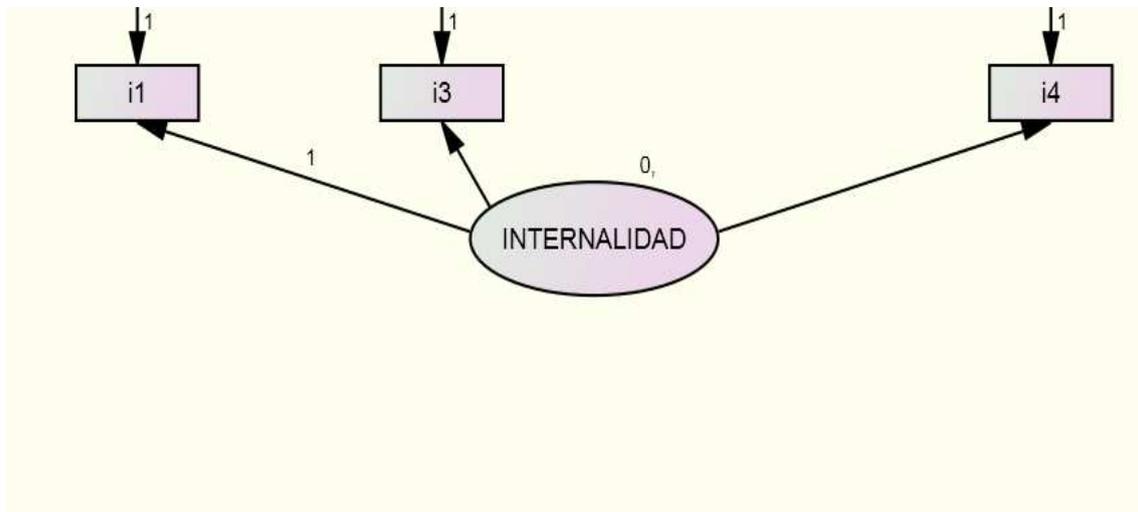
Modelos de análisis factorial confirmatorio (AMOS) y confiabilidad de las escalas de medida para las variables independientes y dependiente.

El análisis factorial confirmatorio se utilizó con el objetivo de determinar la validez de constructo, utilizando el procedimiento de “probabilidad máxima” para las escalas de locus de control interno, autoestima y esperanza adulta y lo relacionado a la confiabilidad de cada una de ellas

Se privilegió el uso del análisis factorial confirmatorio, debido a que según la literatura ofrece una rigurosa prueba de validación de la estructura de los factores, teniendo un grado de precisión mayor con el manejo de los datos estadísticos y predictivos, que el análisis factorial exploratorio, ofreciendo índices de modificación y considerando los errores de medida, como los índices para un modelo final explicativo (Kline, 1994).

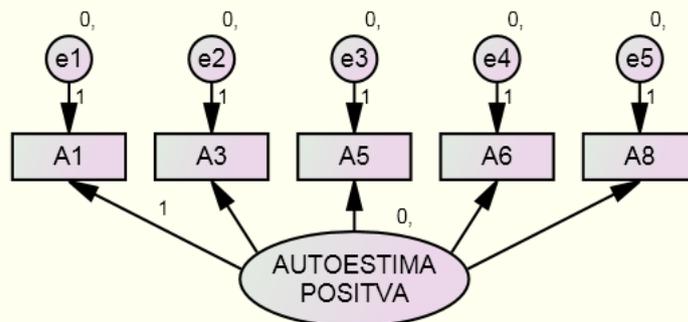
La escala de internalidad, como se le llamo al factor arrojado al análisis de esta muestra específica de la investigación, solo cargaron con un coeficiente de 3 reactivos de los 7 totales de esta escala, y que obtuvieron en conjunto un coeficiente de confiabilidad alpha-Cronbach de .68 que se encuentra por encima del valor de .70 aceptado propuesto por Watson y Clark (1997), y que demuestra una consistencia interna confiable, además de que el grado de correlación de los reactivos KMO (medida de Kaiser-Meyer-Oklin) que indica un buen grado de correlación entre los reactivos.

FIG. 1 INTERNALIDAD VALIDADA MEDIANTE AFE Y AFC



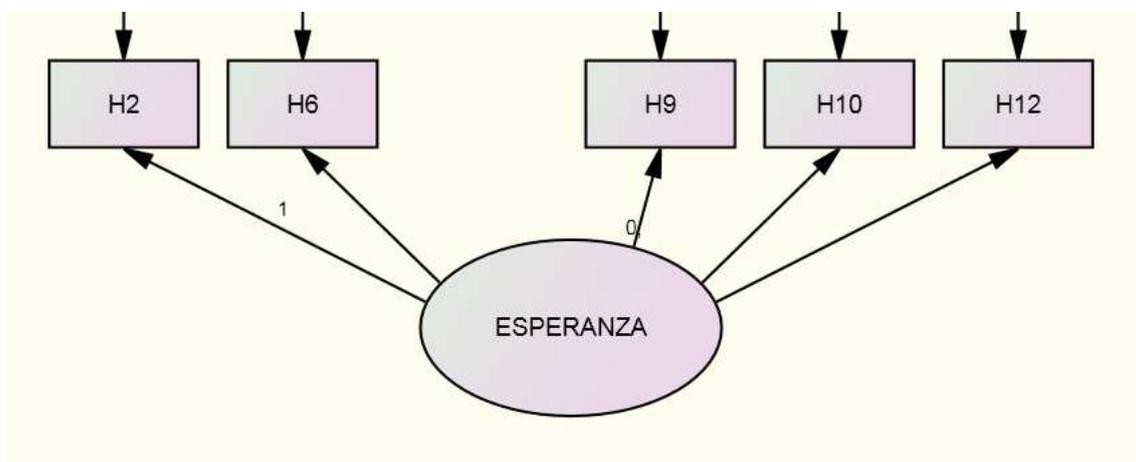
La escala de autoestima, como se le llamo al factor arrojado al análisis de esta muestra específica de la investigación, solo cargaron con un coeficiente de 5 reactivos de los 10 totales de esta escala, y que obtuvieron en conjunto un coeficiente de confiabilidad alpha-Cronbach de .69 que se encuentra por encima del valor de .70 aceptado propuesto por Watson y Clark (1997), y que demuestra una consistencia interna confiable, además de que el grado de correlación de los reactivos KMO (medida de Kaiser-Meyer-Oklin) fue de .77 que indica un buen grado de correlación entre los reactivos.

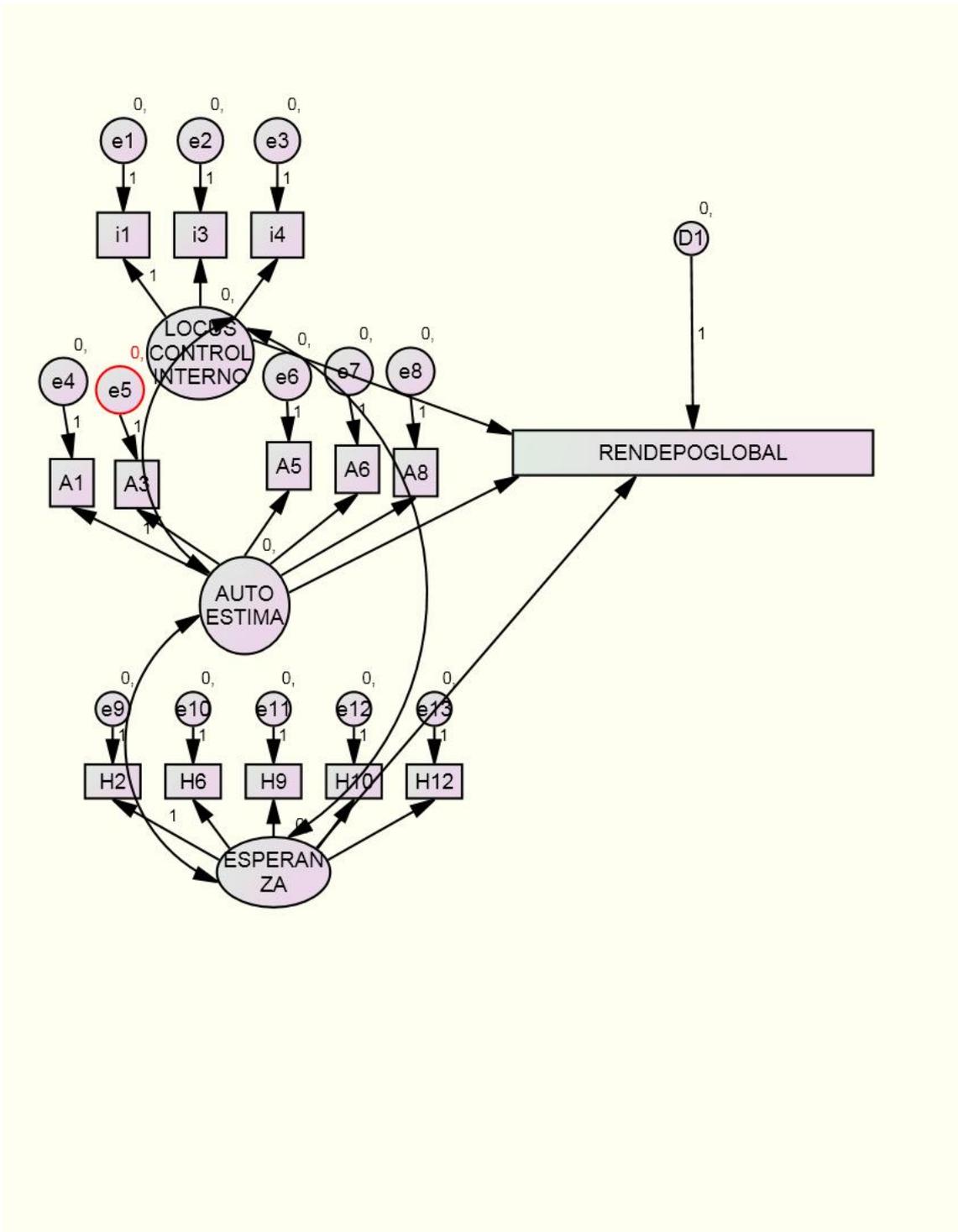
FIGURA 2. Validada con Análisis factorial exploratorio y Análisis factorial confirmatorio.



La escala de esperanza adulta, como se le llamo al factor arrojado al análisis de esta muestra específica de la investigación, solo cargaron con un coeficiente de 5 reactivos de los 12 totales de esta escala, y que obtuvieron en conjunto un coeficiente de confiabilidad alpha-Cronbach de .72 que se encuentra por encima del valor de .70 aceptado propuesto por Watson y Clark (1997), y que demuestra una consistencia interna confiable, además de que el grado de correlación de los reactivos KMO (medida de Kaiser-Meyer-Oklin) fue de .72 que indica un buen grado de correlación entre los reactivos.

FIGURA 3 Validada con Análisis factorial exploratorio y Análisis factorial confirmatorio.





CONCLUSIONES

A continuación se presentan las conclusiones obtenidas de la presente investigación, a partir de los objetivos y la pregunta de investigación.

En cuanto al cumplimiento del objetivo de este estudio podemos decir que fue cumplido, aunque el perfil de los atletas no dista de manera considerable de los no atletas, sin embargo la poca influencia de los factores psicosociales elegidos en el atleta de alto rendimiento nos da la pauta para trabajar de manera estructurada las necesidades del atleta.

La pregunta de investigación planteada:

¿Influyen de manera positiva en el rendimiento deportivo la autoestima, el locus de control interno y la esperanza de solución de problemas?

Se piensa comúnmente, que para el logro de un buen rendimiento deportivo (obtención de medallas) es necesario tener una autoestima, un control interno y una búsqueda de mejoría y bienestar altos, sin embargo a lo largo del proyecto y en el análisis de resultados nos percatamos que estos factores no influyen en los resultados deportivos ya que aun teniendo resultados negativos deportivamente hablando los factores psicosociales se mantienen dentro de los niveles adecuados.

REFERENCIAS

- Alonso M.C (2006) Teoría de las Organizaciones México Editorial umbral
- Autoconfianza (en línea) www.efedeportes.com/autoconfianzaydeporte (consultado 23 de noviembre).
- Buceta (2007) Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, cuadernos de psicología del Deporte.psicotermica. Revista vol. 19 noviembre.
- Cox R.(2008) Psicología del deporte (sexta edición) España Editorial Medica Panamericana
- Cloninger S.C(2003 Teorías de la personalidad (tercera edición)
- Amigó B.S. (2000) La teoría del rasgo único de la personalidad. España Editorial UVP
- Diaz (2004) B.F. La psicología de las organizaciones España editorial UOC
- Esperanza (en línea) www.definicionesabc.com (consultado 30 de noviembre 2010)
- Fadiman J.(2005) Teorías de la personalidad (segunda edición) Editorial Alfaomega
- Feldman R. (2001) Introducción a la psicología México Editorial McGraw-Hill

Gómez O. (2007) Fundamentos generales de la caracterización y organización del deporte de Alto Rendimiento. Consultado el 30 de noviembre disponible en www.portalfitness.com

Judo (en línea) www.intjudo.eu/index.php (consultada el 17 de octubre 2010)

Judo (en línea) www.conade.gob.mx (consultada el 19 de noviembre 2010)

Judo (en línea) www.tododxets.com (consultada el 22 de noviembre 2010)

Locus de control (en línea) redalyc.uaemex.mx/redalyc (consultada el 23 de noviembre 2010)

Marwood D. (2002) Judo iniciación y perfeccionamiento (tercera edición) España Editorial Paidotribo.

Montoya M.G (2001) AUTOESTIMA México editorial Pax.

Morris CH. G. (2001) Introducción a la psicología (décima edición) México Editorial Prentice Hall

Polaino A.(2003) Fundamentos de psicología de la personalidad España Ediciones Rialp.

Rivera (2009) Conducta del consumidor (segunda edición) España editorial Esic

Rosemberg (1989) Escala de autoestima. Society and the adolescent self-image (Revised edition). Middletown, C. T.: Wesleyan University Press

Ruiz (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 volumen 5 (1y 2)

Ruiz (2008) Análisis subdimensional del Cuestionario de Personalidad BFQ para la predicción del rendimiento en judokas jóvenes de competición
Cuadernos de Psicología del Deporte, Vol. 8 (1)

Robbins S.P.(2005) Administración octava edición México Pearson Educación

Uequin J.C (2005) Historia del judo; Argentina: Editorial Kier.

Yeung R. (2009) Escala de autoconfianza Autoconfianza México Editorial
Pearson Educación

Zuazua A.(2007) El proyecto de Autorrealización España Editorial Club
Universitario.

Anexos

INSTRUMENTOS

Escala de autoestima de Rosenberg (1989), transferida al español mediante el método de la traducción inversa por Cirilo H. García. Reportado en García (2011), Autoestima, identidad social y eficacia política (en prensa).

Nombre: _____ Edad: _____

Escolaridad actual: _____ (semestre/prepa o carrera)

1-Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás

4-Sí, 3- Creo que sí, 2- Creo que no, 1-No

2-A veces siento que no valgo para nada (inútil)

1-Sí, 2- Creo que sí, 3- Creo que no, 4-No

3-Tengo una actitud positiva con respecto a mi mismo

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

4-Quisiera tener más respeto por mi mismo

1-Claro que sí, 2-Creo que sí, 3-Creo que no, 4-Claro que no

5-Creo que tengo buenas cualidades

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

6-En términos generales estoy satisfecho conmigo mismo

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

7-Creo que carezco de motivos para sentirme orgulloso de mí mismo

1-Claro que sí, 2-Creo que sí, 3-Creo que no, 4-Claro que no

8-Creo que soy una persona valiosa, tanto como cualquier otra

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

9-A veces pienso que no sirvo para nada

1-Claro que sí, 2-Creo que sí, 3-Creo que no, 4-Claro que no

10-Después de todo, me siento predispuesto a pensar que soy un fracaso-

1-Claro que sí, 2-Creo que sí, 3-Creo que no, 4-Claro que no

ESCALA DE INTERNALIDAD INSTRUMENTAL (García y Ramírez, 2006)

Nombre: _____ **Edad:** _____

Escolaridad actual: _____ (semestre actual/prepa o carrera y que carrera)

1-Su futuro depende de lo que usted haga

4-Sí, 3-Parece que sí, 2-Parece que no, 1-No

2-Usted determina su vida

4-Sí, 3-Parece que sí, 2-Parece que no, 1-No

3-Usted mejora sus condiciones de vida por su esfuerzo

4-Sí, 3-Parece que sí, 2-Parece que no, 1-No

4-Su éxito depende de usted

4-Sí, 3-Parece que sí, 2-Parece que no, 1-No

5-La calidad de lo que hace depende de usted

4-Sí, 3-Parece que sí, 2-Parece que no, 1-No

6-Obtener lo que quiere depende de usted

4-Sí, 3-Parece que sí, 2-Parece que no, 1-No

7-Cuando lucha por algo, casi siempre lo logra

4-Sí, 3-Parece que sí, 2-Parece que no, 1-No

ESCALA DE ESPERANZA DE ESTADO PARA ADULTOS

Nombre: _____ Edad: _____

Escolaridad actual: _____ (semestre actual/prepa o carrera y que carrera)

1-Puedo inventar muchos modos para salir de un apuro o aprieto

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

2- Busco decidido (a) mis metas

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

3-Me siento cansado (a) casi siempre

1-Claro que sí, 2-Creo que sí, 3-Creo que no, 4-Claro que no

4-Hay muchas formas de resolver un problema

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

5-Fácilmente soy derrotado (a) en una discusión

1-Claro que sí, 2-Creo que sí, 3-Creo que no, 4-Claro que no

6-Puedo imaginar muchas formas de conseguir las cosas de la vida más importantes para mí

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

7-Me angustio sobre mi salud

1-Claro que sí, 2-Creo que sí, 3-Creo que no, 4-Claro que no

8-Aun cuando los otros se desalienten o desanimen, sé que puedo encontrar una forma de resolver el problema

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

9-Mis experiencias me han preparado bien para mi futuro

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

10-He sido bastante exitoso (a) en mi vida

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

11-Casi siempre me angustio por las cosas

1-Claro que sí, 2-Creo que sí, 3-Creo que no, 4-Claro que no

12-Logro las metas que me pongo

4-Claro que sí, 3-Creo que sí, 2-Creo que no, 1-Claro que no

Escala de autoconfianza

Escolaridad actual: (semestre actual/prepa o carrera y que carrera)

Afirmación

1. Consigo resolver problemas difíciles si lo intento lo suficiente.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
2. Si la gente se opone a mí, encuentro modos de conseguir lo que quiero.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
3. Me resulta fácil perseguir mis objetivos
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
4. Tengo los suficientes recursos como para manejar situaciones imprevistas en mi vida.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
5. Estoy seguro de que puedo lidiar de forma efectiva con contratiempos repentinos.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
6. Suelo encontrar varias soluciones a los problemas que me surgen.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
7. Permanezco calmado cuando me enfrento a situaciones difíciles de mi vida personal.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
8. Puedo resolver los problemas con los que me topo.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
9. Pongo más esfuerzo en mi trabajo cuando las cosas no van bien porque quiero conseguir mis objetivos.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
10. Tengo la certeza de que puedo enfrentarme a lo que se ponga en mi camino.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
11. Me resulta fácil perseguir mis objetivos
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No
12. Permanezco calmado cuando me enfrento a situaciones difíciles en el trabajo.
4-Si, 3-Parece que si, 2-Parece que no, 1-No