



UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NUEVO LEON  
Facultad de Psicología  
División de estudios de postgrado

## **Maestría en psicología laboral y organizacional**

### **“DESCRIPCION DEL PERFIL PSICOLOGICO DEL ATLETA DE LA LUCHA OLIMPICA”**

Proyecto final de campo para obtener el título de  
maestría en psicología laboral y organizacional

Presenta

Lic. Carlos Eduardo Hernández Salinas

Asesor

Mtro. J. Alfredo Salinas Alanís

Monterrey Nuevo León, Octubre de 2008.

## INDICE

<b>AGRADECIMIENTOS</b>	<b>4</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>7</b>
<b>PROPÓSITO DEL PROYECTO</b>	<b>12</b>
<b>ORGANIZACIÓN OBJETO DE ESTUDIO</b>	<b>14</b>
<b>UBICACIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>17</b>
<b>JUSTIFICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN</b>	<b>20</b>
<b>DELIMITACIONES</b>	<b>23</b>
<b>MARCO TEÓRICO</b>	
<b>Organización</b>	<b>25</b>
• Definición de Organización	26
• Tipos de organización	27
• Organizaciones actuales	29
<b>Lucha Olímpica</b>	<b>30</b>
• Historia	32
• Lucha libre	37
• Lucha Grecorromana	38
• Características de la lucha como deporte	39
• Reglamento	40
<b>Personalidad</b>	<b>49</b>
• Determinantes de la Personalidad	51
• Teorías de la Personalidad	53
<b>Los cinco Grandes</b>	<b>77</b>
• Extroversión	79
• Estabilidad Emocional	80
• Agradabilidad	81
• Escrupulosidad	82

• Apertura a la experiencia	83	
• Aplicaciones de la teoría	84	
• Antecedentes del instrumento	88	
<b>Importancia de la personalidad en el rendimiento deportivo</b>		<b>89</b>
<b>MÉTODO</b>		<b>99</b>
• Sujetos	99	
• Procedimiento	99	
• Escenario	104	
• Instrumentos	106	
<b>RESULTADOS</b>		<b>110</b>
<b>CONCLUSIONES</b>		<b>133</b>
<b>RECOMENDACIONES</b>		<b>138</b>
<b>REFERENCIAS</b>		<b>140</b>
<b>ANEXOS</b>		<b>145</b>
• Anexo 1	146	
• Anexo 2	150	

## AGRADECIMIENTOS

Este trabajo es producto de la ayuda de mucha gente, quien directa o indirectamente me permitieron llegar hasta aquí y cumplir con mi sueño de realizar un trabajo que ayude en algo, a las dos áreas de la Psicología que me apasionan.

*Mi agradecimiento infinito para quien me da la vida y todas las cosas maravillosas que recibo en ella. Cada cosa que hago, es porque Él así lo quiere, mis triunfos son suyos. Siempre agradezco que estés en mi vida, **DIOS**.*

*A mis padres, **María del Carmen y Ezequiel**, porque me han dado todo y de más, yo no estaría aquí si no fuera por ustedes. Cada paso que doy, recuerdo siempre que están conmigo y que me apoyan ciegamente, eso es lo que me hace fuerte. Este triunfo también es de ustedes. Los amo.*

*A mis hermanos, **Liliana y Ezequiel**, quienes me dan su apoyo siempre. De muchas formas han hecho que ría y no desista ante nada, ¡Son los mejores hermanos del mundo! Y a **Cinthya**, que vino a alegrar nuestras vidas, su risa hace que toda preocupación se olvide.*

*Al maestro **Alfredo Salinas**, todo mi agradecimiento por sacar de mí lo mejor. Su confianza en mí me hizo trabajar el doble. Usted es un ejemplo de lo que me gustaría llegar a ser como profesional de la conducta humana; gracias por compartir sus conocimientos y experiencias conmigo, ha sido un honor trabajar con usted.*

*A **Sergio Xavier Pérez Martínez y Francisco C. Cepeda García**, siempre estaré agradecido por todo ese ánimo y ganas con las que me abrieron las puertas y me dejaron entrar al magnífico mundo de la lucha olímpica. Su apoyo y confianza fue vital para la realización de este estudio. Y no sólo me enseñaron qué es la lucha, sino a vivirla con esa pasión con la que la viven ustedes.*

*Gracias.*

*A todos los profesores de la Maestría en Psicología laboral y Organizacional, sus enseñanzas han sido enormes.*

*A mis amigos, que me han dado su apoyo, siempre. Are, seguimos trabajando en lo mismo. A todos aquellos que desde que llegué aquí, han estado apoyándome y ayudándome, el paso por la maestría fue mejor con ustedes a mi lado.*

*Para finalizar, un agradecimiento muy especial a quienes compartieron conmigo parte de su vida, a los que me permitieron hacer este trabajo.*

*Gracias por aceptar compartir conmigo sus experiencias. A los  
campeones:*

*Fernando Daniel Alonso González*

*Alberto Aarón Taméz Gaytán*

*Sergio Farouk Pérez Martínez*

*Josué Orlando Taméz Gaytán*

*Alfonso Israel Saucedo Rivera*

*Abel Arturo Herrera Luna*

*José Ángel González Jiménez*

*José Ángel Huitrón Cantú*

*Pedro Ramiro Ramírez Camarillo*

*Noe Alejandro Durán Bocanegra*

*Silvino Eduardo Hernández Cárdenas*

*Miguel Ángel Bárcenas Durón*

*Raúl Eduardo Dávila Marín*

*Son realmente admirables, esa dedicación y entrega que ponen a su deporte es realmente extraordinaria; todo el esfuerzo y sacrificio previo a una competencia me hizo entender lo que me dijeron:*

***“La lucha no es sólo un deporte, es un estilo de vida”***

*Son los mejores luchadores, gracias.*

# **“DESCRIPCION DEL PERFIL PSICOLOGICO DEL ATLETA DE LA LUCHA OLIMPICA”**

## **INTRODUCCION**

Cada vez que mencionamos o escuchamos citar la palabra organización, se nos viene a la mente, generalmente, que se está hablando de algo relacionado a una empresa, una fábrica, incluso a una agrupación de trabajadores de todos los niveles de una compañía. Muy rara vez pensamos que se refieren a artistas plásticos, actores o deportistas. Pero en estas áreas, como en las anteriores, quienes las integran, escultores, deportistas, actores, etc., también forman organizaciones, o están conformados por una red de organizaciones que tienen un objetivo definido y se rigen por un conjunto de normas para llegar a ese fin. El diccionario de la real academia de la lengua española en 2008 define organización como asociación de personas regulada por un conjunto de normas en función de determinados fines, por lo que al igual que en un ambiente empresarial, deportes y arte también están formados por organizaciones.

A lo largo de este estudio trabajaremos precisamente con una organización pocas veces estudiada por la psicología laboral y organizacional, y cuya importancia hoy en día es cada vez mayor: una

Organización Deportiva. Dicha organización esta regida por una serie de normas muy específicas para alcanzar un objetivo; estas reglas determinan la forma, los sitios, los artículos, en fin las acciones que habrán de realizarse para alcanzar el objetivo planteado: ganar una competencia y por ende obtener una presea dorada.

A continuación se describe un poco más un deporte que destaca por su antigüedad e inclusión dentro de los deportes olímpicos; que es la base de un espectáculo atlético ampliamente conocido por los mexicanos, e incluso representativo de nuestra cultura en otros países. Un deporte de combate, que lejos de implicar violencia, aproxima a sus deportistas al análisis y al uso de recursos individuales, ya que exige a estos atletas agilidad, concentración, flexibilidad, dedicación, esfuerzo, y en general un mayor conocimiento y desarrollo de la única herramienta con que nacemos, nuestro cuerpo. Ese deporte es la Lucha Olímpica.

La lucha es un deporte en el cual cada participante intenta derrotar a su rival sin el uso de golpes. El objetivo consiste en ganar el combate haciendo caer al adversario al suelo y manteniendo sus dos hombros fijos sobre el tapiz o ganando en puntos.

Para alcanzar ese objetivo, los luchadores llevan un entrenamiento arduo, intenso e ininterrumpido. Proceso difícil y cansado, y que quienes no aman este deporte o no están convencidos de él, no lo tolerarán. Como toda actividad (en este caso deportiva), la lucha



olímpica implica una serie de acciones y sacrificios, actos necesarios para poder realizar el puesto de luchador de la mejor manera. No tener el carácter y/o temperamento suficiente, conducirá a la renuncia, que implica no sólo un fallo en el cumplimiento del objetivo de la organización deportiva, sino el de una meta personal.

Si hablamos de carácter y temperamento estamos adentrándonos a un terreno muy amplio dentro de la psicología, la personalidad. Morris en 1997 la define como “el patrón característico de pensamientos, sentimientos y conductas del individuo, que persisten a lo largo del tiempo y a través de las situaciones” (p.348). Es decir, es la forma en que una persona se comporta en cualquiera de los ámbitos de su vida; hogar, calle, trabajo, etc. Predecir sin errores cómo se comportará un individuo en una situación no es cien por ciento alcanzable; pero si conocemos el tipo de personalidad del sujeto y el ambiente en donde se está desarrollando, las probabilidades de predecir la conducta en ese ambiente se elevan grandemente.

Conocer el tipo de personalidad ayuda a una organización, entre otras cosas, a elegir entre los aspirantes a pertenecer a ella, a aquellos que más se adapten al perfil que se maneja en las partes o puestos que la conforman, y al estilo o cultura que existe en ese momento en la organización. El realizar esta comparación tiene la finalidad de incluir personas realmente identificadas con la organización, que se sientan bien, compartan ideales y tengan la capacidad de realizar las acciones

que ahí se realizan de la mejor manera, todo esto para que el porcentaje del logro de objetivos organizacionales se eleve considerablemente. Este porcentaje aumentará ya que las personas que se identifican con la organización tomarán como suyos los objetivos que ésta tenga, buscarán alcanzarlos de la mejor manera y con la misma fuerza que lo hacen con los objetivos propios, teniendo las competencias que se requieren para lograrlo. Por otro lado, si se conoce el tipo de personalidad de alguien que está dentro de la organización, se podrá saber cómo y donde apoyarlo, para desarrollar o eficientar sus competencias. La organización sabrá que es aquello que es necesario adquirir, cambiar, desarrollar, incrementar o erradicar para que esa persona pueda alcanzar de manera más rápida y agradable sus objetivos, y por lo tanto los objetivos de toda la organización. Es una medida preventiva y correctiva, dependiendo de las necesidades de la persona en primer nivel y de la organización por consecuencia.

Para los entrenadores del equipo de lucha de la ciudad de San Nicolás de los Garza, Nuevo León, conocer el perfil de personalidad de sus luchadores es muy importante ya que no sólo los ayudará a saber elegir a quienes entrarán a la selección, sino será una herramienta básica para desarrollar las capacidades de los que están adentro y mejorar su rendimiento. Reforzar ciertos aspectos del entrenamiento, basándose en el tipo de personalidad del luchador, incrementará el rendimiento y el resultado del mismo en una competencia.

Este proyecto brinda una ayuda al equipo de lucha olímpica del municipio de San Nicolás de los Garza, Nuevo León, al proporcionarles el tipo de personalidad de sus luchadores de acuerdo a una corriente de la teoría de los rasgos denominada los cinco grandes de la personalidad (“Big Five”). Los rasgos de los que nos habla dicha teoría son: **extroversión, agradabilidad, escrupulosidad, estabilidad emocional y apertura a la experiencia**, que en el transcurso de la investigación conoceremos a fondo.

El estudio incluye la aplicación del instrumento que mide estos cinco rasgos de personalidad y cuyos resultados del mismo ayudarán al entrenador de la selección de San Nicolás de los Garza, Nuevo León a conocer más a los miembros de su equipo y modificar y/o adaptar sus métodos (si así se requiere) de entrenamiento de acuerdo a este perfil con miras a obtener los mejores resultados. Además, dicho perfil psicológico podrá ser utilizado por el entrenador en la selección de sus futuros integrantes. Por último y de manera general conoceremos que tipo de personalidad, de acuerdo al esquema de los cinco grandes, es el característico de un luchador olímpico Nicoláíta.

## PROPOSITO DEL PROYECTO

La razón de ser de este proyecto radica en dos aspectos fundamentalmente:

Obtener un perfil de personalidad del equipo de Lucha Olímpica del municipio de San Nicolás de los Garza, Nuevo León, que fortalezca el método de entrenamiento de manera individual y optimizar la relación del entrenador con el atleta. Dicho perfil estará basado en la teoría de los rasgos denominada “Big Five”, permitiendo con ella a los entrenadores saber de qué manera y/o en que forma pueden acercarse a sus atletas y cómo enseñarles las técnicas tomando en cuenta este perfil. Esto conducirá a un acrecentamiento en la asimilación de conocimientos, ya que, se enseña de la manera en que éstos pueden aprender mejor, y la optimización en el desarrollo de las habilidades físicas. La consecuencia de la utilización del perfil será: un mejor acondicionamiento físico y preparación psicológica del atleta, formando deportistas más seguros, y la posibilidad de aumentar el logro de objetivos, en este caso lograr los primeros lugares dentro de las categorías. Y de manera inicial, tener una base psicológica, que aunada a los requerimientos físicos, ayude al entrenador a elegir dentro de las personas interesadas a entrar al equipo a los correctos.

El segundo propósito es contribuir a la psicología con un estudio sobre procesos deportivos, y de esta manera aumentar las investigaciones

realizadas hasta el momento en esta área en México. Proporcionar un perfil psicológico, que incluya de manera general el tipo de personalidad que se encuentra con frecuencia entre los atletas de un equipo de lucha Olímpica (de manera limitada, centrándose únicamente en el equipo de un municipio y Estado específico, con edades y condiciones también específicas) y que pueda ser la base para futuras investigaciones. Así como tener un primer reporte sobre el tipo de rasgo de la personalidad favorable en una organización de este tipo.

## **ORGANIZACION OBJETO DE ESTUDIO**

La organización en la cual se realiza la intervención esta dedicada a impulsar, desarrollar y fomentar la lucha olímpica en el municipio de San Nicolás de los Garza, Nuevo León. El objetivo específico que persigue la agrupación es el obtener el triunfo (traducido en primeros lugares o medallas de oro) en todas las competencias estatales, nacionales o internacionales en que se inscriba, y en cuyos eventos representa oficialmente a todo el municipio nicolaíta.

Esta selección depende directamente de la Dirección de Deportes del municipio de San Nicolás de los Garza, Nuevo León, México.

Sus entrenamientos se realizan en el Gimnasio Revolución, ubicado en Avenida Pico de Sorata entre Avenida las puentes y Sierra de Altamira, en la colonia Las Puentes, San Nicolás de los Garza, Nuevo León, México. Y como segunda sede, la pinacoteca ubicada en el interior del Parque Niños Héroe, en Avenida Alfonso Reyes y Servicio Postal, colonia Regina, Monterrey, Nuevo León , México. En esta última, se realizan los entrenamientos previos a las competencias nacionales, concentrándose los seleccionados de lucha olímpica de los municipios del área metropolitana de Monterrey.

Las instalaciones (los gimnasios antes mencionados) son áreas totalmente cerradas conformadas por: un colchón, que abarca la mayor

superficie del salón, dummies y dos sogas (cuelgan del techo). El gimnasio Revolución tiene en la parte central grandes espejos, y escasos ventanales. La pinacoteca es un área amplia, con grandes ventanales, y un espacio anexo habilitado para el pesaje y vestidor (hay que recordar que aquí entrenan todos los seleccionados). Es posible encontrar en ambos gimnasios algunas colchonetas, presuntamente para utilizarse si se entrena en áreas del gimnasio que no están cubiertas por el colchón.

Los entrenamientos se realizan de lunes a sábado, en los siguientes horarios: matutino de 7:00 de la mañana a 8:30am. Y vespertino de 6:00 a 8:00pm. Con excepción de los sábados que sólo se realiza el entrenamiento matutino.

Los entrenamientos matutinos constan principalmente de resistencia física, principalmente correr. El entrenamiento vespertino es más completo, este incluye (con algunas variantes en algunos casos): calentamiento, acrobacia (maromas, resortes, salto de tigre, fligth, mortal, rueda de coche, etc.), movimientos técnicos, divididos en técnica de pie (tackle, jalones, sumersión, etc.) y técnica en 4 puntos Media Nelson, dos en uno, desvalance, etc. Por último, actividades de resistencia física (abdominales, lagartijas, sogas, etc.). Es importante mencionar que las técnicas que se realicen dependerán de lo que el entrenador considere necesario para cada día.

El equipo está conformado en este período 2008 por 15 personas, jóvenes de entre 11 y 22 años de edad, la mayoría estudiantes, de clase media y que viven cerca del gimnasio Revolución.

La indumentaria que utilizan para entrenar es generalmente: una butarga y sobre ella short (sin ningún tipo de cierre u objeto que pueda lastimar al luchador o a algún compañero), playera, calcetas y zapatillas.

La agrupación está organizada en dos niveles, los luchadores y dos entrenadores base.

El número de competencias por año pueden variar, pero generalmente no disminuyen de 6 (tanto a nivel estatal, nacional ó internacional).

Hasta el momento se realizan principalmente trabajos de preparación física y técnica-táctica, con algunos trabajos motivacionales por parte del entrenador principal. La selección de los nuevos atletas se fundamenta principalmente en las aptitudes físicas que presente el candidato.



## UBICACION DEL PROBLEMA

Cualquier organización al estar compuesta por un número mayor a dos individuos, implica una gran diversidad de personalidades, cada una de esas personas tiene una manera de pensar, actuar y sentir, únicas. La organización tomará forma con todos estos rasgos y creará una “organización particular”. Por lo que para, crecer, desarrollarse y alcanzar sus metas, tomará en cuenta dicha “personalidad general”, en la forma y las vías para enseñar, exigir, y motivar a sus “componentes”, obteniendo de ellos el mejor rendimiento, ya que dicho proceso tendrá como piedra angular lo “que las personas quieren”. Pero el hecho de tomar en cuenta este aspecto global, no quiere decir que las organizaciones no tomen en cuenta la singularidad de quienes lo componen, esto también es útil, incluso, es vital. En muchas organizaciones tomar en cuenta a la persona, y cómo es ella, traerá unos resultados magníficos. Por lo que, si conocemos los perfiles individuales, y el perfil general de una organización, tendremos más armas para poder alcanzar el objetivo que se está persiguiendo.

Las selecciones deportivas, de cualquier municipio, Estado o país no son la excepción. Cada deporte requiere de horas de entrenamiento, y enseñanza de técnicas y tácticas que, si son transmitidas de la mejor manera, el trabajo físico y las habilidades innatas del deportista se verán fortalecidas por el aspecto psicológico.

El equipo de lucha de San Nicolás de los Garza, Nuevo León, entrena seis veces al día por dos horas en cada sesión. Los entrenadores transmiten una gran cantidad de técnicas y tácticas que no sólo hacen a los atletas más fuertes, sino más ágiles, concentrados y “sabios” en su deporte. La manera de transmitir las es básica: la práctica. Pero en muchas ocasiones unos luchadores “crecen” más que otros, o aprenden más rápido. O bien, en una competencia, a pesar de haber entrenado igual físicamente, el comportamiento es diferente. Algunos con ciertos rasgos son más propensos a ganar que otros, pero ¿Por qué se dan estos cambios? ¿Es quizá la forma de ser de la persona lo que agiliza el aprendizaje o lo hace más propenso a ganar? No olvido ni por un momento que las aptitudes para la lucha son determinantes en el resultado, pero si me cuestiono cómo algunos que aparentemente no tienen esa aptitud pero si la actitud, resultan ganadores. ¿Los que generalmente ganan poseen algún rasgo de personalidad característico? ¿Hay algún rasgo que esté presente en los que aprenden más rápido, y que alcanzan el objetivo central?

En este trabajo se busca relacionar la teoría de los Cinco Grandes con el mayor aprovechamiento del luchador, y de manera más específica identificar los rasgos que se presentan en aquellos luchadores que logran el objetivo de su organización, es decir, ganar una competencia.

Esta información no sólo ayudará al equipo de lucha Olímpica de San Nicolás de los Garza, Nuevo León, a adaptar la forma en que se

entrena, sino que es la base para formar un proceso de selección que se base en los factores físicos (aptitudes, salud, etc.) y psicológicos (rasgos de personalidad que son más proclives a alcanzar el objetivo) para tener y aceptar en el equipo las personas tendientes a desarrollarse mejor.

## JUSTIFICACION DE LA INTERVENCION

Los psicólogos mexicanos estamos un poco rezagados en el campo de la investigación deportiva. Las investigaciones son escasas (o nulas en algunos estados) y, por si fuera poco, de estos escasos estudios teóricos el porcentaje de aplicación práctica es aún más bajo. Con este estudio se busca aportar una intervención real, y hacer crecer el incipiente campo de la psicología del deporte en México.

Este campo al ser nuevo, está recibiendo ideas, proyectos y aplicaciones de todas las áreas de la psicología, y adaptándolas a ese peculiar “mundo” del deporte.

El hecho de estudiar específicamente un equipo de Lucha Olímpica sobre otro tipo de deporte, radica en el interés personal de hablar sobre un deporte completo (física y mentalmente) e individual, que exige a sus atletas el descubrimiento, desarrollo y aplicación de sus competencias para la obtención de resultados personales. La lucha es un deporte que considera el análisis, la concentración, la optimización de recursos personales, la voluntad y el carácter de sus deportistas. Es una actividad que requiere de conocerse muy bien y completamente a sí mismo para poder desarrollarse. La lucha implica un trabajo físico extremo, pero un trabajo mental también extremo. Personalmente trabajar con un deporte de este calibre, que considere las esferas más importantes del individuo, mente y cuerpo, resulta algo muy gratificante.

El equipo de lucha es una organización, con un proceso y objetivos definidos, que busca tener la mayor eficiencia y efectividad que se pueda. La participación en este proceso busca aplicar los conocimientos y habilidades organizacionales obtenidas en la maestría, siendo un agente de cambio en dicho equipo. ¿Por qué un agente de cambio? Al proporcionarles a los líderes un perfil de personalidad, no sólo se ayudará a optimizar el proceso de inclusión de nuevos talentos al equipo, sino que directamente se trabajará en mejorar la efectividad de las personas que ya se encuentran en dicho equipo.

El perfil de personalidad obtenido no sólo será un aporte teórico a la psicología, sino un aporte práctico y real para los entrenadores del equipo de Lucha Olímpica de San Nicolás de los Garza, Nuevo León, quienes con éste podrán tener más herramientas para hacer de su equipo, el mejor. Fortaleciendo la forma de entrenar, de relacionarse con los luchadores y de selección de los mismos, el grado de rendimiento y calidad del equipo irá en aumento. Los perfiles obtenidos son una muestra de qué características poseen la mayoría de los integrantes de este equipo y que de alguna forma explican el por qué se han mantenido ahí las personas que lo integran.

Para finalizar y no menos importante, la investigación se lleva a cabo por interés personal. Es una forma de vincular dos áreas de la psicología que me parecen importantes: la psicología organizacional y el deporte. Era un reto personal el poder encontrar la manera de

vincularlas a pesar de que la mayoría de las personas las consideraban poco compatibles. Sin embargo, con este estudio me doy cuenta de que ambas van hacia un mismo rumbo, optimizar el desarrollo de un individuo en un ambiente de objetivos y trabajo continuo, con miras a alcanzar dichas metas.

## DELIMITACIONES

El perfil que se obtenga de esta investigación, tiene aplicación exclusivamente para el equipo de Lucha Olímpica del municipio de San Nicolás de los Garza, Nuevo León y para los beneficios que esta persiga como organización deportiva, tomando como base dicho resultado. No se podrá generalizar dicho perfil o tomar como cierto para cualquier otro deporte de combate. La intervención es en un deporte de combate, individual, y olímpico, pero eso no significa que lo obtenido en ella sea un resultado universal, aplicable y utilizable para mejorar el rendimiento en cualquier otro deporte que contenga estas tres características.

Hasta el momento no existen muchos estudios que hablen sobre el tema en el Estado de Nuevo León, y son casi nulos los que se han hecho específicamente en la Maestría de Psicología Laboral y Organizacional de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Nuevo León. Por lo que tomar referencias de investigaciones previas o bien utilizar o correlacionar datos de otras intervenciones para fortalecer, enriquecer o comparar estadísticas anteriores, representa un esfuerzo más bien arduo. De la misma manera, basarse en estudios hechos en otras partes del mundo que hablen del mismo tema y en la misma disciplina deportiva no ha sido posible; acceder a información en cualquier idioma que nos sirva de referencia para este estudio hasta el momento no ha sido viable.

La intervención se realiza exclusivamente con luchadores cuyas edades oscilan entre los 11 y 16 años de edad, y que compitan de manera oficial en la próxima edición (2008) de la Olimpiada Nacional a efectuarse en Nuevo León. Por lo que el perfil obtenido se limita a luchadores que se encuentren en esa edad y tengan características similares a los integrantes del equipo de Lucha Olímpica de San Nicolás de los Garza Nuevo León, en situaciones académicas, económicas y situacionales.

La duración de la intervención será de cuatro meses en el primer semestre del año 2008, en el horario que la selección de San Nicolás de los Garza Nuevo León entrena, que generalmente es un horario vespertino. Hay que considerar para futuras investigaciones o comparaciones con este trabajo las características ambientales que se presentan en estos períodos de tiempo.

La finalidad de su aplicación se limita a fomentar el trabajo en esta área de la psicología, ser la base para futuras investigaciones y apoyar a la organización en la mejora de sus procesos para aumentar su productividad, ya sea en mejoras de los métodos de entrenamiento o bien en la selección de sus integrantes.



## **MARCO TEORICO**

### **ORGANIZACION**

El ser humano es social por naturaleza. Es inherente su tendencia a organizarse y cooperar en relaciones interdependientes. La historia de la humanidad podría trazarse a través del desarrollo de las organizaciones sociales. Las primeras organizaciones fueron la familia y pequeñas tribus nómadas; luego se establecieron las villas permanentes y las comunidades tribales. Más tarde se crearon el sistema feudal y las naciones. Esta evolución de las organizaciones se ha acelerado en los últimos años. Durante el siglo pasado se han producido cambios dramáticos en este campo. La sociedad se ha transformado de una forma predominante agraria, donde la familia, los pequeños grupos informales y las pequeñas comunidades eran importantes, a otra de tipo industrial, caracterizada por el surgimiento de grandes organizaciones formales.

Las organizaciones no son fenómenos distantes, impersonales; ellas están irremediabilmente entrelazadas con nuestra vida cotidiana. Están en todas partes y a todos nos afectan. Son organizaciones el grupo

social informal o el grupo atlético, los restaurantes Howard Johnson, Toyota Motor Company, General Electric y las Naciones Unidas. Ellas proporcionan bienes y servicios que las personas usan. Todos somos miembros de una sociedad organizacional: personas que cooperan en grupos para alcanzar diversos objetivos ([www.monografias.com](http://www.monografias.com)).

## **DEFINICION**

Organización “Es una agrupación deliberada de personas para el logro de algún propósito específico” (Robbins, 2000, p.4). La universidad a la que asistimos es una organización, pero también lo son las dependencias del gobierno, las iglesias y templos, Microsoft Corporation, la tienda de videos, el equipo de Béisbol de Sultanes de Monterrey, los hospitales, etc. Todos esos grupos son organizaciones porque comparten tres características comunes: propósito distintivo, personas y estructura deliberada.

- Propósito distintivo: Ese propósito se expresa de ordinario en términos de una meta o conjunto de metas que la organización espera alcanzar.
- Personas: Toda organización está formada por personas. Si una persona trabaja sola, no constituye una organización y se requieren varias personas para realizar el trabajo necesario, a fin de que una organización alcance sus metas.

- Estructura deliberada: Todas las organizaciones desarrollan determinada estructura en forma deliberada, para que sus miembros tengan la posibilidad de llevar a cabo su trabajo. 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 (en otras palabras, relaciones de trabajo informales), o la estructura puede ser más tradicional, con reglas, reglamentos y descripciones de puestos clara y cuidadosamente definidos identificando a algunos miembros como “jefes”, los cuales tiene autoridad sobre otros miembros. Pero no importa qué tipo de arreglo estructural use una organización, debe tener una estructura deliberada para que las relaciones de trabajo de sus miembros se perciban con claridad (Robbins, 2000).

## **TIPOS DE ORGANIZACION**

Numerosos autores de libros y artículos de administración distinguen entre organización formal e informal.

- Organización formal: Se entiende, en general, la estructura intencional de funciones de una empresa organizada formalmente. Pero denominar a una organización como “formal” no significa que contenga nada inherente inflexible o limitante. Para proceder eficientemente una organización, debe existir una estructura que ofrezca las mejores condiciones para la contribución eficaz del

desempeño individual, tanto presente como futuro, a las metas grupales. La organización formal debe ser flexible. Debe dar lugar a la discrecionalidad, la utilización del talento creativo ventajosa y el reconocimiento de los gustos y capacidades individuales en las organizaciones más formales. En una situación grupal los esfuerzos individuales deben canalizarse hacia metas grupales y organizacionales.

- Organización informal: Conjunto de actividades personales sin un propósito común consciente, aunque favorable a resultados comunes. Para resolver un problema de organización, es mucho más fácil pedir ayuda a alguien a quien se conoce personalmente, aunque trabaje en un departamento diferente, que a alguien de quien sólo se ha visto el nombre en un organigrama. La organización informal es una red de relaciones interpersonales que surge cuando se asocia la gente. De este modo, las organizaciones informales (aquellas que no aparecen en los organigramas) podrían incluir al grupo del taller, al personal del sexto piso, etc.

Es necesario que todos los miembros de una institución comprendan la estructura de su organización, para que esa estructura funcione. Para lograrlo se requiere de enseñanza. Asimismo, ya que la organización formal se ve complementada por la organización informal, los miembros de una institución deben comprender el funcionamiento general tanto de la organización formal como de la informal (Koontz, 2004).

## ORGANIZACIONES ACTUALES

El concepto de organización está cambiando. Ya no es apropiado suponer que todas las organizaciones tendrán que estar estructuradas como General Motors, con divisiones, departamentos y unidades de trabajo claramente identificables. Las organizaciones contemporáneas, poseen arreglos de trabajo flexibles, empleados que trabajan en equipo, sistemas abiertos de comunicación y alianzas con proveedores.

Algunas características de las organizaciones tradicionales vs. las contemporáneas son:

ORGANIZACIÓN TRADICIONAL	ORGANIZACIÓN NUEVA
<ul style="list-style-type: none"><li>• Estable</li><li>• Inflexible</li><li>• Enfocada en empleos</li><li>• El trabajo está definido por puestos de trabajo</li><li>• Orientada hacia el individuo</li><li>• Empleos permanentes</li><li>• Orientada al mando</li><li>• Relaciones jerárquicas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dinámica</li><li>• Flexible</li><li>• Enfocada a habilidades</li><li>• El trabajo está definido en término de las tareas por realizar</li><li>• Orientada hacia el equipo</li><li>• Empleos temporales</li><li>• Orientada a la participación</li><li>• Relaciones laterales y de red</li></ul>

(Koontz, 2004)

## LUCHA OLIMPICA

La Lucha es un deporte de contacto, en el cual cada participante intenta derrotar a su rival sin el uso de golpes. Ambos contendientes compiten por vencer a su oponente mediante el empleo de técnicas y presas intentando poner de espaldas a su rival, lo cual se producirá cuando éste toque con los dos hombros en el tapiz de lucha. En caso de que durante un combate no se consiga ninguna puesta de espaldas, el vencedor se decidirá en función de un sistema de anotación de puntos.

Sus dos modalidades principales son la **Lucha Libre (LL)** y la **Lucha Grecoromana (GR)**, que forman parte del programa competitivo de los Juegos Olímpicos como integrantes de una única disciplina denominada **Lucha Olímpica**. En dicha disciplina las dos modalidades se disputan por separado y mantienen sus diferencias, al tiempo que comparten reglas básicas y procedimiento de puntuación. Además de esas dos formas básicas, hay varias modalidades de lucha propias de diferentes países o regiones, las cuales presentan acusadas diferencias técnicas e históricas (geocities, 2008).

La olímpica y varias de las otras formas de lucha están reconocidas oficialmente por la Federación Internacional de Estilos de Lucha Asociados (FILA), encargada de fijar las normas de competición y organizar los campeonatos de cada disciplina.

Las normas de la Lucha Olímpica son establecidas por la FILA y son uniformes para la lucha grecorromana y la lucha libre: los combates se disputan sobre un tapiz circular de 9 m de diámetro y 10 cm. de espesor (zona de combate) circundado por una zona de protección de 2 m de margen. A su vez, la zona de combate tiene inmediatamente alrededor otra franja de 1m denominada zona de pasividad, cuya función es permitir al árbitro juzgar si algún contendiente rehuye el combate y en tal caso llamarle la atención (wikipedia, 2008).

Los luchadores visten una malla de una sola pieza en color rojo o azul que le cubre el cuerpo a partir del medio muslo y con un escote en cuello y brazos que no puede superar los veinte centímetros (geocities, 2008).

Los combates olímpicos constan de dos asaltos de tres minutos con medio minuto intermedio de descanso, y finalizan cuando un luchador consigue un derribo (poner de espaldas a su oponente tocando de espaldas el tapiz) o, si al final del tiempo reglamentario no ha habido ningún derribo, por decisión. En este último caso se tienen en cuenta los puntos técnicos obtenidos, que son concedidos por el árbitro según las acciones de los contendientes, en función de cuya dificultad se dan de 1 a 5 puntos. Los puntos se consiguen por maniobras de diferente tipo (agarres, llaves, lances, escapes, retenciones, etc.) y son los mismos tanto en lucha libre como en grecorromana. (todo-olimpiadas, 2008)

Para garantizar la igualdad de los combates se han establecido distintas categorías de peso y edad, siendo en mayores siete éstas categorías en función del peso de los luchadores, de manera que cada uno compite únicamente contra otros incluidos en la suya.

### **Lucha grecorromana**

Originaria del sur de Europa, como indica su nombre, es muy popular en todo el mundo. Su peculiaridad radica en que sólo se pueden emplear técnicas y presas realizadas por encima de la cadera, ya que está prohibido utilizar las piernas para puntuar. Por lo tanto, la posición o guardia que emplean los luchadores es semi-erguido.

### **Lucha libre**

En esta modalidad puede utilizarse todo el cuerpo en la competición, incluidos los agarres bajo la cintura y el uso de las piernas. Se trata de la modalidad más extendida y que mayor número de participantes atrae a los torneos internacionales. En esta especialidad los atletas están más agachados para de esa forma cuidar sus piernas de las acciones del rival. (geocities.com, 2008)

## **HISTORIA**

La Lucha, es uno de los deportes más antiguos de la humanidad, es quizá junto al atletismo, el deporte más antiguo y que es objeto de



competiciones. No existe un origen común para la lucha, ya que todos los pueblos, en todas las épocas, han tenido alguna forma de lucha.

Los egipcios y babilonios representaron en relieves a luchadores que usaban la mayoría de las presas que se conocen en el deporte moderno (Estrada, 2008)

La lucha se introdujo en los Juegos Olímpicos de la Antigüedad en el 776 a.C. pero ya existía antes y era conocida por todas las civilizaciones. Las primeras informaciones auténticas sobre la lucha se remontan al tiempo de los sumerios.

En la Grecia antigua, la lucha tenía un lugar principal en las leyendas y la literatura. Según determinados mitos, las leyes de dicho deporte habían sido entregadas a los hombres por la diosa Atenea, a través el héroe Teseo. En otras leyendas, se afirma que la lucha había sido inventada por Heracles, por Hermes, por su hija Palestra, etc. Aquí está la razón por la cual no es extraño que la lucha haya sido deporte fundamental no sólo en los juegos olímpicos antiguos, sino en todos los juegos realizados a través de la antigua Grecia. La competición de lucha libre, brutal en muchos aspectos, era la prueba máxima de los Juegos Olímpicos.

Los romanos también practicaban la lucha en su preparación física. Augusto, Calígula y Claudio le dieron gran impulso, alcanzando su

apogeo con Nerón (siglo I d.C.), el pueblo romano no entendió el concepto agonístico del deporte y siempre vio estos juegos como espectáculo, prefiriendo emociones más fuertes como los combates de gladiadores, las carreras de carros o los enfrentamientos con bestias.

Japón tiene también una larga tradición de lucha antigua de más de 2.000 años: el primer combate encontrado en los anales japoneses se remonta al 23 a. C (wikipedia, 2008)

### **Edad media**

La lucha sigue siendo popular y se beneficia del patrocinio de numerosas casas reales, especialmente en Inglaterra, Francia y Japón. Es practicada ampliamente por la aristocracia feudal, siendo una parte importante de la educación de los nobles. Dada su accesibilidad servía igualmente al endurecimiento físico y moral de los campesinos y soldados, que además hacían concursos durante las festividades. Así Alfonso X “El Sabio” la nombra en el Libro de los juegos (1283), entre los juegos de la época.

Durante la segunda mitad del siglo XV, fueron redactados en Alemania los primeros manuales de lucha. El más antiguo se fecha en 1443, y por primera vez fue impresa la obra de Fabien Auerswald, “El arte de luchar”, en 1539 en Wittenberg. La Lucha se practicaba en los medios aristocráticos y en la educación de sus hijos. Épico fue el combate en

1520 entre el Rey de Inglaterra Enrique VIII y el Rey Francisco I de Francia. Numerosos escritores nos hablan de la lucha: Cervantes, Fray Luis de León, Jorge de Montemayor, Gil Polo, el Marqués de Santillana, etc. (wikipedia, 2008)

En el siglo XIX la lucha libre se extendió en Europa y se conoció en países más lejanos, como en el caso de Mongolia, que tiene una larga tradición de lucha libre. En América la introdujeron los primeros colonos, aunque encontraron que la lucha libre era ya popular entre los pueblos indígenas americanos. El estilo libre permanece en Estados Unidos y se practica con algunas modificaciones.

La India y Pakistán han dado muchos luchadores notables. Otros países también han desarrollado estilos distintos: en Suiza, Schwingen; en Islandia, glima; en Rusia, sambo; en Turquía, yagli, y en España la lucha canaria y la lucha leonesa o aluche. Igual que en boxeo, los luchadores están clasificados en divisiones por pesos. (Estrada, 2008)

### **Historia olímpica moderna**

Cuando los Juegos Olímpicos hicieron su aparición en Atenas en los primeros Juegos Olímpicos de la era moderna en 1896, se consideró importante que la lucha fuera incluida desde un punto de vista histórico de tal forma que se volvió uno de los elementos centrales de los Juegos. La lucha grecorromana se percibía como la verdadera

reencarnación de la lucha griega y la lucha romana de la Antigüedad y fue la que estuvo presente en esa primera olimpiada. En dichos juegos se incluyó una división abierta a todos los pesos; la prueba la ganó el alemán Carl Schuhmann, que sorprendentemente medía sólo 1,57 m de altura.

La lucha libre se admitió en los Juegos olímpicos en la sesión del COI celebrada en París en 1901. Las primeras pruebas olímpicas tuvieron lugar en los Juegos Olímpicos de verano de 1904 a Saint Louis, Estados Unidos. Al igual que la lucha grecorromana, cuenta desde entonces entre las grandes disciplinas de los Juegos Olímpicos.

En 1904 se celebraron en Viena, Austria unos campeonatos mundiales de lucha grecorromana, pero el primer campeonato del Mundo oficial se celebró en Helsinki en 1921; hubo otro campeonato en 1922, pero ninguno más hasta 1950. Desde entonces, se convocan de forma regular (ahora anualmente), en años no olímpicos. El primer campeonato de estilo libre se celebró en 1951 en Helsinki, Finlandia. Una gran mayoría de campeones de lucha proceden de Bulgaria, Finlandia, Hungría, Irán, Japón, la antigua Unión Soviética, Suecia, Turquía y Estados Unidos. Los luchadores japoneses tienen más éxito en las categorías menos pesadas y sus habilidades deben mucho a las artes marciales, especialmente al judo y al sumo.

En 1912, en Suecia, se creó la FILA (Federación Internacional de Luchas Asociadas) que es el organismo internacional que dirige este deporte. Actualmente, la Federación Rusa domina en lucha, en particular en grecorromana, pero es dominada por Estados Unidos en lucha libre. A la fila de los países de dónde salen luchadores de nivel internacional figuran Irán, Turquía y Mongolia, país donde la lucha es el deporte nacional. Para los Juegos Olímpicos de Sydney en 2000, se modificó el programa de lucha. Desde 1972, la lucha se dividía en diez categorías de peso en los dos estilos. En los Juegos de Sydney, se presentaron solamente ocho categorías de peso en cada estilo. Los pesos también cambiaron ligeramente y se suprimió la categoría más ligera, llamada comúnmente peso semimosca simplemente.

La reducción del número de categorías de 10 a 7 en LL y en GR permitió la introducción de la lucha femenina con cuatro categorías de peso en los Juegos Olímpicos de Atenas en 2004. (wikipedia, 2008)

## **LUCHA LIBRE**

La Lucha Libre es un deporte en el cual cada participante intenta derrotar a su rival sin el uso de golpes. El objetivo consiste en ganar el combate haciendo caer al adversario al suelo y manteniendo sus dos hombros fijos sobre el tapiz o ganando por puntuación mediante la valoración de las técnicas y acciones conseguidas sobre el adversario.

El término “libre” que denomina a la modalidad se refiere a que, a diferencia de la Lucha grecorromana donde no se puede utilizar activamente las piernas ni atacar las del rival, en la lucha libre las piernas son un elemento más del ataque y la defensa. Es decir no hay restricciones. La variante femenina de esta modalidad se denomina Lucha Libre Femenina o simplemente Lucha Femenina (geocities, 2008).

## **LUCHA GRECO**

La Lucha grecorromana es un deporte en el cual cada participante intenta derrotar a su rival sin el uso de golpes. El objetivo consiste en ganar el combate haciendo caer al adversario al suelo y manteniendo sus dos hombros fijos sobre el tapiz o ganando por puntuación mediante la valoración de las técnicas y acciones conseguidas sobre el adversario. Está prohibido el uso activo de las piernas en el ataque, así como atacar las piernas del rival.

En 1848, un francés de nombre Exbrayat, antiguo soldado de Napoleón, que tenía una barraca de feria, instituye la norma de no realizar presas por debajo de la cintura. Éste es el origen de la Lucha grecorromana (llamada entonces "Lucha Francesa" o "Lucha a manos planas"). El Italiano Basilio Bartoli es quien le pone el nombre de Grecorromana (wikipedia, 2008).

## **CARACTERISTICAS DE LA LUCHA COMO DEPORTE**

Durante el entrenamiento de lucha a los participantes se les desarrolla grandemente la fuerza absoluta de sus músculos. Pero también, una gran cantidad de hábitos motrices especiales, así como el desarrollo de la resistencia.

La lucha desarrolla en sus participantes una gran movilidad de los procesos nerviosos, ya que la actividad del luchador y la cantidad de movimientos posibles (ataques, defensas, contrallevos, tácticas) es muy grande, esto implica que se desarrolle en quienes lo practiquen durante mucho tiempo una gran sensibilidad propioceptiva.

El nivel de incertidumbre presente en la Lucha, exige del practicante una gran capacidad de adaptación que se sustenta sobre capacidades de diferentes naturalezas orgánicas del individuo.

Una de las características que definen el carácter del entorno de la lucha es el enfrentamiento entre los contendientes, como consecuencia de la cual, el deportista debe provocar el incremento del grado de incertidumbre que experimentan los contrarios, a través de un falseo constante de intenciones y de la elaboración de respuestas novedosas, impredecibles, o lo que es lo mismo, originales.

Lo anteriormente expresado, requiere que los luchadores estén dotados de la suficiente capacidad de intuición, fantasía, rápida orientación y toma de decisión inmediata, las posibilidades de ideas deben aflorar cada momento sin tiempo para meditar lo que implica un predominio del pensamiento operativo en la acción y de dos capacidades importantísimas: inteligencia y creatividad, inteligencia que se considera específica (táctica) y que se basa, entre otras cuestiones, en un conocimiento profundo del deporte practicado, así como de la posición en la que se desempeña y de las funciones correspondientes. (Estrada, 2008)

## **REGLAMENTO**

El reglamento es prácticamente el mismo para las tres modalidades de Luchas Olímpicas, con la salvedad de la utilización de las piernas en Lucha grecorromana.

A continuación se presentan fragmentos del Reglamento, específicamente el reglamento de la Asociación de Luchas Asociadas del Estado de Nuevo León, A.C. provisto por la Federación Mexicana de luchas Asociadas, A.C.

Cabe aclarar que dicho reglamento esta aprobado y sigue los lineamientos de la FILA.



## **CAPITULO I**

### **ESTRUCTURAS MATERIALES**

#### **ARTICULO 4. EL COLCHON**

El colchón aprobado por FILA, cuenta con 9 metros de diámetro rodeado de una guarnición del mismo grosor y de 1.50 metros de anchura, es obligatorio en todas las pruebas siguientes: Juegos Olímpicos, campeonatos y copas (campeonatos estatales, y todas las competencias que estén bajo la tutela de la asociación). Para competencias internacionales, el colchón deberá ser homologado, pero no necesariamente nuevo.

En el interior del círculo de 9 metros de diámetro, y a lo largo de su circunferencia, deberá trazarse una línea de color rojo de 1 metro de ancho, que será parte integrante de la superficie de combate.

Los siguientes términos serán usados para designar las diferentes partes del colchón:

- El círculo central del colchón se llamará: zona de inicio y reanudación de combate (1metro de diámetro)
- La parte interior del colchón, situado dentro de la franja roja, se llamará zona central de combate (9 metros de diámetro)
- La franja roja: Zona de pasividad (ancho: 1 metro)
- El área de protección es de 1.20 a 1.50 metros de ancho

Para juegos olímpicos, campeonatos mundiales o continentales, el colchón deberá ser instalado en una plataforma no mayor a el 1.10 metros (o bien en caso de mala visibilidad)

Si el colchón está instalado sobre un podium y el margen de protección (guarnición y espacio libre alrededor del colchón) no alcanza los dos metros, los lados del podium deberán ser recubiertos de paneles inclinados a 45 grados. La guarnición de protección deberá ser, en cualquier caso de otro color que el colchón.

Para prevenir cualquier infección, la superficie del colchón debe ser lavada y desinfectada antes de cada sesión de lucha. Las hebillas de la lona deben ser protegidas.

Las esquinas opuestas del colchón (diagonalmente) serán marcadas con los colores de los luchadores, rojo y azul.

El colchón deberá ser instalado de forma que haya un amplio espacio libre alrededor del mismo, para que la competencia se pueda desarrollar con normalidad.

## **ARTICULO 5. LA VESTIMENTA**

Al comienzo de cada jornada, los competidores deberán presentarse afeitados o con una barba de varios meses.

### *La butarga de lucha*

Los luchadores deben presentarse al borde del colchón, vistiendo una butarga de una sola pieza del color que les haya sido otorgado (rojo o azul). Sobre la base de estos colores, el dibujo de la butarga es libre.

- Los luchadores pueden llevar una butarga entera de una sola pieza, yendo desde los pies hasta los hombros o que cubran los muslos hasta las rodillas o por debajo de las rodillas
- La butarga de lucha deberá ser de algún tipo homologado por la F.M.L.A.
- Esta permitido el uso de unas ligeras rodilleras sin componentes metálicos
- En la espalda de la butarga el luchador podrá llevar una abreviación de su club o estado, este emblema tendrá las medidas de 10 x 10 cm. máximo
- Los luchadores no pueden llevar el emblema o la abreviación de otro Estado o País
- De igual manera, deberán llevar durante todo el combate y presentar al inicio de éste un pañuelo de tela y nunca de papel

### *Protección de orejas (orejeras)*

Podrá utilizarse orejeras sin que lleve ningún elemento metálico o que pueda causar algún daño al contrario. El árbitro podrá obligar a la utilización de orejeras a aquellos luchadores que tengan los cabellos demasiado largos.

### *Calzado*

Los luchadores deben llevar zapatillas de lucha, rodeando el tobillo, cualquier pieza metálica o que pueda arañar está prohibido. Hay que prestar atención especial a los cordones cuyas puntas, si son metálicas o rígidas, deberán ser cortadas, o estar envueltas con un protector. Los luchadores están obligados a no desplazarse en otra parte que no sea el colchón con sus zapatos de lucha.

### *Prohibiciones*

Esta prohibido igualmente:

- Llevar vendajes en las muñecas, brazos o tobillos, salvo en el caso de lesión y bajo prescripción médica
- Embadurnarse el cuerpo con materia grasa o pegajosa
- Presentarse en estado de sudoración al inicio del combate y al inicio de cada período
- Llevar cualquier objeto susceptible de herir al adversario como anillos, pulseras, etc.

Cada luchador debe estar en condiciones de cumplir las disposiciones del primer párrafo del presente artículo y estar en posición de dos butargas una de color rojo y otra azul, así como de un pañuelo de tela.

Si un luchador se presenta al colchón con una indumentaria que el árbitro considere no correcta, éste tolerará un máximo de un minuto para su cambio. Pasado este minuto el luchador perderá el combate por abandono.

## ARTICULO 7. CATEGORIAS DE EDAD Y PESO. COMPETICIONES

### *Categorías de edad*

Las categorías de edad son las siguientes:

PROMOCIONALES	7 a 11 años (presentando certificado médico y autorización de los padres)
INFANTILES	11-13 años (los de 11 años presentarán certificado médico y autorización de los padres)
ESCOLARES	13-15 años (los de 13 años presentarán certificado médico y autorización de los padres)
CADETES	15-17 años (los de 15 años presentarán certificado médico y autorización de los padres)
JUNIORS	17-20 años (los de 17 años presentarán certificado médico y autorización de los padres)
SENIORS	18 años en adelante

Los luchadores de categoría juniors podrán luchar en la categoría Senior.

En cualquier caso, un luchador con 18 años en el año en curso, deberá presentar obligatoriamente un certificado médico y una autorización paterna. Aquellos luchadores que tengan 17 años no serán, en ningún caso, autorizados para competir en la categoría Senior.

La edad será controlada en todos los campeonatos y competiciones en el momento de la inscripción definitiva, a la hora del pesaje. Para hacer esto, el responsable de cada club deberá entregar al delegado técnico de la Asociación:

- La credencial de la asociación de activo como competidor de Lucha Amateur.
- La licencia federativa del luchador (SIRRED) vigente para el año en curso
- Cada luchador que participe en una competición autoriza automáticamente a la AELA a difundir su imagen filmada o fotografiada para la difusión y la promoción de la lucha. Si un luchador rehúsa a esta disposición, deberá decirlo en la inscripción y podrá ser, en ese caso excluido de la competencia.

## *Categorías de peso*

Las categorías de peso son las siguientes:

PROMOCIONAL	17-20kg, 23kg, 26kg, 29kg, 32kg, 35kg, 38kg, 41kg, 44kg, hasta 47 kg.
INFANTILES	24-26kg, 29kg, 32kg, 35kg, 38kg, 41kg, 44kg, 47kg, 52kg, 57kg, hasta 66kg
ESCOLARES	29-32kg, 35kg, 38kg, 42kg, 47kg, 53kg, 59kg, 66kg, 73kg, hasta 85kg
CADETES	39-42kg, 46kg, 50kg, 54kg, 58kg, 63kg, 69kg, 76kg, 85kg, hasta 100kg
ELITE (JUNIOR)	48-50kg, 55kg, 60kg, 66kg, 74kg, 84kg, 96kg, hasta 120kg
ABIERTA (SENIOR)	50-55kg, 60kg, 66kg, 74kg, 84kg, 96kg, hasta 120kg.

Cada participante, al que se supone por voluntad propia y bajo su propia responsabilidad, puede participar en una competencia, en una sola categoría, la que corresponda a su peso corporal en el momento del pesaje oficial.

Sin embargo, para las categorías del grupo Seniors, los luchadores pueden optar por la categoría inmediata superior a la que estuvieran inscritos a excepción de los pesos máximos, categoría en la que el luchador deberá pesar más de 96kg.



## PERSONALIDAD

Todos somos diferentes aunque también tenemos cosas en común. Aceptar la individualidad humana y estudiarla es una de las cuestiones más fascinantes de la psicología. Conocer y entender las diferencias individuales es crucial para nuestra percepción del ser humano. Pero al igual que en otros aspectos de la psicología no existe sólo una respuesta a esta cuestión. En su lugar, las diferentes teorías de la personalidad adoptan niveles diferentes de explicación, e intentan describir diferentes rasgos del ser humano (Hayes, 1999).

Para estudiar y examinar la personalidad científicamente como lo hacen los psicólogos, es necesario definir el término de manera específica. ¿Qué es personalidad? Diversos autores la han definido y entre ellos podemos mencionar a los siguientes:

Feldman, (2003): “La personalidad abarca los rasgos relativamente permanentes que diferencian a las personas, comportamientos que hacen únicos a los seres humanos. Es la personalidad la que nos lleva a actuar de modo consciente y predecible en situaciones diversas y a lo largo de períodos prolongados” (p. 396).

Wade, (2003): “Patrón característico de comportamiento, actitudes, ideas, motivaciones y emociones que definen a una persona a lo largo del tiempo y a través de distintas situaciones. Dicho patrón está

compuesto por muchos rasgos diferenciales, maneras habituales de comportarse, pensar y sentir: timidez, confianza, amistad, hostilidad, tristeza, seguridad, ambición, etc.” (p. 353).

Robbins, (1999): “Cuando los psicólogos hablan de personalidad, se refieren a un concepto dinámico que describe el crecimiento y el desarrollo de todo el sistema psicológico de una persona. Más que observar todas las partes que conforman a un individuo, la personalidad busca algún todo agregado que es mayor que la suma de las partes. Es la suma total de formas en las cuales un individuo reacciona e interactúa con otros. Más a menudo se describe en términos de tendencias medibles que la persona muestra.”(p. 50)

Ivancevich, (2006): “Conjunto relativamente estable de sentimientos y comportamientos que se formaron de manera significativa por medio de factores genéticos y ambientales” (p. 88). La personalidad: parece organizarse en pautas, hasta cierto grado, observables y mensurables; comprende características comunes y únicas. Cada persona es diferente a las demás en algunos aspectos y similar a otras en otros aspectos.

Morris, (1997): “Patrón característico de pensamientos, sentimientos y conductas de un individuo, que persisten a lo largo del tiempo y a lo largo de las situaciones” (p. 348). Existen dos partes importantes en esta definición. Por un lado, la personalidad se refiere a diferencias

características, los aspectos sumamente individuales de una persona que la distinguen de cualquier otra. Por otro lado, la definición señala que la personalidad es relativamente estable y perdurable, lo que significa que las diferencias características persisten a lo largo del tiempo y a través de las situaciones.

## **DETERMINANTES DE LA PERSONALIDAD**

Unas de las primeras preguntas en la investigación de la personalidad es determinar si ésta es resultado de la herencia o del ambiente. Por supuesto, no hay una respuesta simple y determinante. La personalidad parece ser un resultado de ambas influencias. Hoy en día se reconoce también, un tercer factor: la situación. Por tanto, ahora se considera que la personalidad adulta generalmente está formada tanto por la herencia como por los factores ambientales, moderados por las condiciones situacionales (Robbins, 1999).

La herencia, la composición genética que heredó de su madre y padre, determina en parte la personalidad que posee actualmente. Es correcto que los científicos aún no identifican los genes específicos de la "personalidad", pero queda claro que la herencia es un determinante importante de la personalidad.

El ambiente, patrón de experiencias de vida que las personas tienen y las fuerzas de la relación familiar son una parte importante. Entre ellas

se hallan las experiencias con los padres, hermanos y otros familiares. La forma en que los padres expresaban sus sentimientos, lo estrictos o permisivos que eran, la cantidad de hermanos, etc. Con frecuencia no comprendemos el efecto de la cultura en el moldeamiento de nuestra personalidad. Sucede en forma gradual y, por lo común, no hay otra alternativa más que aceptar la cultura. El funcionamiento estable de una sociedad exige pautas de comportamiento compartidas entre sus integrantes y ciertas bases para saber cómo comportarse en determinadas situaciones. Para garantizar el cumplimiento de éstas la sociedad institucionaliza diversas pautas de comportamiento. La institucionalización de algunos patrones de conducta significa que casi todos los miembros de una cultura presentan muchas características de personalidad comunes. Sin embargo, hay una gran diversidad cultural dentro de la sociedad, al mismo tiempo. La clase social también es importante en el moldeamiento de la personalidad. Los diversos barrios de las ciudades y los pueblos suelen estar poblados por diferentes clases sociales, cada una con sus propias costumbres (Ivancevich, 2006).

## TEORIAS DE LA PERSONALIDAD

Los psicólogos se han aproximado al estudio de la personalidad de muy diversas formas. Algunos se han propuesto identificar los aspectos o características más importantes. Otros han tratado de comprender por qué existen diferencias en 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 hasta el momento más relevantes han sido:

**Las teorías psicodinámicas:** Ven a la personalidad como resultado de motivaciones y conflictos inconscientes, frecuentemente de tipo sexual. Sostiene que los conflictos, culpas, defensas y formas de tratar con los demás pueden rastrearse hasta la 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 llevan 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, y así hay quien se muestra relajado y extravertido en una situación y tímido en otra (Wade, 2003).

**Las teorías humanistas:** que enfatizan el papel de los motivos de desarrollo positivo y de la relación del potencial en el moldeamiento de la personalidad. Surge en las décadas de 1960 y 1970, 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 personal”, el “yo verdadero”.

**La teoría de rasgo:** Se centran en la categorización y descripción de la manera en la que difieren la personalidad de la gente (Morris, 1997)

En distinta medida, cada una de estas aproximaciones teóricas ha contribuido a la comprensión general de la personalidad.

### **Teorías psicodinámicas**

Las teorías psicodinámicas consideran que la conducta es resultado de la dinámica psicológica que ocurre dentro del individuo, con frecuencia, fuera del alcance la conciencia. Freud se valió de la física de su tiempo para acuñar el término psicodinámico: así como la termodinámica es el estudio del 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 (Morris, 1997).

Las teorías psicoanalíticas 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 de Freud 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, subraya la noción de la “verdad psicológica” (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 bastante diferente de lo que se considera como tal en el resto de la psicología (Hayes, 1999).

Los psicoanalistas señalan que el comportamiento humano es impulsado en gran medida por fuerzas poderosas del interior de la personalidad y de las que no somos conscientes. Estas fuerzas ocultas, moldeadas por las experiencias de la infancia, desempeñan una función importante para activar y darle dirección a nuestro comportamiento cotidiano.

## Conceptos principales

### *Estructura mental*

En su intento por crear una teoría que abarcara toda la actividad mental, Freud partió de un 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.

Freud describía la mente como dividida en tres partes: el consciente, el inconsciente y el preconscious.

- El consciente: Se explica por sí mismo, de ahí que hubiera sido la parte de la mente que más preocupaba a la ciencia.
- El inconsciente: Llamamos inconsciente a un proceso psíquico cuya existencia no podemos menos que reconocer pero del cual no sabemos nada. Los materiales inconscientes se caracterizan por su vivacidad y su inmediatez. Son atemporales, es decir, no se distribuyen cronológicamente, el tiempo no puede modificarlos y no se les puede aplicar el concepto del tiempo.
- El preconscious: En términos rigurosos, el preconscious forma parte del inconsciente, aún cuando se trate de una parte que fácilmente puede tornarse consciente. Son las partes accesibles de



la memoria, como el recuerdo de lo que se hizo el día de ayer, apellidos, domicilios, etc. El preconscious hace las veces de un almacén para los recuerdos de la conciencia funcional. (Fadiman, 2005)

Estos conceptos los esquematiza Freud de la siguiente manera: Un iceberg. La mente **consciente** representa la parte claramente visible y aparente por encima de la superficie. La zona inmediatamente por debajo de la superficie, a veces revelada por el flujo y reflujo de la marea, era la mente **preconsciente**, que estaba compuesta por pensamientos, ideas y creencias que podían ser olvidadas temporalmente, pero ser recuperadas con facilidad cuando se quería. Pero también existe una parte importante del iceberg que está sumergida, que representa la mente **inconsciente**, compuesta por todas las ideas inquietantes y con carga emocional significativa, y que ejercen una influencia invisible pero poderosa sobre las mentes **consciente** y **preconsciente**. (Hayes, 1999)

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

## *Estructura de la personalidad*

Para describir la estructura de la personalidad Freud desarrolló una amplia teoría; ésta sostiene que la personalidad está integrada por tres componentes distintos que interactúan entre sí: el ello (*id*), el yo (*ego*) y el superyó (*superego*).

A pesar de que Freud describió los tres componentes de la personalidad en términos muy precisos, es importante mencionar que no se trata de estructuras físicas ubicadas en alguna parte del cerebro.

Si la personalidad sólo consistiera en deseos y anhelos primitivos e instintivos, tendría exclusivamente un componente: el *ello*, la parte de la personalidad más primitiva, no organizada e innata. Presente en el momento del nacimiento, el único propósito del *ello* es la reducción de la tensión generada por pulsiones primitivas relacionadas con el hambre, la sexualidad, la agresividad y los impulsos irracionales. Éstas son pulsiones alimentadas por la “energía psíquica” o libido, como la llamó Freud. El *ello* funciona siguiendo el principio del placer, que tiene como meta la reducción inmediata de la tensión y busca la maximización de la satisfacción.

Por desgracia para el *ello*, y fortuna para las personas y la sociedad, la realidad evita que se satisfagan en la mayoría de los casos las exigencias del principio del placer. El mundo produce restricciones: no

siempre podemos comer cuando tenemos hambre. Para conceptualizar este hecho de la vida, Freud postuló un segundo componente de la personalidad, al que llamó *yo*.

El *yo* amortigua las relaciones entre el *ello* y las realidades objetivas del mundo exterior. A diferencia de la naturaleza del *ello*, buscadora de placer, el *yo* actúa en función del principio de realidad, que restringe la energía instintiva con el fin de conservar la seguridad del individuo y ayudarlo a integrarse a la sociedad. El *yo* es la sede de las capacidades cognitivas superiores, como la inteligencia.

El *superyó* es la estructura de la personalidad que se desarrolla en último término, representa lo que se debe y lo que no se debe hacer en sociedad tal como lo transmiten los padres, los maestros y otras figuras importantes. Se integra a la personalidad durante la infancia, cuando se aprende a distinguir entre el bien y el mal, y continúa desarrollándose conforme las personas incorporan a sus propios patrones los principios morales amplios de la sociedad en la que viven.

El *superyó* tiene dos componentes: la conciencia y el *yo* ideal. La conciencia nos impide realizar acciones que infringen la moral; el *yo* ideal nos motiva a realizar lo que es moralmente correcto. El *superyó* ayuda a controlar los impulsos provenientes del *ello* y hace que nuestro comportamiento sea menos egoísta y más virtuoso.

El yo debe equilibrar, mediante concesiones, las exigencias del *superyó* y las del *ello*, permitiéndole a la persona, resistirse a la obtención de parte de la gratificación perseguida por el *ello*, al mismo tiempo que vigila al moralista *superyó* para que no impida que la persona obtenga alguna gratificación.

### *Desarrollo de la personalidad*

Freud ofreció una perspectiva acerca de cómo se desarrolla la personalidad, 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 también es única porque relaciona cada una de las etapas del desarrollo psicosexual con una función biológica, la cual Freud asumía como el centro del placer en cada período determinado.

Las etapas del desarrollo de la personalidad de Freud son:

- Etapa Oral: Del nacimiento a los 12-18 meses. Se caracteriza por un interés en la gratificación oral al chupar, comer y morder.

- Etapa anal: Desde los 12-18 meses hasta los tres años. Gratificación al expeler y retener las heces fecales; aceptación de las exigencias sociales relativas al control de esfínteres.
- Etapa fálica: De los tres a los cinco-seis años. Se caracteriza por un interés en los genitales; solución del complejo de Edipo, que conduce a la identificación con el progenitor del mismo sexo.
- De latencia: De los cinco-seis años a la adolescencia. En ella las preocupaciones sexuales casi no tienen importancia.
- Etapa genital: Desde la adolescencia hasta la edad adulta. Se caracteriza por un resurgimiento de los intereses sexuales y establecimiento de relaciones sexuales maduras (Feldman, 2003).

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

Otros exponentes de esta teoría son: Karen Horney, Carl Jung, Alfred Adler, Erich Fromm, entre otros.

## **Teorías conductistas**

Existe un grupo diferente de teorías de personalidad cuyo enfoque se basa en el resultado del aprendizaje. Éstas abarcan desde el conductismo extremo basado en el estímulo-respuesta y que define la personalidad como el 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.

Se asumió que la conducta humana era una combinación de asociaciones aprendidas que se combinaban en porciones cada vez mayores. El creador del conductismo, J.B. Watson afirmó que la mente del niño era una tabula rasa al nacer: una hoja en blanco que esperaba llenarse con la escritura de su experiencia.

Según la perspectiva de Watson, la personalidad era la 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 diferentes, ser deliberadas o accidentales.

Feldman en 2003 refiere a B.F. Skinner (1972) quien adoptó un planteamiento similar de la personalidad, aunque los mecanismos de

aprendizaje subyacentes que identificó eran diferentes. Skinner entendía el aprendizaje no como el condicionamiento clásico secundario a las asociaciones repetidas entre estímulo y respuesta, sino el producido a través de la ley del efecto, es decir, el principio por el que aquellas acciones con consecuencias agradables tienen una 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 consecuencias desagradables.

Al igual que Watson, Skinner consideró que la personalidad era la suma de las conductas aprendidas. Las personas podían distinguirse entre sí porque actuaban de forma diferente y su conducta era distinta porque cada uno experimentaba refuerzos sutilmente diferentes a lo largo de la vida (Feldman, 2003).

Este planteamiento niega la existencia de la mente o de cualquier tipo de “yo” interno: se trataba de teorías de caja negra, que enfatizan la entrada de estímulos del ambiente y la salida de respuestas conductuales a los mismos.

Por otro lado, Bandura en 1977 consideró que los factores sociales eran más importantes en la formación de la personalidad de lo que Watson o Skinner habían admitido. Identificó el aprendizaje social como el proceso crucial implicado en la personalidad. Éste 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 los peligros asociados al aprendizaje por ensayo y error (Feldman, 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. El segundo paso, después de la imitación, es la identificación. 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.

En el proceso de identificación, el niño adopta a determinados individuos como modelos de rol. Al identificarse con estos modelos, el niño puede extrapolar su aprendizaje de nuevas formas de conducta: actúa imaginándose cómo 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.



En la teoría de 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 nos se incluyeron en los modelos conductistas anteriores.

Otros exponentes de esta teoría son: Pavlov, Thorndike, Jean Piaget, G.H. Mead, etc. (Hayes, 1999).

### **Teorías humanistas**

Subraya el hecho de que los seres humanos estamos positivamente motivados y progresamos hacia niveles de funcionamiento superiores; en otras palabras, que existe algo más en la existencia humana que confrontar los conflictos ocultos.

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, 1997).

La teoría humanista permite comprender la personalidad de individuos “especiales”, como Miguel Ángel o Einstein. De acuerdo a esta perspectiva, todos los enfoques de la personalidad referidos anteriormente tienen en común un error fundamental en sus concepciones sobre la naturaleza humana. En lugar de considerar que las personas son controladas por fuerzas inconscientes e inobservables, por reforzadores y castigos situacionales, e incluso por factores heredados, los enfoques humanistas de la personalidad destacan la bondad básica de los seres humanos así como su tendencia a crecer para lograr niveles más 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.

El principal exponente del enfoque humanista es Carl Rogers. Este autor sugiere que las personas tienen una 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 y juzgarnos a través de los ojos de los demás y a confiar en sus valores. Para Rogers y otros teóricos 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 (Feldman, 2003).

### Conceptos principales de la teoría humanista

#### *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 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.

Aunque desde el punto de vista teórico nuestra atención está abierta a cualquier experiencia, se centra en las preocupaciones o intereses más inmediatos, con exclusión de casi todo lo demás.

#### *El self*

Dentro de la esfera de la experiencia se encuentra el *self*, 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* de 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 de fluidez, Rogers formuló la idea de que los individuos no sólo son capaces de conseguir el crecimiento y el desarrollo personal, sino que estos cambios positivos constituyen una progresión natural y esperada.

El *self* o el concepto de sí 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 cual le asigna un valor superior. Al igual que el *self*, es una estructura sujeta a un cambio constante, razón por la 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 la 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* consiste en hacer real o actual los diferentes aspectos de uno mismo. Esto puede implicar la exploración de los propios talentos, el autodidactismo o la perfección de la capacidad física. Puede evidenciarse de varias formas en diferentes personas, pero Rogers lo consideró una necesidad fundamental para todo el mundo, que debía ser satisfecha porque, en caso contrario, se desarrollarían problemas psicológicos (Hayes, 1999).

De acuerdo con Rogers, todo organismo nace con ciertas capacidades o potencialidades innatas. Una especie de “sello genético” al cual se agrega sustancia conforme avanza la vida” (Maddi, 1989, p.102). De acuerdo con Rogers, el objetivo de la vida es satisfacer este proyecto genético, para convertirnos en la mejor versión de lo que cada uno de nosotros es inherentemente capaz de ser. Rogers llamó a este impulso biológico hacia la satisfacción la **tendencia a la realización** (Morris, 1997).

Las teorías humanistas adquieren relevancia debido a su labor de rescate de la unicidad y originalidad de los seres humanos, y a que han

orientado el desarrollo de un tipo de terapia muy importante diseñado para aliviar dificultades psicológicas.

Otros exponentes de esta corriente son: Abraham Maslow, George Kelly, Alfred Adler, etc.

### **Teoría de los Rasgos**

Las teorías de la personalidad que se han mencionado hasta el momento, aunque difieren en el enfoque, son muy parecidas en varios aspectos. Todas 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.

Otros teóricos de la personalidad toman un enfoque muy distinto. En vez de concentrarse en cómo se desarrolla la personalidad, se concentran en describir las maneras en las que las personalidades ya desarrolladas del adulto difieren una de otra. Estos teóricos indican que las personas difieren de acuerdo con el grado en que poseen ciertos rasgos de personalidad, como dependencia, ansiedad, agresividad y sociabilidad (Morris, 1997).

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. Pero ¿Cómo sabría cuáles de estas cualidades son más importantes para comprender el comportamiento de esa persona?

Los psicólogos de la personalidad se han planteado preguntas similares. En un intento por darles respuesta desarrollaron un modelo de la personalidad al que denominaron teoría de los rasgos. Los rasgos son dimensiones constantes de las características de personalidad que diferencian a las personas.

Los teóricos de los rasgos no suponen que ciertas personas poseen un rasgo y otras no. 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 teóricos del enfoque de los rasgos ha sido identificar los rasgos primarios específicos necesarios para describir la personalidad (Feldman, 2003).

El idioma inglés tiene muchas palabras para describir los rasgos de personalidad. Gordon Allport, junto con su colega H.S. Odnert, buscó en el diccionario y encontró alrededor de 18,000 palabras que parecen referirse a los rasgos de personalidad. Para Allport, los rasgos (o “disposiciones”, como los llamó) existen, literalmente, en el sistema

nervioso como estructuras que dirigen la conducta consistente en diversas situaciones.

Allport también creía que en tanto que 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, argumentando que, más bien, cada persona puede comprenderse en los términos de su propia individualidad.

A pesar de que Allport redujo esta lista de palabras a 4,500 términos después de eliminar los sinónimos, era evidente que aún tenía entre manos un problema de suma importancia para todos los enfoques de los rasgos: ¿Cuáles de ellos eran los más básicos? Allport respondió esta interrogante al señalar que hay tres categorías básicas de rasgos: los cardinales, los centrales y los secundarios.

### Conceptos principales

#### *Teoría de los rasgos de Allport: La identificación de lo fundamental*

Las categorías básicas de los rasgos, según Allport, son:

Cardinales: Es una característica única que dirige la mayor parte de las actividades de una persona. Por ejemplo: una mujer enteramente



desprendida de sí misma podría concentrar toda su energía en actividades altruistas.

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 persona.

Secundarios: Son características que afectan al comportamiento en pocas situaciones y tienen menos influencia que los rasgos cardinales o los centrales. Por ejemplo: la preferencia por un helado o sentir desagrado ante el arte moderno se considerarían rasgos secundarios.

### *Teoría de Eysenck*

Eysenck desarrolló una teoría de la personalidad que afirmaba que los aspectos más distintivos de la personalidad podían agruparse en dos rasgos principales y que éstos se medían de forma eficaz a través de los tests psicométricos.

Hans Eysenck 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 a tres dimensiones importantes:

Extroversión: Se relaciona con el grado de sociabilidad. No se trataba simplemente del deseo de interaccionar con otros. También está relacionado con las respuestas frente a cuestiones sobre la

impulsividad, asumir riesgos y la búsqueda de estímulos. Eysenck determinó que este grupo de rasgos estaba en relación directa con el grado de estimulación requerida por un sujeto.

Neuroticismo: Abarca la estabilidad emocional. Para Eysenck era secundario a la agrupación conjunta de una serie de rasgos diferentes de primer orden, incluyendo la ansiedad, la hostilidad y un rasgo que denominó hipocondría, que era una susceptibilidad frente a dolencias de tipo nervioso como las cefaleas o los ataques de pánico. Al igual que la extroversión la adjudico a una base biológica.

Psicotismo: Se refiere al grado en que se distorsiona la realidad. Esta tercera dimensión determina el grado de preparación del individuo para adaptarse a las reglas de la sociedad, y para actuar de forma convencional. La principal diferencia entre esta escala y las 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.

### *Teoría de Catell*

A partir de la aplicación del análisis factorial, -que es un método estadístico que permite resumir las relaciones existentes entre una 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 representan 46 rasgos superficiales o conglomerados de comportamientos relacionados. Aplicando el análisis, Catell descubrió que los 16 rasgos originales (o primarios) representan las dimensiones básicas de la personalidad. Con base a estos rasgos elaboró el cuestionario de los dieciséis factores de la personalidad (16 PF), herramienta que ofrece puntuaciones para cada uno de los rasgos originales.

Catell afirmó que sus 16 factores de la personalidad proporcionarían una “representación” del individuo en términos de los rasgos más comunes, pero que ésta no debía considerarse como una descripción completa de la personalidad. El autor afirmó que cada sujeto tiene además unos rasgos únicos que no pueden determinarse mediante los test de personalidad.

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

A medida que se desarrollaron las técnicas psicométricas para la evaluación de la personalidad, otros psicólogos empezaron a investigar numerosos rasgos y a desarrollar técnicas para medirlos. De esta forma se han llegado a identificar más de 50 rasgos de la personalidad. Aparecieron tantos que finalmente los investigadores empezaron nuevamente a sentir la necesidad de establecer una base común a través de la búsqueda de factores de segundo orden que podían subyacer en grupos de rasgos.

## LOS CINCO GRANDES

Los Cinco Grandes fueron originalmente derivados en los setentas por dos equipos independientes de investigación: Paul Costa y Robert McCrae (en el National Institutes of Health), y Warren Norman (en la Universidad de Michigan) y Lewis Goldberg (en la Universidad de Oregon), quienes tomaron una ruta un poco diferente para llegar a los mismos resultados. Esto es, la mayor parte de los rasgos de personalidad pueden ser abarcados por cinco grandes dimensiones de personalidad, muy a pesar del lenguaje o la cultura. Estas cinco dimensiones han sido derivadas haciendo preguntas a miles de personas y después analizando la información con un proceso estadístico conocido como factor-análisis. Es importante darse cuenta que los investigadores no decidieron encontrar cinco dimensiones sino que las cinco dimensiones surgieron de sus análisis de datos. En círculos científicos, los Cinco Grandes son ahora los más aceptados y el modelo más usado de personalidad (claro está muchos otros sistemas han surgido en la psicología y en ambientes de trabajo, ejemplo el MBTI).

Los factores de los Cinco Grandes abarcan varios niveles de análisis y aluden a distintos aspectos del comportamiento: las dos primeras dimensiones (Extroversión y Agradabilidad) son fundamentalmente interpersonales; la tercera (escrupulosidad) está enfocada principalmente a las tareas y las dos últimas (estabilidad emocional y

apertura a la experiencia) se refieren a las experiencias emocionales o cognitivas de una persona. Estos factores describen algunas de las diferencias fundamentales entre los individuos. En parte se trata de la forma en la que nos describimos a nosotros mismos y a los demás (www.centacs.com, 2008)

Goldberg (1990) efectuó estudios acerca de los cinco Grandes basándose en autoinformes. El estudio de Goldberg se basó en el análisis de palabras en inglés, sin embargo, es bastante claro que se puede encontrar algo análogo a los Cinco Grandes en otros idiomas. Las descripciones alemanas y holandesas son bastante similares. Los valores conseguidos al traducir dimensiones de los Cinco Grandes al japonés y chino ofrecen estructuras comparables. El análisis de puntuaciones en distintas lenguas puede dar lugar a estructuras ligeramente distintas, pero parece que se dan bastantes similitudes en las valoraciones de la personalidad en las distintas lenguas.

Los “cinco grandes” han surgido como dimensiones centrales y distintivas de la personalidad en la mayoría de los países estudiados: Gran Bretaña, Canadá, República Checa, Eslovaquia, China, Turquía, Holanda, Japón, España, Filipinas, Hawai, Alemania, Portugal, Israel, Corea, Rusia y Australia. Estos cinco factores aparecen tanto cuando se trata de autoinformes en los que las personas se evalúan a sí mismas como cuando los individuos son evaluados por amigos, familiares u observadores independientes (Wade, 2003).

Las cinco grandes dimensiones de la personalidad son descritas de la siguiente forma:

## **EXTROVERSION**

“Esta dimensión captura el nivel de comodidad de uno con las relaciones” (Robbins, 1999, p.55). Describe en qué medida las personas son abiertas o tímidas. Es la tendencia a ser sociable, gregario, asertivo, comunicativo y activo. Quienes tienen un grado elevado de extroversión suelen disfrutar las pláticas e interacciones con los compañeros de trabajo, y gravitan hacia los empleos en los cuales hay mucho intercambio social (Ivancevich, 2006).

Los extrovertidos (que califican alto en extroversión) tienden a ser amigables, sociables, habladores, aventureros, desear ser el centro de atención y pasan gran parte de su tiempo manteniendo y disfrutando grandes números de relaciones. Los introvertidos tienden a ser reservados, callados, solitarios, cautos, permanecen en la sombra, tienen pocas relaciones, están más a gusto con la soledad de lo que la mayoría de la gente lo está (Robbins, 1999).

Las investigaciones indican que las personas extrovertidas suelen desempeñarse bien en las ventas y los puestos directivos, se desempeñan mejor en los programas de capacitación y tienen niveles superiores de satisfacción general en el trabajo.

## **ESTABILIDAD EMOCIONAL**

“Esta dimensión se enfoca en la habilidad de una persona de soportar la tensión” (Robbins, 1999, p.55). Es la tendencia a experimentar estados emocionales positivos, como sentirse psicológicamente seguro, tranquilo y relajado. La gente con una estabilidad emocional positiva tiende a caracterizarse como calmada, entusiasta y segura. Aquellas personas con calificaciones negativas tienden a ser nerviosas, depresivas, iracundas e inseguras. Por lo tanto la estabilidad emocional describe el grado en que una persona padece rasgos como la ansiedad, la incapacidad para controlar los impulsos y la tendencia a experimentar emociones negativas como ira, culpa, desprecio y resentimiento. Los individuos con estabilidad emocional baja son personas derrotistas, preocupadas y se quejan, aunque no tengan problemas graves. Siempre están dispuestas a ver el lado amargo de la vida y no tanto su lado positivo.

El individuo con una estabilidad baja tiene más probabilidades de experimentar estrés relacionado con el trabajo. Aunque el vínculo entre la estabilidad emocional y el desempeño laboral no parece sólido, hay algunos hallazgos interesantes en las investigaciones en relación con otros comportamientos laborales importantes.



## **AGRADABILIDAD**

Robbins en 1999 (p.55), se refiere a “la propensión de un individuo a tener empatía con los otros”. Describe en qué medida las personas son afables o irritables, cooperativas o difíciles, confiadas o desconfiadas y envidiosas. Refleja la tendencia a mantener relaciones amistosas u hostiles.

Al empleado a quien se le describe como “alguien que se lleva bien con los demás” tiene un grado elevado de agradabilidad. Ser cortés, comprensivo, tolerante, confiado y bondadoso son rasgos que se asocian con la agradabilidad.

La gente altamente afable valora más la armonía que lo que se dijo o la manera de decirlo. Cooperan y confían en los demás. La gente que califica bajo en agradabilidad se enfoca más en sus propias necesidades que en las de los demás, además de que suele describirseles como groseros, fríos, inhumanos, poco comprensivos y antagónicos.

Es una dimensión que permite que alguien se desempeñe bien como integrante de un equipo y puede resultar fructífera en puestos en los que es importante desarrollar y mantener buenas relaciones interpersonales.

Entre los empleos y profesiones en los que se necesita a individuos con un grado elevado de agradabilidad se hallan servicio al cliente, ventas, auditoría, enfermería, docencia y trabajo social.

## **ESCRUPULOSIDAD**

Describe “la disposición a ser una persona formal o irresponsable, perseverante o inconstante, tenaz o voluble, metódica o descuidada, disciplinada o impulsiva” (Robbins, 1999, p.55). Esta dimensión se refiere al número de metas en las cuales una persona se enfoca. Una persona con una alta escrupulosidad persigue menos metas, con vehemencia, y tiende a ser responsable, persistente, confiable y orientada al logro. Se les describe como personas que suelen perseverar, trabajar con ahínco y disfrutar la consecución y finalización de los proyectos. No es difícil entender por qué es un rasgo que valoran mucho todas las organizaciones.

Aquellos que califican bajo en esta dimensión tienden a distraerse más fácilmente, persiguen muchas metas y son más hedonistas. Como empleados suelen ser ineficientes, descuidados e incluso holgazanes. Desde la perspectiva de la investigación, la escrupulosidad es la dimensión que se vincula más estrechamente al desempeño laboral. Dicho en forma sucinta, los empleados escrupulosos se desempeñan mejor en muy diversas ocupaciones. Las investigaciones más recientes

también indican que los individuos escrupulosos suelen manifestar niveles superiores de motivación y satisfacción en el trabajo.

## **APERTURA A LA EXPERIENCIA**

La dimensión final se dirige a los rangos personales de interés. Describe en qué medida las personas son curiosas, imaginativas, inquisitivas y creativas, o, por el contrario, son conformistas, carentes de imaginación, predecibles y se sienten incómodas frente a la novedad (Wade, 2003).

Esta dimensión refleja el grado de amplitud de intereses de un individuo y hasta qué punto está dispuesto a asumir riesgos.

Quienes tienen un grado elevado de apertura a la experiencia suelen prosperar en ocupaciones en las que el cambio es continuo y donde la innovación resulta básica. La gente extremadamente abierta se siente fascinada por la novedad y la innovación. Tiende a ser imaginativa, sensitiva a lo artístico e intelectual.

Los individuos con un grado bajo de apertura a la experiencia son poco imaginativos, convencionales y están ligados a los hábitos, cómodos en lo familiar.

## **APLICACIONES DE LA TEORÍA**

Además de proporcionar un marco de personalidad unificado, la investigación sobre los cinco grandes factores de la personalidad también ha encontrado relaciones importantes entre estas dimensiones de la personalidad y el desempeño en el trabajo. En 1993, Barrick realizó un estudio donde se observaron un gran número de ocupaciones: profesionistas (ingenieros, arquitectos, contadores, abogados), policías, gerentes vendedores y empleados semicalificados y calificados. Se definió como desempeño en el trabajo en términos de calificación de rendimiento, habilidad de entrenamiento e información del personal como el nivel del salario. Los resultados demostraron que la escrupulosidad pronosticó el rendimiento en el trabajo para todos los grupos ocupacionales. Para las otras dimensiones de la personalidad, la pronosticabilidad dependió tanto de los criterios de rendimiento como del grupo ocupacional.

De igual manera se han realizado estudios para reconocer si los Cinco Grandes permanecen estables a lo largo de la vida, sobre todo una vez cumplidos los 30 años. Srivastava y John en 2003, realizaron un estudio basándose en la hipótesis biológica hasta ahora presente: los rasgos de personalidad no cambian después de los 30, en contraste con perspectivas contextuales que proponen que los cambios deberían ser más variables y persistir a través de la adultez. Entre otras cosas encontraron que la escrupulosidad y la agradabilidad aumentan en la

temprana y mediana adultez en variados niveles. La estabilidad emocional disminuye entre las mujeres pero no cambia entre los hombres.

Para Costa & McCrae (1999) hay esperanza para los neuróticos, sobre todo si son jóvenes, porque su estudio (miles de personas en diez países diferentes) concluye que las personas con edades comprendidas entre los 16 y los 21 años son las más neuróticas (emocionalmente negativas) y las menos amables y responsables. Pero hacia los 30, la tendencia es a ser más amables, responsables y emocionalmente menos negativos.

Clarke & Robertson (2005) presentan un estudio relacionando los factores de personalidad de los Cinco Grandes y accidentes laborales y no laborales. Una baja escrupulosidad y baja agradabilidad fueron válidas y generales como factores predictores de accidentes laborales y no-laborales. Mientras que la extroversión se asocia más como predictor de accidentes viales, pero no de accidentes laborales.

Howard & Howard, en 1995, presentan una investigación donde demuestran cómo se puede aplicar la teoría de los Cinco grandes de la personalidad para ayudar a prosperar a equipos de trabajo. Desde la formación del equipo basándose en los rasgos de la teoría de los Cinco Grandes, hasta la interrelación dentro del mismo.

Por si fuera poco, las investigaciones sobre las Cinco Grandes dimensiones de la personalidad se han extendido hacia otros comportamientos laborales como son la competencia para la capacitación y la satisfacción en el trabajo. Este modelo también tiene repercusiones en la administración global y el comportamiento organizacional. Se han obtenido los cinco factores en diferentes culturas y con distintos idiomas. Así, no sorprende que las relaciones entre las Cinco Grandes dimensiones y el desempeño en el trabajo también trascienda las fronteras.

Es importante recalcar que no hay un rasgo o grupo de rasgos hasta el momento que prediga con precisión qué tan bien se desempeñará alguien en un determinado proyecto o puesto. Además de evaluar la personalidad de un individuo, las organizaciones deben recurrir a diversos instrumentos de selección para que los intereses y habilidades de la persona correspondan con un determinado puesto. Entre éstas puede incluirse una entrevista estructurada, una prueba de capacidad cognoscitiva (si así se requiere para el puesto) y una prueba de desempeño laboral. A continuación se presenta un cuadro en donde se esquematizan los rasgos de personalidad que se asocian a cada una de las dimensiones de los cinco factores.

Rasgos específicos asociados a cada una de las dimensiones

	<b>ALTA</b>		<b>BAJA</b>
<b>Extroversión</b>	Asertivo Activo Vigoroso Locuaz Atrevido Exuberante Contundente Afirmativo Espontáneo Enérgico Entusiasta	Arriesgado Sociable Franco Bullicioso Dominante	Callado Reservado Tímido Tranquilo Apacible Distante Preferencia a estar solo Lento Relajado Poco emotivo Poco exuberante
<b>Estabilidad Emocional</b>	Estable Calmado Contento Impasible Confiado Seguro Objetivo Tranquilo Ecuánime Equilibrado A gusto		Tenso Ansioso Nervioso Malhumorado Deprimido Inseguro Iracundo Triste Fácil de rendirse Rápido para avergonzarse Estresado
<b>Agradabilidad</b>	Simpático Amable Atento Afectuoso Cooperador Confiado Generoso Flexible Honrado Servicial Agradable Carífilo	Bondadoso De buen corazón Considerado	Frío Inconforme Antagónico Criticón Hostil Pendenciero Precavido Escéptico Terco Testarudo Agresivo Poco involucrado
<b>Escrupulosidad</b>	Organizado Minucioso Planificador Eficiente Responsable Confiante Persistente Trabajador Prudente	Capaz Cuidadoso Preciso Práctico Precavido Seguro	Distraídos Desorganizados Poco confiables Descuidados Frívolo Irresponsable No preparado Espontáneo Desobligado
<b>Apertura a la experiencia</b>	Intereses amplios Imaginativo Inteligente Original Curioso Sensibilidad artística Novedoso Perceptivo Analítico	Reflexivo Perspicaz Inventivo Atinado Ingenioso Refinado Creativo Informado Versátil Original Culto	Convencional A gusto con lo conocido Vulgar Intereses reducidos Simple Superficial Insensible Familiar Intereses limitados Conservador Aquí y ahora

(Morris, 1999; Feldman, 2003; Robbins, 2004; Howard, 1995)

## **ANTECEDENTES DEL INSTRUMENTO “BFQ”**

En el manual de la adaptación española hecha por José Bermúdez (2007), encontramos los siguientes datos de la prueba:

- El ámbito de aplicación es para adolescentes y adultos.
- Duración aproximada: 20 a 30 minutos

La adaptación al español fue aplicada a 1,298 españoles de los cuales el 41 % (530) eran varones y el 59% (768) mujeres. Ambos grupos eran muy heterogéneos en cuanto a la edad y procedencia (nivel cultural y geografía). Un tercio de la muestra eran alumnos de la Universidad Nacional de educación a distancia y el resto fueron obtenidos en situaciones diversas. El 55% de los sujetos tenía un nivel superior de estudios, el 34% tenía un nivel medio, el 11% poseía un nivel primario de estudios.



## **IMPORTANCIA DE LA PERSONALIDAD EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO**

En lo que se refiere a investigaciones relacionadas al estudio de la personalidad en correspondencia a un mejoramiento o aumento del rendimiento de un deportista, se han realizado estudios de este tipo en diversos países y con diferentes deportes. Algunas de estas investigaciones han sido las siguientes:

Cruz (1990) realizó trabajos con esgrimistas elites cubanos, atletas masculinos de espada, florete y sable. Cruz aplicó un cuestionario confeccionado para evaluar las cualidades del perfil de exigencias a través de la autovaloración de los atletas y la valoración de los entrenadores, y encontró relaciones significativas entre la autovaloración de los atletas y la valoración de los entrenadores, apuntando hacia una adecuada autovaloración de estos atletas. Esta investigación, además, demostró que los perfiles de personalidad de los atletas en la muestra estudiada no diferían en gran medida entre las distintas armas. Los resultados de este trabajo demuestran que la población estudiada posee una estructura de personalidad que les permite la regulación necesaria de su conducta para desempeñarse con éxito ante las exigencias del deporte. Esto se reafirma con el rendimiento deportivo alcanzado por estos atletas, el cual se correlacionó con el grado de desarrollo alcanzado en las cualidades

estudiadas, resultando una relación muy significativa de 0.93 para el equipo nacional de esgrima en su conjunto.

Trabajos posteriores como el de Rivero corroboran algunas de estas conclusiones, a la par de que se encontraron con novedades, por ejemplo, en las características de personalidad de estabilidad-extraversión (en atletas de espada elites). Existe una mayor tendencia a la extroversión en las mujeres, siendo un grupo de elevados rendimientos deportivos, manifestando elevada intensidad de motivación hacia el deporte y exhibiendo perfiles óptimos de estados de ánimo ante las competencias fundamentales de envergadura, semejantes a los perfiles descritos por Morgan en 1980 (Rivero, 1996).

García (2004) utiliza el modelo de personalidad de Millon (elaborado en 2001), con el fin de presentar una alternativa en el estudio de la personalidad con deportistas. El instrumento seleccionado para medir la personalidad de los deportistas es el Millon Index of Personality Styles (MIPS), el cual permite considerar una amplia gama de rasgos, integrando estas características en el concepto de Estilos de Personalidad (que Millon en 1999, define como los patrones de conducta, sentimientos, pensamientos y relaciones con los otros que caracterizan a un individuo frente a otro). Los participantes de este estudio fueron 44 jugadores de fútbol de un nivel semiprofesional de la comunidad de Madrid. Los deportistas tenían una edad entre los 18 y 21 años. El Inventario Millon de Estilos de Personalidad (MIPS) es un

cuestionario destinado a la evaluación de la personalidad normal de adultos mayores de 18 años. Consta de 180 elementos (formato de respuesta verdadero/falso) que permiten la evaluación de doce pares de escalas teóricamente yuxtapuestas organizadas en tres grandes áreas: a) Metas motivacionales; b) Modos Cognitivos; y c) Comportamientos Interpersonales (Millon, 2001). La aplicación de la prueba se realizó de forma voluntaria y grupal antes de los entrenamientos en una sala de las instalaciones deportivas. A los jugadores se les explicó que iban a participar en una investigación sobre personalidad y que dichos resultados podían ser comentados, individualmente, al terminar la temporada. La intervención concluye con la propuesta de utilizar el concepto de Estilo de Personalidad como categoría de clasificación para estudiar la diversidad de los deportistas. El estudio NO pretende sustituir las medidas de clasificación clásica, como rasgo, tipo o factor, más bien considera que el concepto de Estilo de Personalidad tiene algunas ventajas sobre todo si lo que interesa es una perspectiva más dinámica que estática del comportamiento de los deportistas. El objetivo de este trabajo de investigación es el de ilustrar el empleo del MIPS en una muestra de deportistas y no el de profundizar en los datos obtenidos. A pesar de esto, los resultados en las escalas Protección e Individualidad son dignos de análisis. En el fútbol es de esperar que los deportistas se planteen metas individuales y metas colectivas, ya que tienen que cubrir unas necesidades o intereses individuales y grupales. Este aspecto se ve reflejado en las puntuaciones de las escalas Individualidad y Protección, donde el jugador de fútbol tiene la

tendencia a satisfacer sus propias necesidades y a tomar en cuenta a los demás para tomar decisiones vitales. En los deportes de equipo, suele ser necesario que las metas grupales sean compatibles con las metas individuales y que exista una conexión entre la consecución de unos y otros, puesto que si existe incompatibilidad o interferencia entre ambos, será difícil que el deportista se esfuerce al máximo por aquellos (Buceta 1994, 1998 citado por García en 2004).

Es importante tomar en cuenta que en los estudios de personalidad con deportistas, es importante tener presente las variables que puedan estar modulando los rasgos de los deportistas (cultura, género, deporte, nivel competitivo, etc.) Los resultados obtenidos en este trabajo son características de esta muestra concreta.

Ruiz en 2005, presenta un artículo con resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario Big Five Questionnaire (BFQ) a una muestra de 346 judokas de competición en el ámbito nacional (entre los años 2001 y 2002). En su 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 realizan unas breves reflexiones sobre las implicaciones del estudio de la personalidad en el ámbito deportivo competitivo. El estudio presenta dos objetivos principales: Primero, describir las características de personalidad a nivel nacional de una amplia muestra

de judokas pertenecientes a ambos sexos y categoría de edad deportiva, en base a las dimensiones y subdimensiones del cuestionario de personalidad BFQ (Bermúdez, 1995). Como segundo objetivo, busca determinar las posibles diferencias de personalidad de los judokas en base a las dos variables anteriormente mencionadas. La intervención se realizó con una muestra de 346 judokas, 234 masculinos y 112 femeninos. Dicha muestra se distribuyó en 4 categorías de edad: infantil (21 hombres y 14 mujeres), cadete (87 hombres y 45 mujeres), junior (64 hombres y 40 mujeres), senior (62 hombres y 13 mujeres).

En la investigación participaron cinco comunidades autónomas: Madrid, Galicia, Comunidad Valenciana, Canarias y País Vasco. Todos los deportistas evaluados en este estudio debían haber participado en competencias oficiales al menos durante dos años consecutivos de forma precedente a la administración de las pruebas. El cuestionario aplicado es una adaptación al castellano realizada por Bermúdez (1995) del "Cuestionario de Personalidad BFQ" de Caprara et al (1993). A nivel dimensional, el test se compone de cinco dimensiones y una escala de distorsión, cada dimensión, se compondría de dos subdimensiones, constituyéndose cada una y la escala de distorsión por 12 ítems (132 ítems en total), donde las distintas respuestas se incluirían dentro de una escala tipo likert de 5 puntos. Las subdimensiones que la componen son: Dinamismo, dominancia, afabilidad, cooperación/empatía, cordialidad/amabilidad,

escrupulosidad, perseverancia, control de emociones, control de impulsos, apertura a la cultura y apertura a la experiencia.

Los resultados del estudio muestran lo siguiente: importantes diferencias tanto en la variable sexo como en la parte de categoría de edad deportiva, si bien en 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 de afabilidad y estabilidad emocional, así como en las subdivisiones Dominancia, cooperación, control emocional y control de impulsos. El grupo masculino obtuvo las mayores puntuaciones en todas estas dimensiones y subdivisiones 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 subdivisiones (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.

El estudio de la relación entre las variables psicológicas y el rendimiento deportivo y, de manera más específica, del proceso y los instrumentos

de evaluación de las primeras, constituye un área de permanente y creciente interés en el ámbito de la Psicología del Deporte (Ruiz, 2005).

En la tesis doctoral del Dr. Fernando Gimeno Marco (2001) se puede encontrar un cuestionario para la evaluación de variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. Dicho cuestionario se elaboró tras la aplicación en muestras de deportistas (españoles) de competición; es decir, deportistas que practican su actividad deportiva de forma regular y participan en competiciones con el objetivo de mejorar su rendimiento y alcanzar los mejores resultados. Un objetivo adicional de esta tesis doctoral ha sido comprobar las propiedades del cuestionario en el trabajo aplicado con deportistas y entrenadores, para facilitar el trabajo del psicólogo deportivo en el asesoramiento psicológico de éstos y la intervención individualizada ante problemas concretos (www.cop.es, 2008)

De manera general, en este estudio se hicieron las siguientes actividades:

Partiendo del cuestionario Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS), traducido, ampliado y adaptado convenientemente, se ha elaborado un instrumento de 55 ítems denominado "Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo" (CPRD). En el estudio participaron 485 deportistas de diferentes edades, sexo, especialidad deportiva, nivel deportivo, estatus

profesional y éxito deportivo. El análisis factorial realizado, permitió definir cinco escalas: "control del estrés", "influencia de la evaluación del rendimiento", "motivación", "habilidad mental" y "cohesión de equipo", que constituyen variables psicológicas que suelen tener una relación con el rendimiento deportivo.

Se observó la relación de las variables psicológicas medidas por el nuevo cuestionario, con variables personales y deportivas de los 485 sujetos que formaron parte de la muestra. Los análisis realizados sugirieron la conveniencia de elaborar baremos normativos específicos para las escalas de "control del estrés" en relación con las variables edad, sexo y tipo de deporte, y para las escalas de "habilidad mental" y "cohesión de equipo" respecto a la variable tipo de deporte. En la discusión de este estudio, se apuntan las razones que, quizá, podrían explicar la ausencia de diferencias relevantes entre los distintos grupos de nivel y éxito deportivo y se aportan sugerencias a tener en cuenta en investigaciones futuras.

Un tercer estudio, con una muestra homogénea de 108 jugadores jóvenes de fútbol, diferente a la utilizada anteriormente, para investigar las posibilidades del cuestionario en este ámbito. Utilizando las puntuaciones de las cinco escalas como punto de partida, y las puntuaciones más relevantes en cada uno de los ítems en un análisis posterior, el cuestionario sirvió para observar las necesidades psicológicas de estos deportistas y asesorar, en consecuencia, a sus



entrenadores, aportándoles una información que los propios entrenadores consideraron muy valiosas. Cuatro años más tarde, se realizó un seguimiento para completar este estudio, comparando las puntuaciones en el cuestionario realizado cuatro años antes, entre los jugadores de la muestra que todavía seguían en activo en el fútbol de alta competición dentro de su grupo de edad y los jugadores que, al contrario, habían abandonado la práctica del fútbol en este ámbito (www.cop.es, 2008).

La decisión de considerar a este cuestionario como herramienta para determinar el perfil que estaba buscando se basó principalmente en el hecho de que, tal y como Goldberg en 1991 mencionó, las características comprendidas en cada uno de los cinco grandes son universales. Es claro que los autores utilizaron términos en inglés en el original, pero estos bien pueden traducirse al español o a cualquier otro idioma sin complicaciones. No es sólo el hecho de que estos términos puedan “traducirse”, sino que los comportamientos que cada uno de los cinco grandes agrupa son rasgos que los mexicanos poseemos, que de alguna manera están en nuestra conducta y por lo tanto, aunque los autores evaluaron anglosajones, sus resultados son aplicables a otras razas, ya que son simplemente, comportamiento humano. Al revisar cada uno de los rasgos, creo que es muy probable que la mayoría de las personas tenemos en general la tendencia hacia alguno de ellos, claro está, también existe la posibilidad de que hayan combinaciones de

características comportamentales de los cinco, pero al final del camino podemos resumir que estamos hablando nuevamente de los cinco grandes. El perfil psicológico de este estudio podrá ser más universal si consideramos a estos cinco grandes, ya que al igual que podemos aplicar el test traducido sin problemas o diferencias, también este estudio podrá ser traducido y comprendido en otras culturas. En cuanto a el hecho de que los sujetos que fueron evaluados por primera vez sean estudiantes universitarios, y los sujetos que se evalúan en esta intervención no lo sean, debemos de considerar que las edades de unos y otros no son tan dispares, no son iguales pero son cercanas, por lo que la aplicabilidad es aceptable. Por lo tanto, a pesar de que estas pequeñas diferencias existan, el idioma natural de la prueba y nivel de estudios de los sujetos evaluados por primera vez, la aplicación del instrumento no se complicó en ningún momento con la muestra que evalúe.

Una aportación práctica de esta tesis consiste en la utilización de los distintos ítems del cuestionario para recabar información específica sobre las necesidades y los recursos psicológicos de los deportistas, realizar el análisis funcional del trabajo de éstos, intervenir consecuentemente a través del asesoramiento a los entrenadores o a los propios deportistas, o mediante un programa de intervención aplicado por el psicólogo deportivo, y valorar algunos efectos concretos de la intervención psicológica.

## **METODO**

### **SUJETOS**

- 11 Atletas de Lucha Olímpica
- Sexo masculino
- Edades entre los 11 y los 16 años
- Clase media
- Estudiantes de primaria, secundaria y preparatoria
- Originarios del Estado de Nuevo León.
- Pesos entre los 32kg y los 59 kg.
- Estatura alrededor de los 1.36cms y 1.75cms.

### **PROCEDIMIENTO**

Para poder llegar a los objetivos planteados se llevaron a cabo una serie de pasos que a continuación se describen.

Acercamiento con la organización. Se estableció contacto con el entrenador principal del equipo, el Sr. Sergio Pérez, quien está muy interesado en que su organización posea un equipo multidisciplinario de profesionistas que permita aumentar la efectividad de su agrupación, por lo que aceptó de inmediato mi inclusión en el seleccionado.

En conversaciones con los entrenadores, junto con la exploración inicial se determinó la utilidad que tendría contar con un perfil de personalidad del equipo, y por consiguiente, el perfil de cada uno de los deportistas que lo componen. Por lo que se inició la intervención de la siguiente manera:

Asistencia diaria durante tres meses, a los entrenamientos vespertinos del equipo.

Una entrevista inicial individual (ver anexo 2), que fungiera como rapport con los atletas y de exploración general a la forma de pensar y sentir de cada uno de ellos en relación con su deporte. Las preguntas del instrumento se enfocan en aspectos generales sobre la lucha, pensamientos elementales sobre sus entrenamientos y sentimientos generados por el deporte.

Intervención psicológica. Este paso, aunque de incidencia esporádica (se llevó a cabo sólo en tres ocasiones, dos de ellas por sugerencia del entrenador y una más por iniciativa del deportista), cumplía dos propósitos: lograr la integración del investigador a la organización e incrementar el interés en la psicología, mostrando su funcionalidad para el desarrollo en el deportista.

El proceso de intervención se llevó cabo de la siguiente manera: Se concertó la sesión para después del entrenamiento y una vez

establecido el rapport con el atleta, comenzaba una conversación enfocada al cómo y por qué se habían iniciado en la lucha, preguntas básicas a manera de charla, con la inclusión de algunos ejemplos y/o experiencias (que incluso fortalecían la cercanía con el facilitador). ¿Por qué les llamó la atención? ¿Donde lo vieron por primera vez? ¿Qué les dijeron sus padres?, etc. Se mantenía un ritmo en la sesión, pero se dirigía a conocer los sentimientos y emociones de las primeras luchas y posteriormente del primer o primeros campeonatos. Se buscaba, por medio del relato de la experiencia llegar hasta los sentimientos y emociones experimentadas en esa ocasión, para con esto, hacer conciencia de ellos y utilizarlos en la reunión. Se comentaban las emociones positivas experimentadas; se hacía conciencia de cómo éstas lo habían impulsado a reaccionar conductualmente de alguna manera, para terminar con la reflexión de cuál había sido el resultado de ese comportamiento. Con esta reflexión el atleta podía darse cuenta de algunos de sus recursos personales, ubicarlos en el presente y analizar cómo estos le servirían ahora, y cómo podían ubicarlos para obtener resultados positivos. La sesión concluía escribiendo esas emociones positivas y las opciones que tenían ahora, ¿cómo las podrían utilizar? ¿Por qué les servían en esta ocasión? Los atletas eliminaban estrés y ponían atención a detalles personales, lo que ayudaba a fortalecer la confianza en sí mismos a partir del reconocimiento de sus recursos comportamentales.

Las intervenciones duraron alrededor de una hora quince minutos, se realizaron una sola vez y se dio un seguimiento parcial por medio de pequeñas pláticas informales posteriores a los enfrentamientos. No se presentaron más intervenciones ya que el tiempo era corto, la cercanía de la competencia disminuía la disponibilidad de los deportistas para trabajar en una sesión, y en los primeros meses los muchachos y el entrenador no consideraban necesario dicha acción.

Aplicación del instrumento de medición “Big Five”. Dicho cuestionario consta de 132 declaraciones, diseñadas para permitir que cada persona compare las respuestas con algunos rasgos de su personalidad. El puntaje obtenido con el cuestionario tiene como fin describir la personalidad, de una manera más o menos precisa. Las opciones de repuestas son del tipo Likert, y siguen la siguiente escala:

*Absolutamente falsa para mí*

*Falsa para mí*

*Ni verdadera ni falsa*

*Verdadera para mí*

*Absolutamente verdadera para mí*

Se realizó una intervención grupal previa a la olimpiada nacional (cuatro días antes), a la cual asistieron la mitad de los integrantes del seleccionado; el objetivo principal era la confianza y la unidad de equipo. La sesión comenzó con una dinámica de “calentamiento”, con

dos fines principales: integración grupal y ejercitar el trabajo en equipo (en dicha actividad, se dividía el grupo en dos sub-grupos cada uno de ellos debía trabajar en equipo para lograr vencer al otro, por lo que sus integrantes debían ponerse de acuerdo, establecer una metodología, y realizar cada uno de ellos el papel que le correspondía para lograr la victoria). Se concluyó la actividad, se dio un aplauso al equipo vencedor, nos dimos un aplauso grupal, y nos sentamos en círculo para hacer la siguiente dinámica. Dicha actividad consistía en que cada uno de los atletas debía escoger a otro miembro de la organización con el que casi no conversara o tuviera contacto. Una vez elegido, debía decir las ventajas que él consideraba que tenía esa otra persona; que técnicas realizaba mejor; que lo distinguía en el grupo y por último cómo creía que le iría en la olimpiada nacional. Cada uno de los luchadores tenía que hacerlo. Al final cada persona refería las cosas que lo habían sorprendido de lo comentado por su compañero, si era algo nuevo, si ya lo sabía, o simplemente no se lo esperaba, concluyendo con una pequeña reflexión de cómo esto lo ayudaría o para que le había servido. Al final les comenté mis impresiones, que cosas había aprendido con ellos en los entrenamientos, qué me había sorprendido de los comentarios de la dinámica, para culminar con palabras de apoyo a cada uno de ellos. Al final nos dimos un aplauso y cerramos la sesión.

Aplicación del instrumento a ocho de los atletas del equipo en la sala de televisión 1 (varonil) de la Villa Olímpica de Nuevo León, ubicada en el interior del parque Niños Héroe.

Aplicación del instrumento a dos atletas en el gimnasio de la pinoteca, de manera individual.

Última aplicación del instrumento al atleta restante en el hotel sede del seleccionado de Nuevo León en las Olimpiadas Nacionales 2008; en un salón de usos múltiples.

Cierre de la intervención.

## **ESCENARIO**

Mi primer contacto con los entrenadores Sergio Pérez y Francisco Cepeda, así como las demás reuniones efectuadas durante el primer mes de trabajo, fueron en el gimnasio Revolución, ubicado en la Avenida Pico de Sorata, entre Av. Las Puentes y Sierra de Altamira, en la colonia Las Puentes, del municipio de San Nicolás de los Garza, Nuevo León. Las posteriores conversaciones, hasta el final del proyecto, se realizaron en la Pinoteca ubicada dentro del parque Niños Héroe, y cuya dirección es Avenida Alfonso Reyes y Servicio Postal, en la colonia Regina, municipio de Monterrey, Nuevo León (habilitada



como gimnasio de los siguientes deportes: Esgrima, Tae Kwan Do y Lucha Olímpica).

Por lo tanto, las entrevistas y las intervenciones psicológicas que se realizaron con cada uno de los atletas se llevaron a cabo en dicha Pinoteca. Las entrevistas eran individuales, y se efectuaban al término de cada entrenamiento, dentro del gimnasio, con una duración aproximada de sesenta minutos. El gimnasio es un área amplia, con colchones oficiales, sin ningún otro mobiliario (algunas sogas y dommies, únicamente), por lo que regularmente, la entrevista se realizaba en el piso. El realizarlas en este espacio y al final del entrenamiento tenía la ventaja de que se evitaban interrupciones, y no se afectaba los entrenamientos físicos de los deportistas.

La aplicación del cuestionario se realizó en la sala de televisión 1 (varonil) de la Villa Olímpica de Nuevo León, ubicada en el interior del parque Niños Héroes, con la dirección antes mencionada. (La villa olímpica se encuentra a un lado de la pinoteca que sirve como gimnasio para el equipo). La villa olímpica funge como hospedaje-internado del seleccionado de Nuevo León, de todos los deportes. Es un edificio de 4 plantas dividido en área varonil y femenil; con áreas de recreación, comedor, dirección, lobby, y lavandería. Dentro de los espacios de recreación cuenta con 6 salas de televisión, espacios amplios, provistos de televisión por cable, aire acondicionado, mesas y sillones. Fue precisamente en ésta área donde se aplicó el cuestionario de

personalidad “Big Five” a ocho de los atletas, con la consigna: *“A continuación realizarán un cuestionario, que incluye una serie de enunciados relacionados a cinco tipos de personalidad. Les pido por favor que lo contesten con toda la honestidad posible, no es un examen por lo que no hay una calificación, no hay respuestas malas o buenas, simplemente nos ayudará a conocer el tipo de personalidad que poseen, para con esto mejorar el trabajo que sus entrenadores están haciendo, y aumentar su desarrollo deportivo. Si tienen alguna duda, hángamelo saber. Leamos juntos las instrucciones y al terminar de leerlas pueden comenzar a responder. No hay tiempo límite. La aplicación del instrumento fue de 50 minutos aproximadamente.*

De los tres atletas restantes, la aplicación del cuestionario se hizo de la siguiente manera: A uno de ellos se le aplicó en el hotel sede del seleccionado de Nuevo León en las Olimpiadas Nacionales 2008; en un salón de usos múltiples de dicho establecimiento, con aire acondicionado, mesas y sillas. La duración aproximada fue de 35 minutos. A los dos restantes, la aplicación del instrumento fue en el gimnasio de la pinoteca. La duración de la aplicación fue de 35 minutos.

## **INSTRUMENTOS**

Entrevista semi-dirigida (ver anexo 2). Cabe aclarar que aunque básicamente se hacían exclusivamente las preguntas que en ella se encuentran (por lo que se podría considerar estructurada), y en la

mayoría de los sujetos fue así, en algunos atletas se hicieron preguntas que no se encuentran en dicho instrumento, por lo que se considera al tipo de entrevista, semi-dirigida. Éstas preguntas no fueron siempre las mismas en los casos en los que se presentaron, y generalmente fueron para: ahondar en la respuesta que habían dado, ya que la información proporcionada era importante (ejemplo, preguntas 8, 20, 27, 34, 39, 40) o bien tratar de esclarecer algún punto, ya que su respuesta no reflejaba información, expresando un monosílabo, aludiendo desconocimiento, o no entendían la pregunta y se reformulaba (ejemplo, preguntas 5, 19, 31, 36). El instrumento consta de cuarenta reactivos exploratorios de la forma de pensar y sentir de cada uno de los atletas en relación con su deporte. Entre otras cosas incluye, aspectos generales sobre la lucha, pensamientos elementales sobre sus entrenamientos y sentimientos generados por el deporte.

Cuestionario de Personalidad “Big Five”. Dicho cuestionario consta de 132 enunciados, diseñados para permitir que cada persona compare sus respuestas con algunos rasgos de personalidad específicos. El puntaje obtenido con el cuestionario tiene como fin describir, de una manera más o menos precisa, la personalidad de quien lo responde. Las repuestas son del tipo Likert, y siguen la siguiente escala:

*Absolutamente falsa para mí*

*Falsa para mí*

*Ni verdadera ni falsa*

*Verdadera para mí*

*Absolutamente verdadera para mí*

Los rangos de valor que cada una de las cinco categorías posee son los siguientes:

**EXTROVERSION:**

<b>14 - 24</b>	Muy baja extroversión
<b>25 - 35</b>	Baja extroversión
<b>36 - 46</b>	Mediana extroversión
<b>47 - 57</b>	Alta extroversión
<b>58 - 70</b>	Muy alta extroversión

**ESTABILIDAD EMOCIONAL:**

<b>30 – 53</b>	Muy baja estabilidad emocional
<b>54 – 77</b>	Baja estabilidad emocional
<b>78 – 101</b>	Mediana estabilidad emocional
<b>102 – 125</b>	Alta estabilidad emocional
<b>126 – 150</b>	Muy alta estabilidad emocional

**AGRADABILIDAD:**

<b>33 – 61</b>	Muy baja agradabilidad
<b>62 – 88</b>	Baja agradabilidad
<b>89 – 115</b>	Mediana agradabilidad
<b>116 – 132</b>	Alta agradabilidad
<b>133 - 165</b>	Muy alta agradabilidad

**ESCRUPULOSIDAD:**

<b>30 – 53</b>	Muy baja escrupulosidad
<b>54 – 77</b>	Baja escrupulosidad
<b>78 – 101</b>	Mediana escrupulosidad
<b>102 – 125</b>	Alta escrupulosidad
<b>126 – 150</b>	Muy alta escrupulosidad

**APERTURA A LA EXPERIENCIA:**

<b>25 – 44</b>	Muy baja apertura a la experiencia
<b>45 – 64</b>	Baja apertura a la experiencia
<b>65 – 84</b>	Mediana apertura a la experiencia
<b>85 – 104</b>	Alta apertura a la experiencia
<b>105 - 125</b>	Muy alta apertura a la experiencia

## RESULTADOS

### SUJETO 1

**Edad:** 11 años

**Categoría:** Escolares 29-32kgs.

**Peso:** 32kg

**Estatura:** 1.40cms

RASGO	PUNTAJE	CATEGORÍA
Extroversión	47	Alta Extroversión
Agradabilidad	95	Mediana Agradabilidad
Escrupulosidad	88	Mediana Escrupulosidad
Estabilidad Emocional	100	Mediana Estabilidad Emocional
Apertura a la Experiencia	80	Mediana Apertura a la Experiencia

El rasgo de personalidad predominante en este primer atleta es: Extroversión.

A lo largo del trabajo con el equipo, en la asistencia a los entrenamientos y la entrevista, se presume que efectivamente este sujeto es altamente extrovertido. Se caracteriza por ser una persona demasiado activa, vigorosa, generalmente en movimiento, que conversa con casi todo el equipo y tiene un trato muy cercano con los

entrenadores; no es nada tímido y generalmente expresa lo que siente.  
Es espontáneo y muy jovial.

Es necesario considerar que esta extroversión lo lleva en muchos casos a distraerse durante los entrenamientos, jugando, platicando o simplemente no prestando atención, por lo que se sugiere que al entrenar se busque mantenerlo en ejercicios constantes y prestando atención de las personas que se ubiquen a su alrededor.

El resultado de este luchador dentro de la Olimpiada Nacional 2008, efectuada en la ciudad de Monterrey, Nuevo León, el día 18 de Mayo de 2008 fue: Medalla de Plata.

## SUJETO 2

**Edad:** 11 años

**Categoría:** Infantiles 24-26kgs.

**Peso:** 26kg.

**Estatura:** 1.36cms

<b>RASGO</b>	<b>PUNTAJE</b>	<b>CATEGORÍA</b>
Extroversión	49	Alta extroversión
Agradabilidad	101	Mediana agradabilidad
Escrupulosidad	94	Mediana escrupulosidad
Estabilidad Emocional	95	Mediana estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	81	Mediana Apertura a la experiencia

Nuevamente tenemos a la Extroversión como el rasgo preponderante en este luchador.

El atleta se caracteriza por ser sociable, demasiado honesto, siempre está en compañía de alguien, suele ser inquieto y demasiado entusiasta si a entrenar y aprender nuevas técnicas de lucha se refiere.

En el trabajo de equipo tiende más a ser parte del mismo, que a dirigirlo. En las relaciones con sus pares prefiere ser parte de “todos”, y no el que los encabece o dirija.



Puede resultar en algunos casos obstinado, se recomienda trabajar en este aspecto. Su extroversión lo hace seguro de sí mismo, pero esto puede conducirlo a confiarse demasiado, o ubicarse en una zona de confort, que pone en peligro su desenvolvimiento.

Se recomienda fortalecer su aceptación de normas y reglas. Posibles fallas en el seguimiento de algunas leyes, lo que le puede traer como consecuencias el involucrarse en acciones que perjudiquen su desarrollo, como castigos, sanciones o sufrir algún accidente. Es probable que trate de tomar decisiones apresuradas producto de su alto dinamismo, entusiasmo o espontaneidad, olvidando las recomendaciones que le haya dado su entrenador.

Su resultado en la Olimpiada Nacional 2008 fue de: Quinto lugar

### **SUJETO 3**

**Edad:** 12 años

**Categoría:** Infantiles 32kgs.

**Peso:** 32kg.

**Estatura:** 1.45cms

<b>RASGO</b>	<b>PUNTAJE</b>	<b>CATEGORÍA</b>
Extroversión	47	Alta extroversión
Agradabilidad	113	Mediana agradabilidad
Escrupulosidad	88	Mediana escrupulosidad
Estabilidad Emocional	91	Mediana estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	77	Mediana apertura a la experiencia

Un atleta altamente sociable. Mantiene una conversación agradable, fluida, de muy buen nivel cognoscitivo de acuerdo a su edad; no es reservado o tímido, posee una gran facilidad para entablar conversaciones con cualquier persona. Le favorece grandemente este rasgo de personalidad ya que generalmente no se queda callado, pregunta cuando tiene dudas, se acerca a sus compañeros para aprender, en fin, muy abierto y franco. Es posible que hasta el momento sepa canalizar toda su energía y entusiasmo en sus combates, lo que traerá más resultados positivos.

Tiene una actitud entusiasta y optimista. De acuerdo a las observaciones efectuadas en sus entrenamientos, se puede suponer que es lógico, objetivo y trata de llevar a la práctica todo lo que le enseña.

Sin embargo, se recomienda que se trabaje de manera cercana a él, no suele distraerse, o actuar de una manera locuaz, pero se le pueden enseñar más técnicas que le faciliten la canalización de su gran energía, y evitar que en algún momento este elevado entusiasmo lo haga sobrevalorarse y confiarse, lo que traería consecuencias negativas en su rendimiento. Se puede ver influido por el éxito y las actitudes que esto conlleva, o confiar demasiado en sí mismo.

Medalla de Oro en la Olimpiada Nacional 2008, efectuada en la ciudad de Monterrey, Nuevo León, México.

#### **SUJETO 4**

**Edad:** 14 años

**Categoría:** Cadetes 46kgs.

**Peso:** 46kg.

**Estatura:** 1.50cms

<b>RASGO</b>	<b>PUNTAJE</b>	<b>CATEGORÍA</b>
Extroversión	46	Mediana extroversión
Agradabilidad	104	Mediana agradabilidad
Escrupulosidad	96	Mediana escrupulosidad
Estabilidad emocional	91	Mediana estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	74	Mediana apertura a la experiencia.

De los cinco rasgos de personalidad que se miden con este cuestionario, en este sujeto resultaron todos en categoría media. Sin embargo se debe destacar lo siguiente, en el rasgo de extroversión el puntaje obtenido está en el límite de la categoría (46) por lo que se considera a éste como el rasgo predominante.

Además, después de la entrevista, y la interacción que tuve con el equipo, se presume que efectivamente el atleta es alguien con un nivel de sociabilidad destacable. Lo más significativo es su elevado nivel de

optimismo. Es probable que tenga facilidad de relacionarse debido a su confiabilidad. La gente se acerca a él por su entusiasmo y la presunción de que se puede confiar en él.

Se debe prestar atención a su relativamente bajo nivel de estabilidad emocional. Esto probablemente signifique, que en algunos casos el sujeto tiende a desesperarse o sentirse inseguro ante situaciones estresantes. Esto no significa un problema, pero en competencias esto podría presentarse lo que traería resultados negativos, es recomendable fortalecer este comportamiento.

Su resultado en la Olimpiada Nacional 2008 fue: Medalla de Plata

## **SUJETO 5**

**Edad:** 14 años

**Categoría:** Escolares 47kgs.

**Peso:** 47kg.

**Estatura:** 1.55cms

<b>RASGO</b>	<b>PUNTAJE</b>	<b>CATEGORÍA</b>
Extroversión	60	Muy alta extroversión
Agradabilidad	126	Muy alta agradabilidad
Escrupulosidad	110	Alta escrupulosidad
Estabilidad Emocional	110	Alta estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	104	Alta apertura a la experiencia

Rasgos destacables: Extroversión y agradabilidad. La categoría en estos rasgos es significativamente alta.

Este resultado nos lleva a obtener (y corrobora lo obtenido en la entrevista y las observaciones durante los entrenamientos) el perfil de un sujeto muy asertivo, seguro de sí mismo y entusiasta. En la mayoría de los entrenamientos presenta una actitud abiertamente dinámica, muy perceptivo, y atento, que cuestiona cuando es necesario; esto aunado a su gran capacidad de involucrarse en los equipos, apoyar a quien lo necesita, o simplemente asesorar a los de menor rango, lo traduce en

un “excelente miembro de equipo”; es muy probable que sea noble, y se pueda confiar en él, que saque la energía suficiente cuando la requiere, y no se deje llevar por lo que digan los demás.

Los rasgos restantes también son altos, por lo que podemos referir que el sujeto logra obtener la calma cuando lo necesita, no se niega a nuevas posibilidades y es responsable ante los compromisos que se establece.

Su actitud positiva, de apego, y de apertura es muy eficiente en su desarrollo como parte del equipo, por lo que la recomendación sería fortalecer el desarrollo individual, es probable que en muchas ocasiones prefiera ayudar a los demás, que prestar atención a sí mismo. No es una característica que afecte a su desempeño, pero si se debe considerar ya que su deporte es individual, y no de conjunto.

Medalla de plata en la Olimpiada Nacional 2008, efectuada en la ciudad de Monterrey, Nuevo León.

## SUJETO 6

**Edad:** 14 años

**Categoría:** Escolares 59kg.

**Peso:** 59kg

**Estatura:** 1.65cms.

RASGO	PUNTAJE	CATEGORÍA
Extroversión	43	Mediana extroversión
Agradabilidad	90	Mediana agradabilidad
Escrupulosidad	78	Mediana escrupulosidad
Estabilidad Emocional	92	Mediana estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	70	Mediana apertura a la experiencia

Los rasgos de personalidad de este atleta se encuentran en el nivel medio en su totalidad. No podemos destacar alguno más que otro ya que todos se encuentran en un nivel intermedio dentro de su propia categoría.

Esto podemos traducirlo de la siguiente manera, el sujeto es alguien que tiende a sociabilizar y conversar con las personas, siempre y cuando tenga confianza o bien haya tenido contacto con ellas por algún tiempo. Tiene una gran energía, y es muy notable su atención y



seguimiento de reglas durante los entrenamientos, sin embargo es fácilmente distraíble. Muy probablemente tiende a ser desorganizado o descuidado, lo que puede llegar a afectarlo, sin que en este momento esto esté ocurriendo. Puede llegar a ser muy espontáneo y vigoroso.

La espontaneidad que posee puede llegar a ser un factor de riesgo, ya que es probable que se confíe mucho en su facilidad de encontrar siempre una solución rápida a sus problemas, llegando a confiar demasiado en sí mismo y su creatividad, lo que en su deporte traería resultados muy negativos. Hay que atender este aspecto ya que se suma a ello, la posibilidad de ser poco atento a cumplir con sus obligaciones.

Obtuvo medalla de Oro en la Olimpiada Nacional 2008.

## SUJETO 7

**Edad:** 15 años

**Categoría:** Escolares 35kg.

**Peso:** 35kg

**Estatura:** 1.43cms.

RASGO	PUNTAJE	CATEGORÍA
Extroversión	60	Muy alta extroversión
Agradabilidad	120	Alta agradabilidad
Escrupulosidad	106	Alta escrupulosidad
Estabilidad Emocional	96	Mediana estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	91	Alta apertura a la experiencia

Una persona muy sociable, con gran facilidad de relacionarse con los demás compañeros. La extroversión es su rasgo de personalidad característico.

Tiende a ser asertivo, generalmente trata de saber el por qué de todas las cosas, y la utilidad que le traerá realizar ciertas acciones. Es muy extrovertido, pero podría ser más hábil como parte del equipo que como líder. Efectivamente le gusta estar rodeado de personas, pero es muy probable que sea por el hecho de convivir y poder ayudar a los demás que por imponerse o dirigirlos.

Es de carácter noble y probablemente se deje llevar por lo que dicen los demás. Es posible que la confianza en sí mismo este disminuida, aparenta ser muy seguro de sí mismo (como todo extrovertido) sin embargo en situaciones de estrés tiende a angustiarse y desesperarse. Probablemente no sea un grave problema, pero el indicador de estabilidad emocional en el test, los resultados de la entrevista y con las observaciones generales se presupone lo ya mencionado.

Se recomienda fortalecer la seguridad en sí mismo, pudiendo utilizar su facilidad para mantener relaciones, y llevándolo por medio de esta a practicar ejercicios, que favorezcan su espontaneidad

Su resultado en la olimpiada Nacional 2008, fue primer lugar en su categoría, medalla de oro.

## SUJETO 8

**Edad:** 15 años

**Categoría:** Cadete 58kg.

**Peso:** 58kg

**Estatura:** 1.73cms.

RASGO	PUNTAJE	CATEGORÍA
Extroversión	49	Alta extroversión
Agradabilidad	116	Alta agradabilidad
Escrupulosidad	100	Mediana escrupulosidad
Estabilidad emocional	95	Mediana estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	82	Mediana apertura a la experiencia

Nuevamente se presenta un atleta cuya inclinación es a la apertura y las relaciones interpersonales, pero inclinado a ser parte del grupo, no a liderarlo; a colaborar más que a dirigir.

Existe un apego normal al equipo al que pertenece, pero sin descuidar la individualidad que marca su deporte. Este atleta en especial, considerando los resultados del cuestionario, la entrevista y las observaciones se puede llegar a describir como un sujeto que no cae en los extremos de los rasgos que lo caracterizan (extroversión y

agradabilidad) Por un lado, no es tímido, se relaciona fácilmente, con los demás y no teme preguntar, esto no implica que sea el “alma de la fiesta” en los entrenamientos, si no más bien alguien que se da a notar sin necesidad de tanto entusiasmo. Por otro lado es amable, colabora en todas las actividades sin problemas, lo que resulta muy agradable para los demás y aparentemente para él mismo.

Se recomienda trabajar con él, el espíritu de responsabilidad. Lo anterior no implica que no lo sea, si no más bien, que aumente, ya que el destacar en un deporte trae consigo grandes beneficios que lo pueden desestabilizar emocionalmente y olvidar qué y quienes lo han llevado al lugar en el que está (se toma en cuenta sus áreas “débiles” de acuerdo al cuestionario), y lo más importante, descuidar su preparación ya que considera que “todo está hecho”.

Medalla de Oro de la Olimpiada Nacional 2008.

## SUJETO 9

**Edad:** 15 años

**Categoría:** Cadete 50kg.

**Peso:** 50kg

**Estatura:** 1.55cms.

RASGO	PUNTAJE	CATEGORÍA
Extroversión	46	Mediana extroversión
Agradabilidad	107	Mediana agradabilidad
Escrupulosidad	109	Alta escrupulosidad
Estabilidad Emocional	91	Mediana estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	79	Mediana apertura a la experiencia

“Sumamente responsable” es la frase que podría describir a este atleta. Es una persona que posiblemente termina siempre todo lo que empieza, respetando las leyes que se deben de seguir y tomando en cuenta hasta el más mínimo detalle.

Su perfil de personalidad nos habla de una persona organizada, capaz, eficiente y muy comprometida. La persona que “siempre cumple”. Su apego a las normas es alto, por lo que las actividades que realiza deben de ser tal y como deben de ser.

Su preocupación máxima es responder a la confianza que han depositado en él. La gente considera que tenderá a responder de manera efectiva y desinteresada, y que no les va a fallar.

Planea y sistematiza sus actividades, lo que lo ayudará mucho a alcanzar sus objetivos. Muy trabajador.

Es necesario tomar en cuenta lo siguiente, puede que se deje llevar más por la obligación, que por el agrado de realizar las cosas. Es posible que en ciertas situaciones tienda a declinar su punto de vista, si ante los demás no es lo correcto, o si no va de acuerdo a los estándares establecidos.

Se recomienda trabajar con él, el manejo de estrés. Mientras más responsabilidades tenga de obtener un resultado, más se exigirá a sí mismo, lo que lo puede afectar física y anímicamente. Es probable que en situaciones de mucho estrés tienda a responder de manera espontánea y sin pensar.

Medalla de bronce en la Olimpiada Nacional 2008.

## SUJETO 10

**Edad:** 16 años

**Categoría:** Cadete 58kg.

**Peso:** 58kg

**Estatura:** 1.60cms.

RASGO	PUNTAJE	CATEGORÍA
Extroversión	46	Mediana extroversión
Agradabilidad	117	Alta agradabilidad
Escrupulosidad	109	Alta escrupulosidad
Estabilidad Emocional	77	Baja estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	77	Mediana apertura a la experiencia

“El compañero más responsable” de esta manera podríamos llamar a este atleta, cuyos rasgos predominantes son la Agradabilidad y la Escrupulosidad.

Una persona que colabora y confía en los demás. A través, de las diferentes actividades que realicé, puedo referir que, efectivamente el sujeto es la persona que mejor funciona como compañero de equipo, generalmente busca colaborar con los demás, ayudarlos, sin ser el de las iniciativas, más bien el que ayuda a que las cosas se cumplan. Esta amabilidad de su parte lleva como consecuencia, establecer buenas



relaciones con los demás, dentro y fuera del equipo, sin ser necesariamente el centro de atención de los grupos a los que pertenece.

De carácter “bueno”, es quizá una persona muy noble, responsable, y muy organizada. La combinación de los rasgos que predominan en él, se traduce en el tipo de personas que dan todo por los demás, incluso anteponer sus necesidades por las de los otros; muy responsable de sus compromisos, los cuales generalmente organiza en pasos, para realizarlos a la perfección; puede llegar a ser demasiado detallista en aquellas cosas que son importantes para él, y en las cuáles ya se tiene previsto cuál debe ser la conclusión a sus acciones.

Es importante prestar atención a la confianza que tiene de sí mismo. Es probable que tenga problemas para decidirse, se preocupe por lo que los demás piensan de él (seguridad en sí mismo) y para controlar la ansiedad. Es recomendable fortalecer su seguridad y confianza en sí mismo, ya que podría llegar a debilitar el logro de objetivos; aparentemente tiene la tendencia a rendirse.

El carácter noble, y de ayuda a los demás puede afectar a su rendimiento como luchador, piensa primero en los demás y luego en él. Puede llegar a estresarse rápidamente si las cosas no están saliendo como debería de ser, o bien, si las demás personas opinan contrario a lo que él opina o está realizando. Se recomienda prestar atención al

aspecto emocional, fortaleciendo acciones de responsabilidad, pero de responsabilidad y honestidad consigo mismo.

Su resultado en la Olimpiada Nacional 2008 fue de Medalla de Bronce.

## SUJETO 11

**Edad:** 16 años

**Categoría:** Cadete 69kg.

**Peso:** 69kg

**Estatura:** 1.70cms.

RASGO	PUNTAJE	CATEGORÍA
Extroversión	52	Alta extroversión
Agradabilidad	119	Alta agradabilidad
Escrupulosidad	95	Mediana escrupulosidad
Estabilidad Emocional	110	Alta estabilidad emocional
Apertura a la experiencia	115	Muy alta apertura a la experiencia

El rasgo de personalidad dominante en el deportista es la Apertura a la experiencia.

Una persona muy creativa, ingeniosa, que prefiere innovar a seguir lo establecido. Muy probablemente quiera estar en movimiento y actividad constante, pero buscando nuevas formas de realizar lo que ha estado realizando.

Es original, trata de investigar el porqué de las cosas. La versatilidad que puede llegar a tener, es producto de su aceptación a sí mismo, tiene un concepto de sí estable, lo que le ayuda a no confundirse ante la diversidad en la que se ve involucrado.

En el deporte pueda preferir ser quien determina las reglas del día, no por ordenar, sino para tener cosas distintas cada día y evitar el aburrimiento.

Es sociable, buen compañero de equipo, nuevamente con tendencia a ser parte del equipo, no a liderarlo. Honesto, educado e informado.

Recomiendo prestar atención a la responsabilidad que pueda tomar de sus acciones, es inteligente y creativo, pero muy novedoso en la realización de sus tareas diarias, llevándolo a olvidar sus compromisos y responsabilizarse por aquello que está implicando algo nuevo, o bien un reto. Esto no es un problema actualmente, pero podría llegar a serlo si se desarrolla en un ambiente donde el cambio es limitado, y la responsabilidad es elevada.

Lugar en las Olimpiadas Nacionales 2008: Séptimo lugar.

## CONCLUSIONES

Después de la intervención en la organización y con los resultados individuales obtenidos de cada uno de los luchadores, se realizó una comparación de dichos datos, de cual podemos concluir que:

El rasgo de personalidad predominante (considerando el que más se presenta o recurrente en cada uno de los luchadores con los que se trabajó), de acuerdo a la teoría de los cinco grandes, del equipo de lucha olímpica de San Nicolás de los Garza, Nuevo, León, México es la Extroversión.

Dicha comparación (de perfiles individuales) nos hace deducir que el perfil de personalidad que el equipo necesita de cada uno de sus deportistas es:

- Una persona que se sienta cómoda con las relaciones humanas. Los luchadores generalmente no entrenan solos, el seleccionado está en contacto diario, por lo que una persona que tiene dicha facilidad tendrá un entrenamiento más agradable, no sólo entrenará sino también socializará con los pares que están interesados en lo mismo que él. Además obtiene valiosa retroalimentación, aunque informal, de sus compañeros, que disfruta y practica (las toma en cuenta). Hace de los momentos de práctica algo realmente agradable. La mayoría de los ejercicios en este deporte son de contacto, un atleta

al que se le facilita relacionarse o estar en contacto con la gente, no se sentirá incómodo por tal situación.

- Sea muy activo y dinámico; alguien que “no pueda estarse quieto”. El movimiento, el constante involucramiento en actividades, querer cada vez más de lo que está haciendo, sería una muy buena referencia. Los atletas están todo el tiempo del entrenamiento en actividad, haciendo o practicando una llave o movimiento, sin parar, por lo que alguien demasiado pasivo, no se sentirá cómodo con este ritmo.
- Sociable; una persona que está siempre rodeado de gente. Además de lo que ya se mencionó en el primer punto, en las competencias es recomendable, que el luchador sea capaz de conocer y relacionarse, aunque sea de manera breve con algunos de los compañeros (e incluso entrenadores) de las otras delegaciones. Esto les ayuda a conocer al oponente, saber de manera básica que es lo más destacable en él, y tener un encuentro más “limpio”. En los atletas de este equipo en particular, el tener a mucha gente apoyándolo y estar rodeado previa y posteriormente al encuentro de “conocidos” aumenta su fortaleza y motivación. Los luchadores se mostraban más alegres y dispuestos a realizar cada encuentro.
- Comunicativo; es muy importante que el atleta no tenga miedo de preguntarle a los entrenadores o a sus compañeros sus dudas, sea

capaz de iniciar y establecer conversaciones con todo tipo de personas.

- **Asertivo;** sea firme en sus decisiones, muy afirmativo en cuanto las cosas que hace o va a hacer. Las decisiones en un combate son demasiado rápidas, es cuestión de segundos lo que aventaja o da el triunfo a alguien, por lo que los luchadores deben de tener la capacidad de reaccionar ágilmente y sin tener que sujetarse a un proceso sistemático para hacerlo. Las recomendaciones del entrenador en el momento de la lucha son muy importantes, pero es el atleta quien se ve involucrado directamente y debe reaccionar incluso antes de que el entrenador sugiera. No hay momento para pensar que “llave” puede estar mejor.
- **Espontáneo y arriesgado;** sea capaz de tomar una decisión rápida, basándose en su experiencia e intuición. “Casos” en los que hay que decidirse de inmediato y de manera contundente, ya que los resultados de esa decisión determinan un éxito o fracaso. En el momento de la lucha, la capacidad de arriesgarse ante una eventualidad, trae muchas ventajas, es la forma de demostrar que se ha comprendido todo lo dado en el entrenamiento. La decisión no se basa en un estudio sino en la sensación de estar haciendo lo mejor para ese combate.

- Franco; es importante que reconozca cuando no sabe, no puede y no quiere (se suma a el hecho de ser comunicativo)

La frecuencia en la que cada rasgo aparece en la categoría alta o muy alta, es la siguiente:

<b>RASGO</b>	<b>NUMERO DE ATLETAS CON ESE RASGO</b>
<b><i>EXTROVERSIÓN</i></b>	7
<b><i>AGRADABILIDAD</i></b>	5
<b><i>ESCRUPULOSIDAD</i></b>	4
<b><i>APERTURA A LA EXPERIENCIA</i></b>	3
<b><i>ESTABILIDAD EMOCIONAL</i></b>	2

Una característica destacable en los miembros de la organización es el hecho de que, probablemente, a pesar de tener un rango elevado de extroversión, que implica buscar ser el centro de atención de un grupo u organización, en este caso en particular, los atletas prefieren ser parte del equipo que dirigirlo. Esto se puede explicar observando en la tabla anterior la posición del rasgo de agradabilidad en el equipo (y por lo tanto en la mayoría de los atletas con los que se trabajo), que precisamente es el rasgo de personalidad que incluye la capacidad de relacionarse o plegarse a los demás. Se presupone esto, ya que en la mayoría de los casos, no hay indicios de un fuerte liderazgo en ninguno de los luchadores, más bien existe la presencia de cooperación y ayuda



mutua. Esto podría resultar benéfico, ya que en las luchas a pesar de no ser un deporte de conjunto, el hecho de saber que los compañeros están con el atleta, puede aumentar las posibilidades de éxito.

El rasgo de personalidad más bajo resultó ser la estabilidad emocional, que más que beneficiar a los luchadores puede afectarlos en su desarrollo deportivo.

Es importante que se realicen nuevas investigaciones que le permitan al equipo elaborar una batería de pruebas psicológicas que le sirva de base para la selección de los atletas que ingresan al grupo, y que fortalezca las pruebas físicas que hasta ahora son las únicas que se toman en cuenta para la selección.

Esta intervención puede ser una referencia para la realización de futuras investigaciones en este campo de la psicología.

## RECOMENDACIONES

Se hacen las siguientes recomendaciones:

El tipo de entrenamiento que se está realizando (sumamente vigoroso, con muchas actividades y ejercicios continuos) es el que más le conviene al tipo de personalidad del seleccionado, sin embargo, se puede favorecer con actividades que fortalezcan la comunicación intergrupala y de desarrollo de la espontaneidad en sus atletas, es decir, técnicas que activen el nivel de creatividad y/o aplicación de técnicas o tácticas luchísticas propias.

Se recomienda que el trabajo de los entrenadores sea más personal, es decir, se trabajen de manera individual algunos aspectos, básicamente la retroalimentación. Al ser una organización pequeña se sugiere que se aumente lo que ya se está haciendo en ese tema. Con los perfiles de cada uno de los atletas que aquí se presentan, los entrenadores pueden elegir la técnica en la que se acercarán y darán la retroalimentación a cada uno de ellos.

Prestar atención al nivel de estabilidad emocional que poseen los luchadores del seleccionado nicolaíta. Es posible que esto esté afectando el rendimiento de algunos de los atletas. Una propuesta para mejorar esta situación podría ser la realización de un taller de confianza y comunicación. Obviamente los temas centrales serían los

mencionados anteriormente, pero de manera no teorizada se aumentaría la comunicación intergrupala. Y por supuesto, como objetivo de todo grupo de apoyo, facilitar el intercambio de experiencias.

A la par de este trabajo grupal, es recomendable un trabajo individual de consejería por parte de un profesional especializado, en el que los atletas refuercen lo ya visto de manera grupal o se trabajen aspectos que no se incluyan dentro del taller, pero que sean factores que repercuten en su desenvolvimiento organizacional.

## REFERENCIAS

“Aspectos psicológicos del esgrima” (en línea) Rivero S.; <http://www.efdeportes.com/efd31/esgrima1.htm> (consulta el 8 de agosto de 2008)

Barrick, M.R. (1991); The Big Five Personality Dimensions and Job Performance: A meta-Analysis; *Personnel Psychology*, 44; 1-26

Barrick, M.R. (1993); Autonomy as a Moderator of the Relationships between the Big Five Personality dimensions and job performance; *Journal of applied Psychology*, Feb; 111-118.

Bermúdez, J. (2007); Manual QBF, adaptación española, cuarta edición; Madrid; Editorial Publicaciones de Psicología aplicada

“Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (C. P.R.D.)” (en línea) Gimeno, F.; <http://www.cop.es/colegiados/A-00382/TESIS%20DOCTORAL.htm> (consulta el 08 de agosto de 2008)

Center for applied cognitive studies (CentACS); The Big five quickstart: An introduction to the five-factor model of personality for human resource professionals (en línea) Howard P; <http://www.centacs.com/quickstart.htm> (consulta el 08 de agosto de 2008)

Clarke, S. & Robertson, I. (2005); A meta-analytic review of the Big Five personality factors and accident involvement in occupational and non-occupational settings; Journal of Occupational and Organizational Psychology; 78; 355-376

Costa, P.T. & McCrae, R. (1999); A big five factor theory of personality; Handbook of personality; 139-153.

Cruz, L. (1990); Un criterio para la selección de talentos. Tesis de doctorado. Universidad de la Habana, Cuba. Fondo Nacional de manuscritos científicos-técnicos. Resol. 60-92 ACC-IDICT-BNCT.

Fadiman, J. (2005); Teorías de la Personalidad (Segunda edición); México: Editorial Oxford.

Federación Mexicana de Luchas Asociadas, A.C. (2005); Reglamento Estatal. Lucha estilo Libre, Grecorromano y Femenil. Asociación de luchas Asociadas del estado de Nuevo León, A.C. 7-36.

Feldman, R. (2003); Introducción a la Psicología; México: Editorial McGraw Hill.

García, A. (2004); Estilo de personalidad en jugadores de fútbol; Asociación de psicología del deporte Argentina; 1-14.

Goldberg, L. (1990); An Alternative “Description of personality”: The Big-Five factor structure; Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 59, No. 6; 1216-1229.

Hayes, N. (1999); Psicología (Segunda edición) Madrid, España: Editorial Harcourt

“Historia de la lucha deportiva, y su introducción en Cuba” (en línea); Estrada, J; <http://www.monografias.com/trabajos34/lucha-deportiva/lucha-deportiva.shtml>; (consulta el 18 de Mayo de 2008)

Howard, J. & Howard, P. (1995); Buddy, can you paradigm?; Academic Research Library; Vol. 49; 28.

“International Wrestling rules” (en línea); FILA wrestling site; <http://www.fila-wrestling.com/images/documents/lutte/wr230107.pdf>; (consulta 23 de Marzo de 2008)

Ivancevich, J. (2006); Comportamiento Organizacional (Séptima edición); México: Editorial: McGraw Hill.

John, O. (2003); Development of Personality in Early and middle adulthood: Set like plaster or persistent change?; Journal of Personality and Social Psychology; vol. 84 No. 5; 1041-1053.

Koontz, H. (2004); Administración. Una perspectiva global (Doceava edición) México: Editorial McGraw Hill.

“Lucha” (en línea); Wikimedia Foundation, Inc.; <http://es.wikipedia.org/wiki/Combate> (consulta 11 de Mayo de 2008)

“Lucha libre y Grecorromana” (en línea); Uniwebel; [http://www.todo-olimpiadas.com/Lucha\\_libre+grecorromana.htm](http://www.todo-olimpiadas.com/Lucha_libre+grecorromana.htm) (consulta el 11 de Mayo de 2008).

Morris, C. (1997); Introducción a la Psicología (Novena edición); México: Editorial Pearson Educación.

Pierce, B. (1995); Buddy can you paradigm?; Academic research library; 49, 9; 28

¿Qué es la lucha Olímpica? (en línea); Boca lucha; <http://www.geocities.com/luchaolimpica/que.html>; (consulta 18 de mayo de 2008)

Rivero, S. (1996); El psicodiagnóstico en atletas de alto rendimiento; Habana, Cuba; Editorial Congreso Internacional de Med. Dep.

Robbins, S. (2000); Administración (Sexta edición); México: Editorial Prentice Hall.

Robbins, S. (1999); Comportamiento Organizacional (Octava edición); México: Editorial Prentice Hall.

Ruiz, R. (2005); Análisis de las diferencias de personalidad en el deporte del judo a nivel competitivo en función de la variable sexo y categoría de edad deportiva; Cuadernos de Psicología del deporte; vol. 5, núms. 1 y 2; 1-20

Srivastava, S. (2003); Development of Personality in Early and middle adulthood: Set like plaster or persistent change?; Journal of Personality and Social Psychology; vol. 84 No. 5; 1041-1053.

Wade, C. (2003); Psicología (Séptima edición); Madrid, España: Editorial Pearson Prentice Hall.



# ANEXOS

## ANEXO 1

### ENTREVISTA (1)

EDAD:

TIEMPO EN LA LUCHA:

EDAD DE INICIO:

COMPETENCIAS: SI NO NÚMERO:

¿Qué es la lucha para ti?

¿Qué se siente ser luchador?

¿Tú crees que en la lucha se pueden sentir emociones?

Si tu respuesta es si, ¿cómo cuales? Si es no ¿por qué?

¿Tú crees que es importante, que la gente que quiera estar en tu lugar tenga coraje? ¿En que grado? ¿Qué sea paciente? ¿En que grado?

¿Qué cosas son fáciles en la lucha?

¿Qué cosas son difíciles en la lucha?

Todos los deportistas pasan por diferentes situaciones antes de llegar a donde están, buenas o malas, ¿Qué cosas has pasado tú (buenas o malas), y que es muy probable que quien se dedique a la lucha va a pasar también?

¿Quién o quienes son los responsables de los resultados en un combate?

¿Cuál sería el porcentaje de responsabilidad que tienes tú en los resultados de un combate?

¿Cuáles son las responsabilidades que tienes como luchador?

¿Cuáles son las recompensas que te da el deporte?

Marca aquellas frases que creas que son las cosas que más influyen de manera negativa en tus resultados:

- Mis padres
- Mi entrenamiento
- La gente que grita
- Mi concentración
- Mi entrenador
- Mi estado de ánimo
- Que mi contrincante sepa más que yo
- Mi falta de control
- La ropa que utilizo
- Que la mayoría apoya al “otro”
- Me pongo nervioso
- La culpa es totalmente de todos los demás
- Me desespero rápido

Marca aquellas frases que creas que son las cosas que más influyen de manera positiva en tus resultados:

- Los gritos de apoyo de mis amigos
- El nivel de adrenalina que siento al estar luchando
- Que traigo ropa cómoda
- Me controlo lo suficiente en los combates
- Que sé, que ambos, mi contrincante o yo, tenemos la misma oportunidad de ganar
- El saber que llegué por mi mismo a una competencia
- Todo se lo debo a mi entrenador
- Nada más pasa por mi cabeza más que el combate
- El ambiente que se crea al haber tanta gente
- A mis padres que desde la tribuna me dan ánimos
- Todos los entrenamientos que hago antes de la competencia
- Que todos están seguros de que puedo lograrlo
- Llego totalmente positivo a luchar

Existen requisitos indispensables para entrar a la lucha? ¿Cuáles?

En tu opinión ¿Existe alguna edad ideal para comenzar en este deporte? ¿Por qué?

Cuáles de los siguientes aspectos influyen directamente en tu rendimiento como luchador. Posteriormente podrías indicar en escala del 1-18, siendo 1 el más importante o principal, el orden en que ubicarías a cada uno de los que señalaste:

Peso  
Ser diestro  
Excelente visión  
Habilidad para escuchar  
Estatura  
Estructura corporal  
Saber jugar fútbol  
Resistencia  
Flexibilidad  
Fuerza  
Trabajo en equipo  
Agilidad  
Estrategia  
Control de si mismo  
Inteligencia  
Habilidad para boxear  
Agilidad en las piernas  
Mucho músculo

¿Existen otros factores que no se mencionaron en la lista y que crees que son importantes?

¿Cómo te definirías como luchador?

¿Qué has hecho para llegar hasta ahí?

¿Qué es más importante: la técnica de lucha que tengas o la táctica que utilices? ¿Por qué?

¿Qué es lo básico que se tiene que hacer en un entrenamiento?

¿Qué incluye un entrenamiento completo?

¿Cuáles son las posiciones básicas en la lucha?

¿Cuántas veces a la semana entrenas? ¿Cuántas horas?

¿Tienes alguna dieta especial? ¿Cuál es?

¿Tomas algún complemento vitamínico? ¿Cuál?

¿Cuántos entrenadores tienes? ¿Existe alguno que sea el principal?

¿Qué equipo debe haber en el gimnasio donde entrenas para poder hacerlo bien?

¿Qué ropa necesitas para entrenar?

¿En una competencia que debe haber en el gimnasio (aparatos, espacio, vestuarios, etc.) para que puedas luchar sin problemas?

¿Cuál es tu uniforme, el equipo (ropa) que usas en competencia?

¿Qué otros materiales utilizas, además de aparatos y ropa, en una competencia?

En una competencia, ¿Qué tanto influyen en ti, los resultados de tus compañeros de delegación (si están ganando o perdiendo, si te apoyan o no, etc.)?

¿Qué tanto depende tu resultado del entrenador?

¿Hay alguien más, algún profesional o persona, con el que debas ó necesites estar en comunicación antes, durante y/o después de un combate, y que te ayude en tu rendimiento? ¿Por qué?

¿Qué es un luchador de lucha grecorromana?

¿Qué se necesita hacer para estar en tu lugar?

¿Estás a gusto con el entrenamiento?

¿Qué hace falta para mejorarlo?

Dame tu opinión sobre lo que has estado haciendo técnica y tácticamente y ¿cómo lo podrías mejorar?

¿Existe algo que influya en tu desarrollo deportivo y que no se haya mencionado? ¿Qué es?

Para finalizar ¿Qué cosas se pueden hacer para ayudarte a mantener y mejorar tú rendimiento (implementar nuevos ejercicios, teoría, incluir nuevos profesionales en el equipo, etc.)?

## ANEXO 2



Colchón



Butarga



ecci



La selección





La selección



La selección



Los entrenadores: Sergio Pérez y Francisco Cepeda



Los entrenadores



La técnica