

## Percepción del sentido de vida y autoestima de los artemarcialistas de muay thai

<sup>5</sup>Alan Limón Sánchez, Amanda Simón Lara y Salvador Ernesto Sarmiento Vega

Facultad de Psicología, Universidad Veracruzana, Región Veracruz

### Resumen

Objetivo; El presente trabajo propone la percepción del sentido de vida y autoestima de los artemarcialista de muay thai de la ciudad de Veracruz. Método; la muestra intencional estuvo compuesta por 5 hombres y 1 mujer, con edad promedio de 25.83 años. Resultados; Mediante la aplicación de las entrevista semi- estructurada, los sujetos dicen que encuentran en el sistema de creencias que proviene del arte marcial, el medio para poder engrandecerse como seres humanos y llenarse de valores éticos y morales. Las pruebas psicométricas como el Logo test, donde los resultados son 4 sujetos existencialmente seguros y 2 tiene estabilidad psíquica y el Inventario de autoestima de Coopersmith versión adultos, en cuanto a la categoría “de la autoestima general” 5 sujetos son de autoestima alto y 1 de autoestima medio alto, promueven la veracidad de las respuestas dadas en la entrevista. Conclusión; Los resultados permiten obtener la primera aproximación general del sentido de vida y autoestima, de la población que entrena el arte marcial del muay thai en la república Mexicana.

*Palabras Clave:* sentido de vida, autoestima, muay thai, valores.

### Abstract

Goal; This paper proposes the perception of the meaning of life and self-esteem of muay thai martial artist from the city of Veracruz. Method; the intentional sample consisted of 5 men and 1 woman, with an average age of 25.83 years. Results; By applying the semi-structured interview subjects say they find in the belief system that comes from the martial art, the way to aggrandize as human beings and filled with ethical and moral values. The psychometric tests like “the Logo test” where 4 subjects are existentially safe and 2 has psychic stability and Coopersmith Self-Esteem Inventory adult version, when it comes to the category "general self-esteem" 5 subjects are high self-esteem and 1 self-esteem medium high, promote accuracy of the answers in the interview. Conclusion; The results offer the first comprehensive approach to the meaning of life and self-esteem of the population who trains the martial art of muay thai in Mexico.

*Keywords:* sense of life, self-esteem, muay thai, values.

### Introducción

Las investigaciones previas sobre la población que entrena el arte marcial del muay thai son nulas en la república mexicana y en América Latina, y es aún más desconocido los benéficos axiológicos que la práctica del arte marcial fomenta en las personas. Es bien sabido que el deporte genera

---

<sup>5</sup> Autor para correspondencia: Alan Limón Sánchez, Facultad de Psicología, Universidad Veracruzana, Región Veracruz, C.P: 91809, Correo electrónico: [alancvr@hotmail.com](mailto:alancvr@hotmail.com), Teléfono celular: (044) 2297 71 53 44.

beneficios al cuerpo y a la salud mental, sin embargo un apartado poco explorado, es el beneficio social que la misma contribuye a partir de la introyección del sistema de creencias que provienen del muay thai.

La alta autoestima en atletas de los deportes de combate, es indispensable para afrontar los constantes entrenamientos, peleas, exhibiciones y entrevistas a medios de comunicación, lo anterior mencionado con pocos o nulos periodos de descanso. Sin una autovaloración positiva los peleadores no podrían esforzarse ni alcanzarían el nivel de concentración necesario que es requerido por el entrenador. Las personas con alta autoestima tal Acepta los retos tal y como lo menciona Hipólito (2009) cuando una persona posee autoestima alta no tendrá miedo de desarrollar sus habilidades. Querrá arriesgarse y probar cosas nuevas. Si no prueba, no podrá madurar.

Un estudio sobre “la influencia en los deportes de combate en la agresividad y autocontrol de adolescentes” realizado por Rivera Livanis (2009) arrojó los siguientes resultados, que los jóvenes que practican deportes de combate muestran una disminución en los niveles de agresividad y que producen mejorías en la capacidad de autocontrol en los adolescentes. Añadiendo que si el practicante se desenvuelve satisfactoriamente (de acuerdo a las expectativas consensadas entre éste y su entrenador) se podrá construir una persona autónoma, es decir que su autoconcepto no depende de valoraciones externas.

Además una autoestima alta es un indicador de solidez moral (acorde al contexto cultural) Rodríguez, Pellicer y Dominguez (1988) una persona con autoestima alta, vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; siente que es importante, tiene confianza en su propia competencia, tiene fe en sus propias decisiones y que en ella misma significa su mejor recurso.

En la actualidad hay un gran interés por entrenar muay thai ya que esta disciplina ofrece un entorno con demandas deportivas elevadas y a nivel de alta competencia tiene premios tanto económicos como de fama deportiva bien valorados.

¿Qué sucede cuando las metas del atleta ya están satisfechas en el pelador?, ¿Cuándo ya han pasado los años, ya se ha ganado lo que se deseaba ganar y se ha superado lo que éste deseaba sobrepasar a nivel deportivo?, los artemarcialistas tiene una necesidad existencial muy grande, requieren encontrar en el arte marcial que practican “aquello” tan valioso que los mantenga enfocados en su “¿por qué continuar?” cuando ya se tiene todo lo que se quería tener o cuando una lesión los segrego de su disciplina de por vida. El atleta que no encuentra la respuesta a sus propio “por qué” sufrirá de un vacío existencial el cual le causara profundas insatisfacciones derivadas de la falta de sentido que posee su vida, lo cual atraerá pensamientos peligrosos para éste, si no se llega a una intervención óptima y oportuna para esta crisis existencial, él optara por el suicidio al no encontrar sentido a su vivir.

Para Frankl (2004) el sentido de la vida difiere de un hombre a otro. Por lo tanto, no es importante conocer el sentido abstracto de la vida sino el significado abstracto de ésta, pues cada individuo tiene en la vida su propia misión que cumplir; cada uno debe llevar a cabo un cometido concreto. En consecuencia no puede ser reemplazado en la función, ni su vida puede repetirse; su tarea es única como única es su oportunidad de realizarla.

Al estudiar a los artesmarcialistas se espera conocer acerca del sentido de vida y autoestima que otorga al entrenar muay thai, identificar los factores empíricos adversos o beneficiosos que se logran introyectarse en él y como el sistema de creencias del arte marcial es el mediador entre él sujeto y el ambiente.

El objetivo de la investigación es identificar el sentido de vida y autoestima en las personas que entrenan el arte marcial del muay thai.

### **Materiales y métodos**

Enfoque metodológico.

La orientación metodológica a utilizar es en gran parte cualitativa debido a que se pretende captar la percepción de los individuos a estudiar, esto con la finalidad de obtener resultados acerca de su sentido de vida y autoestima. Además se aplicaran técnicas cuantitativas como el logotest y el inventario de autoestima de Coopersmith esto con la finalidad de otorgarle al estudio un mayor grado de confiabilidad. Utilizando una triangulación con técnicas cuantitativas como la aplicación de test.

La investigación cualitativa estudia la realidad desde un contexto natural, tal y como sucede, no explica las formas de la realidad de forma generalizada sino que, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tiene para las personas implicadas, para esto se vale de instrumentos tales como las entrevistas, historia de vida, diarios de campos entre otros.

Tipo de investigación

Es descriptivo sin hipótesis ya que este nivel estudia los fenómenos para conocer más sobre éstos, la finalidad del estudio es identificar que percepción del sentido de vida y autoestima tienen los artesmarcialistas de muay thai.

Sujetos de estudios

Población a estudiar: selección de la muestra, muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando el tipo de investigación y los objetivos a cumplir es indispensable que el muestreo se seleccione de esta manera.

Criterios de inclusión y/o selección

- a) Practicantes del arte marcial del muay thai.
- b) Estudiantes del Kai muay gym.
- c) Temporalidad mínima de 6 meses a 20 años entrenando el muay thai.
- d) Números de sujetos por definir.

#### Criterios de exclusión

- a) Sujetos que no deseen participar.
- b) Sujetos que solo entrenen esporádicamente dentro del plazo de los primeros 6 meses con una duración mínima de 4 días a la semana.
- c) Sujetos en tratamiento terapéutico.

Sujetos seleccionados para la prueba: 6

5 hombres y 1 mujer

Con un tiempo mínimo de 1 año entrenando y el máximo fue de 15 años entrenando.

Edad promedio de 25.83

Instrumentos de acopio

#### Cualitativos

Entrevista semi-estructurada: que constara de 28 preguntas y la intencionalidad es que las respuestas dadas manifiesten percepciones del sentido de vida y autoestima de los sujetos de estudio.

Subcategorías construidas a partir del análisis de las entrevistas

Autoestima: seguridad, autoconcepto, sentido de pertenencia, motivación y competencia.

Sentido de vida: yo ideal, valores, conciencia, voluntad de sentido, noética y autotranscendencia.

#### Cuantitativos

Nombre del instrumento: Logotest

Autora: Elizabeth Lukas.

Que valora: El sentido de vida.

Características: El Test se encuentra compuesto por tres secciones, midiendo Valores de Creación, valores de vivencia y Valores de Actitud, los mismos que nos indican si existe buena Orientación en el Sentido de Vida, si es Normal, si existe Ausencia de Sentido de Vida, o es patológico.

Valores de Creación. Los contenidos de la primera parte se agrupan en 9 grandes categorías, (bienestar material, autorrealización, familia, actividad ocupacional principal, sociabilidad, intereses, vivencias, servicio a los otros, situación de necesidad, su superación, afirmación de la vida a pesar de todo).

Valores de Vivencia. La segunda parte del test, intenta captar la frustración existencial concretando los efectos generales de la frustración, (descritos como agresión, regresión, super-compensación, reacción de huida, adaptación razonada, neurosis, depresión) en sus aspectos neógenos.

Valores de Actitud La parte III consta de dos subpartes. En una de ellas se presentan tres casos que, por un lado, ejemplifican la Parte II y por otro buscan un valor de perspectiva enjuiciando otros casos. A partir de las descripciones de tres personas se pregunta cuál es más feliz y cuál es la que sufre más.

Validez y confiabilidad.

Se realizaron con éxito diferentes pruebas de validez y confiabilidad, (Coeficiente Alfa de Cronbach de .835). A pesar de su estructura en bloques diferenciados, conserva la unidimensionalidad o unicidad, siendo la parte I la que más contribuye a la puntuación total.

Nombre del instrumento: Inventario de autoestima de Coopersmith versión adultos.

Autor: Stanley Coopersmith.

Qué valora: la autoestima.

Característica: Está compuesto por 25 Ítems, en los que no se encuentran incluidas ítems correspondientes a la escala de mentiras. La prueba se encuentra diseñada para medir las actitudes valorativas con adolescentes y adultos a partir de los 16 años de edad en adelante. Los ítems se deben responder de acuerdo a si el sujeto se identifica o no con cada afirmación en términos de verdadero o falso.

El inventario se divide en tres áreas:

Si mismo general: El cual refiere a las actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.

Social: Se encuentra construido por ítems que refieren las actitudes del sujeto en el medio social frente a sus compañeros o amigos. Así como sus referentes a las vivencias en el interior de instituciones educativas o formativas y las expectativas en relación a su satisfacción de su rendimiento académico o profesional.

Familia: Expone ítems en los que se hace referencia a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia.

Validez y confiabilidad.

La confiabilidad, evaluada con el coeficiente de alfa de Cronbach mostró un valor de 0.81, la validez de constructo del instrumento se evaluó estimando el poder de discriminación de los reactivos de las calificaciones altas y bajas por medio de pruebas T. los resultados mostraron que todos los reactivos discriminaban significativamente ( $p = .05$ )

El trabajo que se realizó con la población, está aprobado por la Universidad Veracruzana, Facultad de Psicología, Región Veracruz. Y estuvo a supervisión del asesor Amanda Simón Lara el cuidado de las buenas prácticas de la profesión.

### Resultados

Estos se presentarán en primera instancia el análisis más significativo de las subcategorías construidas a partir de la entrevista aplicada (el apartado cualitativo). Y posteriormente los datos más relevantes de los instrumentos cuantitativos. Con respecto a las 2 categorías de análisis que son Sentido de vida y autoestima serán ordenadas de ese modo, añadiendo una más que es la categoría de Líder, que fue un agregado que se construye al analizar las respuestas, e igualmente será objeto de análisis en esta sección.

Sentido de vida (Cualitativo)

Subcategoría: Voluntad de sentido

Los sujetos perciben que la práctica del muay thai les genera un parámetro para comparar las adversidades que tienen en sus vidas y así darles el significado, es decir, que sin importar que clase de problema tengan éstos solo serán oportunidades de crecimiento para ellos, todo lo que les pudiera suceder será para mejorar en cualquier ámbito de sus vidas. Han aprendido en las enseñanzas del arte marcial que “el camino de una vida debe ser costoso ya que eso es lo que enriquece a la misma”.

*...”me he vuelto muy, muy disciplinado para mi trabajo, no importa qué condiciones tenga físicamente yo me paro y voy a trabajar siempre, por mi familia lo veo como una forma de luchar por ellos, a lo mejor tengo un breve tiempo en este trabajo pero no me ha costado para nada pararme cuando estoy cansado o a lo mejor estoy triste yo no tengo dificultad alguna para pararme e irme a trabajar por las personas que quiero o necesitan de mi apoyo, es sin duda la disciplina que me ha dado” Sujeto 3*

Subcategorías de análisis: Noética

Lukas (2003) el plano espiritual (que no tiene nada que ver con la inteligencia o la razón) es el propiamente humano, la dimensión “específicamente humana” la logoterapia es psicoterapia desde lo espiritual hacia lo espiritual.

Las tradiciones son en donde se trasmite la espiritualidad, sin tradiciones no hay muay thai, ni mucho menos se transmitiría los valores que de él emanan. Es por eso que el muay thai debe fundirse con la vida del practicante, solo así podrá desarrollarse como artista marcial y como ser humano.

*...” A mi entrenar muy thai me llena mucha paz, de hecho yo he conllevado mi vida marcial y mi vida en general, he logrado una simbiosis entre todas ellas. no es solamente un proceso de entrenamiento no, como yo entreno solo, entrenar para mí se ha vuelto un aspecto espiritual porque aprovecho el proceso para agradecer a Dios por todo lo que he logrado entonces haz de cuenta que el entrenar para mí se ha vuelto un proceso de espiritualidad, entrenar para mí me da mucha paz, el entrenar es algo que no puede decirse rutinario pero tampoco es algo que cueste trabajo es algo que es, que ya haces y que tienes que hacer, y lo haces porque requieres hacerlo...*

*cómo comer. Yo siento que la espiritualidad y el muay thai, en especial en el muay thai están muy ligados, tú no puedes ser un buen artista marcial si no tienes un lado espiritual yo siento que el muay thai y la vida espiritual como se lleva en Tailandia, están ligados no puedes comprender el muay thai sin un lado espiritual porque sencillamente estas convirtiendo el muay thai en otra cosa. El muay thai es un complemento de la vida, es lo que te ayuda a mejorar cada uno de los aspectos de tu vida, sin quitarles el valor a cada uno de ellos, no es así como que él muay thai va a suplantar todo, el muay thai es como ese plus que va a aumentar tu calidad de vida física, psicológica y espiritual” Sujeto 2*

El muay thai no impone sus creencias sobre las tuyas, más bien debes respetar las tradiciones, llevar a cabo los rituales como se han hecho a lo largo de la historia y adoptarlas como propias.

Subcategorías de análisis: Autotrascendencia

La autotrascendencia se encuentra en el servicio, ya sea a una causa o en el amor a otro ser humano esta propicia la realización del hombre en sí mismo.

La población estudiada opina que al practicar el muay thai adquiere responsabilidades con las tradiciones mismas, por ende esto conllevará a ser protectores y difusores de las tradiciones. Comentan que existen otros lugares donde “se vende” el arte marcial, he aquí donde se desvirtúa el mismo, los sujetos de estudio tienen la creencia firme de que el muay thai se trasmite, no se vende. Si lo haces te estarías vendiendo a ti mismo y los que vayan a aprender no podrán engrandecerse ni fortalecerse a través de la introyección de valores tradicionales del muay thai.

*...”El correcto uso del muay thai si lo viéramos como un arma, no lo es, bueno si lo es, pero no deberíamos verlo solo como un arma el muay thai es más, el muay thai es un camino de perfección de complementar la vida, no solamente es un sistema de combate o un sistema de defensa personal, si lo ves así, le quitas toda su esencia primordial. El artista del muay thai a compartir la esencia de un guerrero, al compartir la herencia de lo que heredaron la sabiduría en cada golpe, tenemos la responsabilidad y lo dice la ética del muay thai, de defender al más débil, de dar tu vida por el país si se requiere, de ser una persona de alta moral y de alta ética, entrenarse de manera constante, al ser tú practicante de muay thai adquieres más responsabilidades sociales” Sujeto 2*

*...”hay un muchacho que emplea y vende al muay thai como en parte económico, para generar dinero, no enseña los valores éticos que ésta enseña, él lo vende yo lo enseño” Sujeto 5*

El arte marcial no es un producto comercial, es un camino de errores, de frustraciones, de miedos, pero sobre todo de superación, de esfuerzo, de perfeccionamiento. Al ser estos elementos conceptos intangibles, no es posible venderlos pero sí enseñarlos y transmitirlos.

Sentido de vida (cuantitativo)

Para el análisis de la categoría sentido de la vida se aplicó el instrumento llamado Logo-test de Elizabeth Lukas. Éste nos va a informar si una persona reconoce un sentido en su vida o si carece de la misma.

Para determinar la realización interior de sentido (RIS) se deben colocar las puntuaciones obtenidas en una tabla que estará distribuido por edad de los sujetos, ya que dependiendo de ésta podrá aumentar o disminuir la calificación necesaria para ubicarlo en un rango.

Los rangos quedan de esta manera:

Tabla 1.

*Rangos de las puntuaciones del logo-test*

Edades	16-29	30-39
Q1	0-10	0-10
Área media Q2 y Q3	11-17	11-16
Q4 (-D9+D10)	18	17
D9	19-21	18-21
D10	22-32	22-32

Los resultados de la gráfica indican que los sujetos poseen una realización interior de sentido (RIS) de 0 en depresión noógena, 0 frustrado existencialmente y en la categoría de sentimiento mal realizado tienen 0; con el 2 sujetos de la población recae en el rango de estabilidad psíquica, mientras la mayor parte de los sujetos se encuentran en la categoría de existencialmente seguros con un 4.

Tabla 2.

*Determinar la realización interior de sentido (RIS)*

Sujetos	Respuesta
0	Depresión noógena
0	Frustrado existencialmente
0	Sentido de la vida mal realizado
2	Estabilidad psíquica
4	Existencialmente seguros

Autoestima (cualitativo)

Subcategorías de análisis: Seguridad

Para López (2004) la seguridad es un componente básico, la persona es segura de sí misma, así como también de sus potencialidades, toma los riesgos y actúa de tal forma que el resultado es positivo.

La seguridad que se manifiesta al cumplimiento de las metas que surgen en el entrenamiento diario, el cual se va formando desde el hecho de poder terminar tu primera clase, luego crecen las metas, tales como pasar un examen de aumento de grado, pelear, ganar títulos, entre otros. Su aumento de confianza es también perceptible a través de sus procesos interpersonales e intrapersonales asegurando que son más asertivos;



*... "la seguridad en mí, yo era bueno soy una persona nerviosa, yo antes era que me podía muy tenso si veía una situación en la calle y a raíz de la práctica del muay thai me vuelto una persona más segura" Sujeto 6*

*... "Me ha dado mucha seguridad, demasiada es demasiado grande la seguridad que me ha dado, pase del fondo de la escalera a lo más alto, era completamente inseguro y ahora tengo una escala para medirlo, ya dices si puedo encerrarme con alguien 20 minutos en un ring puedo hacerlo todo, realmente puedo enfrentarme cualquier cosa y no es que todo lo resuelvas a golpes, sin duda no es nada luego comparado a eso" Sujeto 3*

De acuerdo a lo expresado el muay thai no solo fomenta la seguridad en la persona sino también la práctica les provoca ciertos sentimientos positivos.

Subcategorías de análisis: Autoconcepto

Los sujetos dicen saberse más hábiles físicamente que la mayor parte de la sociedad, por ende deben ser más respetuosos, tolerantes y amables con los demás. Se sienten con mayor compromiso con ellos mismos y con el muay thai, ya que se rigen bajo un código de comportamiento. Saben lo que no quieren ser.

*... "He escuchado que un integrante del gimnasio y usa el "face" para fanfarronear que entrena muay thai" Sujeto 6*

*... "Supimos hace unos meses, no sabemos si practica muay thai o no pero hubo un muchacho que estuvo asaltando aquí por la zona y decían que aparte del cuchillo les pegaba patadas en la cara, la gente común o normal no tira patadas a la cara así nada más, era un practicante de un artemarcial y cualquier artemarcial que se use para dañar a alguien más, está mal" Sujeto 4*

Las personas reconocen lo que quieren o no quieren ser, dentro o fuera del arte marcial.

Subcategorías de análisis: Sentido de pertenencia

Las personas se sientan identificadas, cómodos y muy a gusto con toda la gente que les rodea, es decir que se sientan pertenecientes a un grupo (López, 2004).

La población expresa que el muay thai les ofrece un refugio ante las presiones externas, dentro del entrenamiento se van formando lazos de compañerismo con los demás miembros, estos se convierten después en vínculos de amistad y ya no se ven limitados al entrenamiento, comienzan a salir y hacer actividades diversas (ir al cine, los invitan a sus fiestas, entre otros). Los compañeros le agregan a los sujetos un apoyo distinto a los que podría otorgar la familia o su grupo de amigos cotidianos, esto se deriva del hecho que comparten un sistema de creencias en común que se practica constantemente. Para crecer en el arte marcial se debe comprender la relevancia del compañero, ya que sin éste jamás alcanzarás un desarrollo como persona ni como artista marcial.

*... "si tienes problemas en tu casa puedes venir al gimnasio siempre va a ver alguien, el gimnasio está abierto siempre y la relación que guardamos con todos y más con los que son el equipo de pelea es de confianza si ellos sienten que tiene un problema o algo así se les deja muy en claro que pueden venir y buscar apoyo aquí, se platica con el que quiera hablar, si vemos que alguien*

*está deprimido se habla con el equipo para que se le apoye o etcétera, siento yo que es un grupo que no tiene nada que ver con tus amigos o con tu familia ni con nada solo somos un grupo de personas que tenemos algo en común y que lo utilizamos para desarrollarnos sobre todo como personas y cada quien, como todos tenemos en común lo mismo que es el artemarcial” Sujeto 4.*

Este apartado lo cierro con un proverbio chino donde enfatiza la importancia del compañero, dice así “si caminas solo iras más rápido; si caminas acompañado llegarás más lejos”.

Autoestima (cuantitativo)

Se implementaron técnicas cuantitativas como fue el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Los rangos se presentan de esta forma:

Tabla 3.

*Calificaciones de acuerdo al rango de puntuación general*

Puntuaciones	Rango
75 a 100	Alto
50 a 74	Media alto
25 a 49	Media bajo
0 a 24	Bajo

Los resultados obtenidos indican 5 de los sujetos están en el nivel autoestima alto con puntuaciones de entre 75 a 100; mientras 1 posee autoestima medio alto con puntuaciones entre 50 a 74; con el 0 sujetos están los niveles de autoestima medio bajo con puntuación de 25 a 49 y finalmente las de puntaje de 0 a 24 que son propios del nivel de autoestima bajo correspondiente al 0 en la tabla.

Tabla 4.

*Nivel de autoestima de acuerdo al puntaje total por el Inventario de Autoestima de Coopersmith*

Sujetos	Nivel de autoestima
0	Bajo
0	Medio bajo
1	Medio alto
5	Alto

Categorías de análisis: Líder (cualitativo)

Los sujetos expresan que en el maestro (quién es el entrenador del atleta) es donde recae la figura del líder, es quien guía al neófito en el sistema de creencias del muay thai, a través de su dedicación inspira a todos sus allegados no solo dentro del arte marcial sino fuera del mismo. Los sujetos opinan que si el maestro “pierde el camino” hará que todos los demás lo pierdan, ya que es él quien trasmite valores ya sea de manera explícita o implícitamente, motiva a los demás y los auxilia en momentos que necesitan de su apoyo, es un cargo con gran peso ético.

*...”ya cuando eres un maestro del muay thai un instructor ya tienes que dar un poco más, tienes que darte a respetar tienes que ser no el centro de atención pero si, que te vean como un ejemplo a*

*seguir, obviamente yo sé muay thai, no puedo ir a un bar a beberme una cheve o una caguama, y que mis muchachos me vean todo borracho y vomitando en la calle, porque es incorrecto que ejemplo doy a mis muchachos si yo estoy así, simplemente es ir agarrando valores y solidificándolos” Sujeto 5*

*...”Más que el arte es quien lo imparte mi maestro de muay thai es el mejor maestro que he conocido, los valores que él nos inculca son compañerismo, amistad, fortaleza mental, honestidad, temple han impactado mi vida” Sujeto 6*

*...”hay muchos que usan el muay thai de forma errónea, maestros que no entienden el muay thai y solamente lo enseñan de manera superficial, y me refiero a que solamente lo enseñan como un sistema de combate, entonces básicamente le quitan todo lo que es el muay thai, si yo te agarro y te digo “vamos a entrenar nada más para pelear o para defendernos” le quitas todo lo que es el muay thai, la tradición la cultura, el aspecto espiritual, el aspecto psicológico y empático que es el muay thai. Lo digo mucho con atletas de otras ligas de muay thai que en mis experiencia personal no están tan ligadas al muay thai con el aspecto que debe de ser, que agarran al muay thai como un sistema de combate “ora pelea saca dinero, saca gloria, títulos, lo que tú quieres” ellos desisten, no van a llegar a ser Arjarn o kru, no van a ser nada, van a ser peleadores que se quedan a medio camino y desaparecen” Sujeto 2*

### **Discusión**

Los datos sobre la categoría que se refieren a la autoestima indican que 5 de los sujetos estudiados poseen una alta autoestima y solo uno está en el nivel medio alto; ambos resultados son parámetros elevados, lo cual da indicativos que estas personas tiene un alto grado de sentimiento de capacidad personal y de un sentimiento de valor personal, como lo mencionan Ortega, Mínguez y Rodes (2000) indudablemente las experiencias positivas o negativas ayudan a construir la autoestima. Independientemente de las cualidades físicas o psíquicas que se puedan tener, de las habilidades y destrezas o de los éxitos y fracasos que puedan influir en la autoestima, en toda persona hay algo más radical que permanecerá inalterable, y que le hace digno de todo reconocimiento y dignidad de una autoestima profunda: el valor inalienable de ser persona.

Desde la perspectiva cualitativa los sujetos expresan un cambio positivo en su autoconcepto, ya que antes de entrenar el arte marcial desconocían sus potencialidades y es durante el arduo proceso del entrenamiento que ellos la van desarrollando. La autoestima es un término evaluativo que se puede utilizar para describir cómo se siente una persona con respecto a su autoconcepto. El autoconcepto representa la información que uno/a posee sobre sí mismo/a (Díez, 2005).

Del análisis de la categoría sentido de la vida, de acuerdo al Logo-test, el instrumento cuantitativo diagnóstica que los sujetos poseen una realización interior de sentido (RIS) de 0 en depresión noógena, 0 frustrado existencialmente y en la categoría de sentimiento mal realizado tienen 0. Con lo que respecta a la estabilidad psíquica sólo 2 personas de la población cuenta con ella, mientras la mayor parte de la media se encuentra en la categoría de existencialmente seguros son 4 sujetos.

El apartado de estabilidad psíquica, significa que las personas no tienen un sentido ni bueno ni malo, están en un punto medio.

Las personas que se ubican en el apartado de existencialmente seguros, indican personas con muy bueno, excelente o realizado sentido en la vida.

Lo que compete al apartado cualitativo del análisis de resultados se apreció lo siguiente:

Los sujetos expresan que la parte donde el muay thai más ha beneficiado e influido es a nivel axiológico, consideran que las capacidades atléticas adquiridas durante el entrenamiento son derivaciones de saberse y sentirse más fuerte a citado nivel.

Al saber que tiene las aptitudes sobre cómo enfrentar y ganar los combates, las personas manifiesta un deseo de evitar los conflictos que terminen en consecuencias violentas, al parecer no les agrada pelear (excepto en competencias previamente establecidas), sin embargo no tienen miedo de hacerlo.

Aseguran que conforme se adentran más al mundo del muay thai van absorbiendo más responsabilidades no solo de entrenamientos, sino también de pautas de interacción, todos los verdaderos artistas marciales se rigen bajo un código de ética que proviene de las más antiguas tradiciones tailandesas. El contenido de los valores es establecido arbitrariamente por los hombres: los valores se imponen al hombre, el hombre debe someterse a ellos (Frankl, 1999).

A través de una revisión de lo expresado en las entrevistas, la jerarquía de valores que estos expresan aprender quedan de la siguiente manera en orden de mayor a menor influencia en ellos: Respeto, humildad, trabajo en equipo, diligencia, honestidad, perseverancia, tolerancia, bondad, justicia y solidaridad. Bazzi y Fizzotti (1989) mencionan que los valores aun siendo múltiples, no existen una yuxtaposición caótica, sino de un modo estructurado.

### **Conclusiones**

La figura del maestro quien es el que enseña el muay thai, es sumamente importante, la constante reiteración de los participantes sobre la influencia que éste tuvo sobre ellos, con llevo a la creación de su propia categoría de análisis. Ahora mencionemos del porqué de su relevancia.

El maestro se convierte es un punto de inflexión desde varios aspectos, él funge como mediador entre el alumno y el arte marcial, es decir realizara un andamiaje con éste, el neófito conocerá el muay thai en la medida como el maestro la imparta, por eso él debe de estar preparado para cargar con el peso que conlleva dicha responsabilidad. El maestro debe ser una persona íntegra con el muay thai y con el mismo, sus alumnos lo verán como el máximo expositor del arte marcial, lo verán como un modelo a seguir, si el maestro pierde el camino debería saber que no se perderá solo.

Los sujetos aseveran que la práctica del muay thai ha mejorado su seguridad y recordando tal como lo menciona López (2004) la seguridad es un componente básico para la autoestima. Conforme avanza el proceso de entrenamiento y la persona no claudica se percata de que es capaz de poder cumplir metas, eso propiciará a mejorar su autoconcepto.

La población dice a ver hallado en las personas con quienes entrena un grupo al cual pertenecer, admite sentir una sensación de tranquilidad y apoyo al estar con ellos entrenando.

La confianza es algo reciproco entre estos. Cabe destacar que sienten que este grupo les brinda un cobijo del estrés que existe en sus demás esferas de interacción social.

Unificando lo construido de la parte cualitativa y lo diagnosticado por el instrumento cuantitativo, el sentido de vida que descubrieron es el vivir con los valores (Respeto, humildad, trabajo en equipo, diligencia, honestidad, perseverancia, tolerancia, bondad, justicia y solidaridad) introyectados a partir de la práctica directa del muay thai y enseñarlos a los demás. Al ser una persona con valores propios y llevarlos a cabo, la comunidad donde estas personas habitan se verá beneficiada ya que tendrá alguien socialmente proactivo. Los sujetos se percatan que los títulos ganados no significan nada, los sueños de competencia se acaban, las personas envejecen; sin embargo, un verdadero artista marcial se identifica más por sus acciones que por su apariencia y la forma de trascender se encuentra en la trasmisión de las tradiciones debido a que éstas son contrapesos sociales y ellos las utilizan como una “brújula” para guiar sus pautas conductuales y comportamentales. El muay thai transformo a la vida de los sujetos y muestra una forma de superación personal.

La presente información añade valioso conocimiento sobre los beneficios axiológicos que provee la práctica constante de un arte marcial tal como lo es el muay thai y como el mismo impacta positivamente en el individuo para posteriormente crear un beneficio social, todo esto a través de la guía del maestro, donde su papel formativo es sumamente importante.

### Referencias

- Bazzi, T. y Fizzotti, E. (1989). *Guía de la logoterapia. Humanización de la psicología*. Barcelona: Herder.
- Díez, F. (2005). *La autoestima*. España: Gobierno de la Rioja.
- Frankl, V. (2004). *El hombre en busca del sentido*. Barcelona: Herder.
- Hipólito, G. (2009). *Violencia doméstica y nivel de autoestima en mujeres que asisten al servicio de psicología. Hospital regional de Veracruz*. Tesis. Universidad Veracruzana, Veracruz, México.
- López, Y. L. (2004). *Relación entre el nivel de autoestima y el riesgo de sufrir violencia en mujeres del fraccionamiento Villa Rica que acuden al PROEM en el puerto de Veracruz*. Tesis. Universidad Veracruzana, Veracruz, México.
- Lukas, E. (2003). *Logoterapia la búsqueda del sentido*. México: Paidós.
- Ortega, P., Mínguez, R., y Rodes, M. (2000). Autoestima: Un nuevo concepto y su medida. *Teor. Educ.*, 12, 45-66.
- Rivera, L. (2009). *Influencia en los deportes de combate en la agresividad y autocontrol de los adolescents*. Tesis de Maestría. Universidad Metropolitana Recinto Cupey, Puerto Rico.
- Rodríguez, M., Pellicer, G. y Dominguez, M. (1988). *Autoestima: clave del éxito personal*. México: Manual Moderno.