



Cuadernos de Psicología del Deporte

ISSN: 1578-8423

psicodeporte@gmail.com

Universidad de Murcia

España

García-Naveira, Alejo; Ruiz-Barquín, Roberto
Diferencias de personalidad en entrenadores desde el modelo de Costa y McCrae
Cuadernos de Psicología del Deporte, vol. 13, núm. 2, -, 2013, pp. 53-62
Universidad de Murcia
Murcia, España

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227028057005>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica
Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Diferencias de personalidad en entrenadores desde el modelo de Costa y McCrae

Personality differences in coaches from the Costa and MacCrae model

Diferenças de personalidade dos treinadores através do modelo de Costa e McCrae

Alejo García-Naveira¹ y Roberto Ruiz-Barquín²

¹Centro de Estudios e Investigación. Club Atlético de Madrid y ²Universidad Autónoma de Madrid

Resumen: El objetivo del presente trabajo es conocer el perfil de personalidad de los entrenadores, las diferencias en función de su éxito profesional, edad y los años de experiencia como entrenador. Para ello, se aplicó el *Inventario de Personalidad NEO* (NEO-FFI; Costa y McCrae, 2008) a 32 entrenadores (hombres) con una edad comprendida entre los 25 y 59 años ($M = 36.63$; $D.T. = 8.69$). Los resultados indican que los entrenadores de éxito obtienen significativamente mayores puntuaciones en el rasgo Amabilidad ($p < .001$) y una tendencia a la significación estadística en el factor Responsabilidad ($p < .10$), donde los entrenadores obtienen menores puntuaciones que la población normal de referencia. Además, no existen diferencias estadísticamente significativas en la personalidad de los entrenadores en función del éxito profesional. Por último, los entrenadores de menos años de experiencia tienen mayores puntuaciones en el rasgo Amabilidad ($p < .05$) y menores puntuaciones en el rasgo Neuroticismo ($p < .05$) que los entrenadores de mayor experiencia deportiva. Se concluye que el ejercicio profesional y prolongado del rol del entrenador acentúa cierto tipo de personalidad.

Palabras claves: Personalidad, entrenador, nivel deportivo y experiencia deportiva.

Abstract: The objective of the present work is to know the personality profile of coaches, the differences based on professional success, age and years of experience as a coach. In order to do this, we applied the NEO Personality Inventory (NEO-FFI, Costa and McCrae, 2008) to 32 coaches (men) between the ages of 25 and 59 ($M = 36.63$, $D.T. = 8.69$). The results indicate that successful coaches obtained significantly higher scores on the trait Agreeableness ($p < .001$) and a trend to statistical significance in the Responsibility factor ($p < .10$), where coaches have lower scores than normal

reference population. In addition, there are no statistically significant differences in the personality of the coaches according to professional success. Finally, coaches with fewer years of experience have higher scores on the Kindness trait ($p < .05$) and lower scores in Neuroticism trait ($p < .05$) than most experienced sports coaches. It is concluded that a prolonged and professional role as coach accentuates certain type of personality.

Keywords: Personality, coach, sports level and sports experience.

Resumo: O objetivo do presente estudo é de conhecer o perfil da personalidade dos treinadores, as diferenças em função do sucesso profissional, da idade e dos anos de experiência como treinador. Para isso, foi aplicado o *Inventario de Personalidade NEO* (NEO-FFI; Costa y McCrae, 2008) a 32 treinadores (homens) com idade entre 25 e 59 anos ($M = 36.63$; $D.T. = 8.69$). Os resultados indicam que os treinadores de sucesso obtêm significativamente maiores pontuações no fator Amabilidade ($p < .001$). Somente obtêm resultados com tendências a significação estatística no fator Responsabilidade ($p < .10$), onde os treinadores obtêm menores pontuações que a população normal de referência. No entanto, não existem diferenças estatísticas significativas na personalidade dos treinadores em função do sucesso profissional. Por último, os treinadores de menos anos de experiência tem maiores pontuações no fator Amabilidade ($p < .05$) e menores pontuações no fator Neuroticismo ($p < .05$), que os treinadores de mais experiência esportiva. Conclui-se que o exercício profissional e prolongado do rol de treinador acentua certo tipo de personalidade.

Palavras Chave: Personalidade, treinador, nível esportivo e experiência esportiva.

Introducción

El entrenador es uno de los individuos más importante dentro del ámbito deportivo, tanto por el rol y acciones que desempeña a nivel deportivo (p.ej., planificación de los entrenamientos/competición, organización de las tareas a realizar y la gestión de las mismas) como por los vínculos e influencia en los deportistas (Pérez, 1998; Tusak y Tusak, 2001).

En función de la edad (p.ej., niños, jóvenes o adultos) y el nivel deportivo (p.ej., alto rendimiento, otros niveles de competición o iniciación) de los deportistas a los que entrena, el entrenador tiene diferentes roles, funciones y objetivos (Cox, 2009). En cuanto a su labor con niños y jóvenes, en especial en el deporte de iniciación o base, los entrenadores son modelos de referencia y tienen un alto grado de influencia sobre ellos, por lo que su labor cobra un valor especial desde una perspectiva de tecnificación deportiva, formación y edu-

Dirección de contacto: Paseo Virgen del Puerto 64 (28005). Madrid.
Correo electrónico: alejogarcianaveira@gmail.com

cación (García-Naveira y Jérez, 2012; Pérez y Llames, 2010; Smith y Smoll, 2006).

Respecto al alto rendimiento (donde suele haber una dedicación deportiva plena), existe un consenso general en el que se llega a decir que el entrenador busca ayudar a los deportistas a conseguir su más alto nivel de rendimiento deportivo, a través de su preparación física, técnica, táctica y psicológica (Weinberg y Gould, 2010). Este aspecto implica que el deportista pase muchas horas con su entrenador (Sousa, Cruz, Vilandrich y Torregosa, 2007), el cual se considera la “llave” del desarrollo de la carrera deportiva del deportista y uno de los más importantes factores para el éxito del mismo (García-Naveira, 2010).

En este contexto, el entrenador eficaz es aquel que tiene un amplio conocimiento del deporte de su especialidad, una alta motivación para realizar su labor, trasciende de lo puramente deportivo y llega a la persona, y desde este punto, lidera al deportista en su desarrollo personal y deportivo (García-Naveira y Jérez, 2012).

Dada la trascendencia de la figura del entrenador, los investigadores han estudiado las características de aquellos que tienen un mayor éxito. Lo que más se ha estudiado en este sentido, han sido las formas organizativas y modos de actuación que deben aplicar los entrenadores en su trabajo profesional, sin embargo, el cumplimiento de dichas acciones están relacionadas con factores de su personalidad (Côté, Salmela, Trudell, Baria y Rusell, 1995; Pérez, 2002a; Valdés, 1998). Costa y McCrae (2008) entienden la personalidad como una serie de tendencias básicas de conducta que influyen en los pensamientos, emociones y acciones de los individuos. Su origen es biológico y van desarrollándose desde la niñez hasta convertirse en estructuras estables en la adultez.

Partiendo de este planteamiento, a continuación se realiza una revisión de estudios representativos que analizan la personalidad de los entrenadores desde el modelo de los Cinco Grandes factores, debido a que en la actualidad es uno de los máximos representantes de la teoría de rasgos (Colegio Oficial de Psicólogos de España, 2011; García-Naveira, Ruiz y Pujals, 2011; Ruiz, 2012).

Trabajos sobre la personalidad del entrenador

Pérez (1998) aplicó el NEO-PI-R (Costa y McCrae, 1992) a una muestra de 11 entrenadores de alto rendimiento de deportes de equipo e individuales. Los resultados indican que los entrenadores destacan por una serie de rasgos que los caracteriza: bajo Neuroticismo y alto grado de Extraversión, Apertura a la Experiencia, Amabilidad y Responsabilidad respecto al baremo del instrumento utilizado. Además, no se encuentran diferencias en relación con el deporte que entrenan.

Pérez (2002b) diseñó y aplicó un modelo de entrevista a 11 entrenadores de alto rendimiento de diferentes deportes (fútbol, tenis y atletismo) para conocer las características de

personalidad de los sujetos. Los resultados señalan que los entrenadores de élite son: 1) hábiles en sus relaciones sociales con los deportistas, 2) altruistas y empáticos, 3) responsables, cumplidores, disciplinados y exigentes y 4) estables emocionalmente, entre otros aspectos.

Ruiz (2004) en un estudio realizado a nivel nacional con deportistas ($n=346$) y entrenadores de Judo ($n=26$), aplicando el cuestionario de cinco factores de personalidad (BFQ; Bermúdez, 1995), comparó las puntuaciones obtenidas de los entrenadores de judo con los baremos de la población general, obteniendo aquellos mayores puntuaciones en las dimensiones de Energía y Tesón ($p<.01$) así como en las subdimensiones Perseverancia ($p<.01$), Dinamismo, Dominancia y Escrupulosidad ($p<.05$). A su vez, las comparaciones realizadas con la muestra de deportistas (infantiles, cadetes, junior y senior), los entrenadores obtuvieron las puntuaciones más elevadas en la dimensión Tesón junto a los deportistas senior. Por último, el grupo de entrenadores obtuvo las mayores puntuaciones en la subdimensión Escrupulosidad ($p<.05$).

Dimec y Kajtna (2009) analizaron las características de personalidad (rasgos de personalidad, habilidades sociales, estilos de liderazgo, motivación, competencias emocionales y actitudes) de 275 entrenadores eslovacos (hombres y mujeres), con una edad comprendida entre los 21 y 64 años ($M = 38.87$, $D.T = 10.01$). Para evaluar los rasgos de personalidad aplicaron el *Big Five Questionnaire* (BFQ; Caprara, Barbaranelli, Borgogni, Bucik y Boben, 1997). Los entrenadores fueron divididos en dos grupos en función de la edad: entrenadores jóvenes (menores de 34 años) *vs.* entrenadores de mayor edad (mayores de 34 años). Los resultados indican que los entrenadores jóvenes tienen menos años de experiencia profesional y obtienen puntuaciones más altas en los rasgos Afabilidad (denominado rasgo de Amabilidad en el NEO-FFI), Responsabilidad y Apertura a la Experiencia que los entrenadores de mayor edad y experiencia profesional. Estos autores destacan los años de experiencia, y no tanto la edad, como una variable a tener presente al analizar la personalidad de los entrenadores, ya que el ejercicio regular y continuado de esta actividad puede acentuar determinados rasgos.

Kajtna y Baric (2009) estudiaron diferentes características de personalidad (rasgos de personalidad, liderazgo, inteligencia emocional, habilidades sociales y actitudes ante el deporte) de una muestra de 275 entrenadores eslovacos adultos (hombres y mujeres). Para evaluar los rasgos de personalidad aplicaron el *Big Five Questionnaire* (BFQ; Caprara *et al.*, 1997). Los entrenadores fueron divididos en cuatro grupos: entrenadores de éxito (cuyos deportistas participaban en campeonatos nacionales e internacionales) *vs.* entrenadores de menor éxito (cuyos deportistas participan en competiciones a nivel regional) y entrenadores de deportes individuales *vs.* deportes de equipos. Los resultados indican que existen diferencias por edad en función del nivel competitivo y años de experien-

cia, en la que los entrenadores de éxito tienen mayor edad y experiencia deportiva que los entrenadores de menor éxito. Además, los entrenadores de menor éxito se relacionan de forma negativa con las sub-dimensiones Dominio y Apertura a la Experiencia, mientras que los entrenadores de éxito no se asocian a subdimensiones de personalidad.

Jackson, Dimmock, Gucciardi y Grove (2011) estudiaron las relaciones entre entrenadores y deportistas en función de su personalidad. Para ello aplicaron el *Big Five Inventory* (John y Srivastava, 1999) a una muestra de 91 deportistas (M edad = 20.76, D.T. = 3.55) y 91 entrenadores (M edad = 37.33, D.T. = 10.17). Los resultados señalan que una mayor disparidad entre los rasgos de Extraversión y Apertura a la Experiencia entre los entrenadores y deportistas, se asocia con un menor compromiso y relación entre ambos. Además, se observan relaciones positivas entre los rasgos de personalidad, el compromiso (rasgos Amabilidad, Responsabilidad y Extraversión) y la relación (rasgos Amabilidad y Extraversión). También se obtienen percepciones positivas sobre el otro cuando tiene alta Responsabilidad y Amabilidad.

En resumen, los resultados y conclusiones de diferentes trabajos señalan que los entrenadores poseen ciertos rasgos de personalidad en función del nivel en el que entrena, la edad, experiencia deportiva y de la relación entre el entrenador y deportista. En concreto, el entrenador de alto rendimiento, que destaca por el nivel o categoría deportiva de los deportistas a los que entrena, se caracteriza por la estabilidad emocional (Pérez, 1998, 2002b), sociabilidad y habilidades sociales (Pérez, 1998, 2002b; Ruiz, 2004), amabilidad (Pérez, 1998, 2002b), apertura a la experiencia (Pérez, 1998) y responsabilidad (Pérez, 1998, 2002b; Ruiz, 2004), aunque no siempre se obtienen características de personalidad asociados a los entrenadores de éxito, aunque los entrenadores de menor éxito se relaciona negativamente con las subdimensiones Dominio y Apertura a la Experiencia (Kajtna y Baric, 2009). También, la edad se asocia positivamente con los años de experiencia (Dimec y Kajtna, 2009; Kajtna y Baric, 2009), en la que los entrenadores más jóvenes y con menos experiencia profesional son más amables, responsables y con mayor apertura a la experiencia que los entrenadores de mayor edad y más experiencia profesional (Dimec y Kajtna, 2009). Por último, la sociabilidad, amabilidad y responsabilidad se asocia a un mejor vínculo entre el entrenador y deportista (Jackson *et al.*, 2011).

Realizando una valoración de la presente revisión, en general se hallan pocos estudios que analicen la personalidad de los entrenadores en función del éxito profesional, la edad y los años de experiencia, por lo que se requiere realizar más trabajos sobre la temática debido a su trascendencia en la actividad deportiva y los deportistas. El análisis del vínculo entre el entrenador y el deportista, no entra dentro de los objetivos del estudio. Por tanto, los objetivos del presente trabajo son estudiar: 1) Las diferencias en personalidad entre los entrena-

dores de éxito profesional frente al baremo del instrumento de evaluación de referencia, 2) Las diferencias en personalidad entre los entrenadores de éxito profesional frente a los de menor éxito y 3) la relación entre la personalidad, la edad y los años de experiencia como entrenador.

Predicciones e hipótesis:

Las hipótesis del trabajo de investigación desarrollado son las siguientes:

- 1) Los entrenadores de éxito profesional obtienen mayores puntuaciones en los rasgos Estabilidad Emocional (menor rasgo de Neuroticismo), Extraversión, Amabilidad, Apertura a la Experiencia y Responsabilidad que la población normal de referencia
- 2) Los entrenadores de éxito profesional se diferencian en determinados rasgos de personalidad respecto a los de menor éxito.
- 3) La edad de los entrenadores correlaciona positivamente con los años de experiencia deportiva y los entrenadores de menos años de experiencia deportiva tienen mayores puntuaciones en los rasgos Amabilidad, Responsabilidad y Apertura a la Experiencia que los entrenadores de más años de experiencia.

Metodología

Participantes

La muestra está constituida por 32 entrenadores (hombres) con una edad comprendida entre los 25 y 59 años (M= 36.63; D.T.= 8.69). Siguiendo la clasificación de Kajtna y Baric (2009), los entrenadores fueron agrupados en dos grupos: entrenadores de éxito profesional (n = 20) que entrenan a deportistas que participan en competiciones nacionales e internacionales y entrenadores de menor éxito (n = 12) que entrenan a deportistas que participan en competiciones regionales.

Respecto a la experiencia como entrenador, el rango se sitúa entre 1 y 27 años (M= 12,56; D.T.= 7,48). Tomando como referencia “la regla de los 10 años” como uno de los posibles requisitos para considerar a alguien como experto en su área de desarrollo (Bloom, 1985), así como considerando que esta división ha sido desarrollada por estudios previos sobre el establecimiento de posibles diferencias de liderazgo de los entrenadores en función del nivel de experiencia (Ruiz, 2006), éstos fueron agrupados en 3 grupos: baja experiencia (menos de 10 años; n= 13), alta experiencia (entre 10 y 20 años; n= 13) y trayectoria profesional (más de 20 años; n= 6).

Por último, señalar que los deportes en los que trabajan los entrenadores, 18 lo hacen en atletismo (53,1%), 7 en tenis (21,9%), 3 en fútbol (9,4%), 1 en tiro (3,1%), 1 en lucha libre (3,1%), 1 en lucha grecorromana (3,1%) y 1 en golf (3,1%).

Instrumento

Five-Factor Inventory (NEO-FFI; Costa y McCrae, 1992) en su versión española “inventario NEO reducido de Cinco Factores” (Costa y McCrae, 2008), que proviene del *Revised Neo Personality Inventory* (NEO-PI-R) o Inventario de Personalidad NEO Revisado, es un cuestionario compuesto por 60 ítems que se agrupan en cinco grandes dimensiones de personalidad: Neuroticismo, Extraversión, Apertura a la Experiencia, Amabilidad y Responsabilidad. Cada ítem se valora en una escala de cinco puntos desde “totalmente en desacuerdo” hasta “totalmente de acuerdo”. En los últimos veinte años este modelo se ha aceptado como la clasificación de rasgos de personalidad más validada y consensuada (Colegio Oficial de Psicólogos de España, 2011).

Edad, años de experiencia y desarrollo profesional: estas características fueron tomadas directamente de la ficha personal del entrenador.

Procedimiento

La administración de la prueba fue realizada por un psicólogo con amplia experiencia en la administración de test en el ámbito deportivo. Durante la temporada deportiva 2010/2011, en el mes de octubre, se realizó la evaluación de la personalidad de los participantes, a los cuales se les explicó que iban a participar en una investigación sobre personalidad, y que dichos resultados podían ser comentados, individualmente, en el mes de julio. Las aplicaciones de las pruebas se realizaron de forma individual una hora antes del inicio de los entrenamientos en una sala de las instalaciones deportivas. La participación de todos los sujetos fue voluntaria.

Diseño de investigación

El estudio realizado se constituye como un diseño descriptivo y correlacional de carácter transversal (Montero y León, 2005).

Análisis estadísticos

Los análisis estadísticos realizados son:

- Análisis descriptivos (medias, desviaciones típicas y máximos y mínimos).
- Aplicación de la prueba de normalidad Shapiro-Wilks para las puntuaciones obtenidas en las diferentes dimensiones del cuestionario de personalidad.
- Análisis de diferencia de medias para dos muestras independientes mediante el estadístico no paramétrico U de Mann-Whitney para el establecimiento de diferencias en función del nivel de entrenamiento y desarrollo profesional alcanzado.

- Análisis de diferencia de medias para varias muestras independientes mediante el estadístico Kruskal-Wallis.
- Análisis correlacionales mediante el coeficiente de correlación de Spearman, para la edad y los años de experiencia, con las cinco dimensiones de personalidad del cuestionario.

Para la realización de los análisis de datos se ha utilizado el programa estadístico SPSS v. 19.0

Resultados

De forma previa al cumplimiento de los objetivos establecidos, se aplicó la prueba de Shapiro-Wilks a las variables edad y años de experiencia, así como a las cinco dimensiones de personalidad.

Respecto a estas últimas, todas las dimensiones cumplen el supuesto de normalidad, dado que la significación hallada es en todos los casos $p > .05$. Con relación a la edad y años de experiencia, obtienen respectivamente una $p = .054$ y una $p = .05$, siendo el valor estadístico Shapiro-Wilks de .935 y .934 respectivamente. Debido fundamentalmente a la proximidad de los valores en el incumplimiento del supuesto de normalidad ($p < .05$), y el relativamente reducido número de sujetos incluidos en la muestra (escasa representatividad, $n = 32$), se ha aplicado en los análisis pruebas no paramétricas. Asimismo, se ha considerado que al segmentar la muestra en función de diferentes criterios considerados en el estudio (nivel de éxito, edad y años de experiencia como entrenador), muchos subgrupos no superan los 13 sujetos, siendo un nuevo reducido para la realización de análisis paramétricos.

La única excepción a este tipo de análisis, y con el objetivo de poder establecer comparaciones con estudios precedentes (Pérez, 1998; Ruiz, 2004) y la comparación con las puntuaciones obtenidas en los baremos poblacionales del NEO-FFI en los cinco rasgos (Costa y McCrae, 2008), se realizó un solo análisis paramétrico (t de *student* para una muestra) para el grupo de entrenadores perteneciente al grupo de entrenadores de éxito ($n = 20$). En este caso, aplicando la prueba de Shapiro-Wilks, se obtienen en todos factores de personalidad la normalidad de los datos ($p > .05$).

A continuación, se describe la personalidad de los entrenadores

a) Diferencias de personalidad entre los entrenadores de éxito profesional y la población normal de referencia

Los resultados muestran claras diferencias en el rasgo Amabilidad ($p < .001$) a favor de la submuestra de entrenadores de éxito profesional respecto a la muestra normal de referencia, mientras que estos obtienen mayores puntuaciones en el rasgo Responsabilidad ($p < .10$), si bien estos no llegan a ser estadísticamente significativos. Ver Tabla 1.

Tabla 1. Análisis de diferencia de medias para una muestra mediante el estadístico *t* de student.

	Muestra de Entrenadores hombres de alto rendimiento (n=20)		Muestra de Hombres Adultos. Puntuaciones NEO-FFI (Costa y McCrae, 2008)		<i>t</i> de student	Sig.
	Media	Desviación Típica	Media	Desviación Típica		
Neuroticismo	15.55	6.13	14.71	8.94	.612	.548
Extraversión	28.90	7.70	31.82	8.51	-1.696	.106
Apertura	27.50	7.33	29.18	6.51	-1.025	.318
Amabilidad	29.80	6.07	22.41	5.03	5.448	.000***
Responsabilidad	33.15	7.19	36.24	5.54	-1.922	.070†

*** $p < 0.01$; † $p < .10$

b) Diferencias de personalidad entre los entrenadores de éxito profesional y los de menor éxito

En la Tabla 2 se presentan los análisis de diferencia de medias en personalidad de los entrenadores en función del éxito profesional. Los resultados muestran cómo el grupo de en-

trenadores de éxito profesional obtiene mayores puntuaciones en los rasgos Neuroticismo, Apertura a la Experiencia, Amabilidad y Responsabilidad respecto a los de menor éxito, mientras que estos lo hacen en el rasgo Extraversión, si bien no se muestran diferencias estadísticamente significativas en ninguno de los rasgos.

Tabla 2. Descriptivos y análisis de diferencia de medias para dos muestras independientes mediante el estadístico U de Mann-Whitney para el grupo de entrenadores de éxito profesional (EP; n=20) y menor éxito (MEP; n=12).

DIMENSIONES NEO	GRUPOS	Media	D.T.	Media de Rangos	Suma de Rangos	U de M.-W.	Z	Sig.
Neuroticismo	EP	15.55	6.13	17.83	356.50	93.500	-1.036	.307
	MEP	13.58	7.01	14.29	171.50			
Extraversión	EP	28.90	7.70	15.80	316.00	106.000	-.546	.604
	MEP	30.00	9.07	17.67	212.00			
Apertura	EP	27.50	7.33	16.90	338.00	112.000	-.312	.774
	MEP	26.08	10.05	15.83	190.00			
Amabilidad	EP	29.80	6.07	15.43	308.50	98.500	-.839	.408
	MEP	29.42	6.42	18.29	219.50			
Responsabilidad	EP	33.15	7.19	16.68	333.50	116.500	-.137	.893
	MEP	32.58	6.02	16.21	194.50			

EP= Éxito Profesional; MEP= Menor Éxito Profesional

c) Personalidad, edad y años de experiencia como entrenador

En la Tabla 3 se muestran las puntuaciones de las cinco dimensiones de personalidad para los tres subgrupos de entrenadores en función de los años de experiencia. Como puede

observarse existen diferencias estadísticamente significativas en los rasgos Neuroticismo ($p < .05$) y Amabilidad ($p < .05$) en función de los años de experiencia como entrenador. No se obtienen diferencias en los rasgos Extraversión, Apertura a la Experiencia y Responsabilidad.

Tabla 3. Descriptivos y análisis de diferencia de medias para varias muestras independientes mediante el estadístico Kruskal-Wallis para el grupo de baja experiencia (inferior a 10 años; n=13), alta experiencia (entre 10 y 20 años; n=13) y trayectoria profesional (más de 20 años; n=6).

DIMENSIONES NEO	GRUPOS	Media	D.T.	Media de Rangos	Chi-cuadrado	Sig.
Neuroticismo	BE	11.85	5.14	12.58	6.528	.038*
	AE	15.08	6.06	16.81		
	TP	20.67	6.41	24.33		
Extraversión	BE	31.85	9.15	19.31	2.144	.342
	AE	27.54	7.57	15.19		
	TP	27.67	6.41	13.25		
Apertura	BE	28.92	10.10	18.88	1.448	.485
	AE	25.23	7.75	15.12		
	TP	26.50	4.76	14.33		
Amabilidad	BE	33.15	5.26	22.50	9.087	.011*
	AE	27.31	6.20	12.81		
	TP	27.17	4.31	11.50		
Responsabilidad	BE	35.00	7.28	18.96	1.657	.437
	AE	31.15	6.28	14.27		
	TP	32.33	5.92	16.00		

BE= Baja Experiencia; AE= Alta Experiencia; TP= Trayectoria Profesional

* $p < .05$

Con el objetivo de determinar entre qué grupos de los tres mencionados existen diferencias significativas en los rasgos Neuroticismo y Amabilidad, se aplicó por pares la prueba U de Mann-Whitney. Los resultados muestran que los entrenadores de trayectoria profesional (más de 20 años de experiencia) obtienen mayores puntuaciones en el rasgo Neuroticismo

que los entrenadores de baja experiencia (menos de 10 años) ($p < .05$). Además, los entrenadores de baja experiencia (menos de 10 años) obtienen mayores puntuaciones en el rasgo Amabilidad que los entrenadores de alta experiencia (entre 10 y 20 años) ($p < .01$) y trayectoria profesional (más de 20 años de experiencia) ($p < .05$). Los resultados se presentan en la Tabla 4.

Tabla 4. Análisis de diferencia de medias mediante el estadístico U de Mann-Whitney por pares para las dimensiones de personalidad Neuroticismo y Amabilidad.

DIMENSIONES NEO	GRUPOS	Media	D.T.	Media de Rangos	Suma de Rangos	U de M.-W.	Z	Sig.
Neuroticismo	BE	11.85	5.15	11.77	153.00	62.000	-1.161	.246
	AE	15.08	6.06	15.23	198.00			
	BE	11.85	5.15	7.81	101.50	10.500	-2.516	.012*
	TP	20.67	6.41	14.75	88.50			
	AE	15.08	6.06	8.58	111.50	20.500	-1.626	.104
	TP	20.67	6.41	13.08	78.50			
Amabilidad	BE	33.15	5.26	17.58	228.50	31.500	-2.727	.006**
	AE	27.31	6.20	9.42	122.50			
	BE	33.15	5.26	11.92	155.00	14.000	-2.203	.028*
	TP	27.17	4.31	5.83	35.00			
	AE	27.31	6.20	10.38	135.00	34.000	-.440	.660
	TP	27.17	4.31	9.17	55.00			

BE= Baja Experiencia; AE= Alta Experiencia; Trayectoria Profesional (TP)

* $p < .05$; ** $p < .01$;

Por último, para conocer la relación entre las variables estudiadas, se ha aplicado el coeficiente de correlación de Spearman (Tabla 5).

Tabla 5. Análisis correlacionales entre la edad, experiencia y características de personalidad mediante el Coeficiente de Correlación de Spearman.

	Edad	AE	N	E	AP	AM	R
Edad	1.000	.777***	.220	-.243	-.174	-.201	.175
Años_Experiencia	.777***	1.000	.450**	-.305†	-.158	-.500**	-.056
Neuroticismo	.220	.450**	1.000	-.003	.132	-.255	-.398*
Extraversión	-.243	-.305†	-.003	1.000	.712***	.590***	-.019
Apertura	-.174	-.158	.132	.712***	1.000	.356*	-.130
Amabilidad	-.201	-.500**	-.255	.590***	.356*	1.000	.259
Responsabilidad	.175	-.056	-.398*	-.019	-.130	.259	1.000

AE= Años de Experiencia; N= Neuroticismo; E= Extraversión; AP= Apertura a la Experiencia; AM= Amabilidad; R= Responsabilidad.

† $p < .10$; * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Los análisis correlacionales muestran resultados estadísticamente significativos entre los años de experiencia y algunos rasgos de personalidad, aspecto que no sucede con la edad, a pesar de que ambas variables (edad-años de experiencia) correlacionan de forma elevada ($r_{ho}=.777$; $p<.001$). En concreto, los años de experiencia correlaciona de forma positiva y moderada con el rasgo Neuroticismo ($r_{ho}=.450$; $p<.01$), mientras que también lo hace de forma negativa y moderada con el rasgo Amabilidad ($r_{ho}=-.500$; $p<.01$) y negativa y baja con el rasgo Extraversión ($r_{ho}=-.300$; $p<.10$), aunque en este último caso no llega a la significación estadística.

Respecto a la correlación entre los rasgos de personalidad, el Neuroticismo se relaciona de forma negativa y baja con Responsabilidad ($r_{ho}=-.398$; $p<.05$). La Extraversión se relaciona de forma positiva y alta con Apertura a la Experiencia ($r_{ho}=.712$; $p<.001$) y positiva y moderada con Amabilidad ($r_{ho}=.590$; $p<.001$). Además, la Apertura a la Experiencia se relaciona de forma positiva y baja con Amabilidad ($r_{ho}=.356$; $p<.05$).

Conclusión y discusión

El objetivo del presente trabajo era el de contribuir a esclarecer el estudio de la personalidad del entrenador, ya que se ha observado un bajo volumen de estudios y una falta de resultados concluyentes. Para ello, se analizaron las diferencias en personalidad entre los entrenadores de éxito y la población normal de referencia, en función del éxito profesional, la edad y los años de experiencia como entrenador.

Los resultados indican que los entrenadores de éxito profesional tienen mayores puntuaciones en el rasgo Amabilidad y menores en el rasgo Responsabilidad (tendencia estadísticamente no significativa) que la población normal de referencia.

Además, no existen diferencias estadísticamente significativas en la personalidad de los entrenadores en función del éxito profesional (éxito *vs.* menor éxito). También, la edad se relaciona positivamente con los años de experiencia como entrenador, en la que los entrenadores de menos años de experiencia tienen mayores puntuaciones en el rasgo Amabilidad y menores puntuaciones en el rasgo Neuroticismo que los entrenadores de mayor experiencia deportiva. A continuación se discuten las hipótesis establecidas y los resultados obtenidos.

A) diferencias de personalidad entre los entrenadores de éxito profesional y la población normal de referencia

En cuanto a las diferencias en personalidad del entrenador de éxito profesional y la población normal de referencia, aunque hay unos rasgos que los diferencian, no se cumple la hipótesis 1 (*“Los entrenadores de más éxito profesional obtienen mayores puntuaciones en los rasgos Estabilidad Emocional (menor rasgo de Neuroticismo), Extraversión, Amabilidad, Apertura a la Experiencia y Responsabilidad que la población normal de referencia”*). Los resultados indican que el entrenador de éxito es más amable y menos responsable (tendencia a la significación estadística) que los sujetos del baremo utilizado.

Estos resultados contradicen a los estudios que caracterizan a los entrenadores que destacan por el nivel o categoría deportiva en la que entrenan por la estabilidad emocional (Pérez, 1998, 2002b), sociabilidad y habilidades sociales (Pérez, 1998, 2002b; Ruiz, 2004), apertura a la experiencia (Pérez, 1998) y responsabilidad (Pérez, 1998, 2002b; Ruiz, 2004). Es más, respecto a este último, en el presente estudio se obtiene una tendencia de los entrenadores hacia una menor responsabilidad, aspecto que sería contrario a lo esperado, tanto por los resultados de trabajos previos como por lo deseable en

un contexto de exigencia, demanda y competitividad, ya que como señala Costa y McCrae (2008) el rasgo Responsabilidad se asocia a conductas de disciplina, orden y la tendencia al logro. Una posible explicación sería que los entrenadores poseen otras capacidades o conocimientos compensatorios no evaluados en el presente estudio como por ejemplo la motivación, la comunicación, el liderazgo, etc.

Indicar que estos datos pueden ser considerados también como áreas de mejora del entrenador para el desarrollo eficaz de su labor, sobre todo si se hace referencia al alto rendimiento donde existe una máxima exigencia deportiva. Por ejemplo en el caso de la menor responsabilidad, el entrenador puede trabajar con un psicólogo del deporte para desarrollar una mayor organización, planificación y disciplina deportiva y/o personal.

El resultado en el rasgo Amabilidad coinciden con los obtenidos por Pérez (1998, 2002b). Los entrenadores han desarrollado una tendencia a mantener buenos vínculos con los demás, aspecto necesario para la gestión personal-deportiva de los deportistas.

b) Diferencias de personalidad entre los entrenadores de éxito profesional y los de menor éxito.

Respecto a las diferencias entre entrenadores en función del éxito profesional, no se cumple la hipótesis 2 (*“Los entrenadores de éxito profesional se diferencian en determinados rasgos de personalidad respecto a los de menor éxito”*). Los resultados indican que no existen diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos.

Respecto a estos resultados, inicialmente se planteaba que podía haber diferencias entre ambos grupos debido a que Dimec y Kajtna (2009) obtuvieron que determinadas características de personalidad se asociaban a los entrenadores de menor éxito profesional, aunque tampoco encontraron datos relacionados con los entrenadores de éxito. Cabe señalar que a diferencia del estudio Dimec y Kajtna en el que se analizaban perfiles de personalidad, en el presente trabajo se comparó entre sí a los entrenadores en función del nivel o categoría deportiva en el que se desenvuelven. Este es un aspecto tener presentes en futuros trabajos.

Estos datos, sugieren que, desde una perspectiva escéptica del estudio de la personalidad en el deporte (Cox, 2009; Weinberg y Gould, 2010), el hecho de entrenar a un determinado nivel competitivo no requiere unos rasgos específicos de personalidad para desarrollar su labor, pudiendo ser más determinantes otras variables como las competencias psicológicas que el entrenador posea (p.ej., comunicación, liderazgo, autocontrol emocional...).

Otra interpretación de estos resultados es que sea una característica de esta muestra concreta, en la que se observa la necesidad de registrar y analizar la trayectoria profesional del

entrenador, especificando años de experiencia en los diferentes niveles o categorías deportivas (competiciones regionales, nacionales e internacionales). A partir de estos datos se podría concretar mejor a qué entrenador se le considera de mayor o menor nivel. De esta forma podríamos evitar la presencia de “falsos entrenadores de éxito o menor éxito profesional” en la constitución de la muestra.

En vista de los resultados obtenidos tanto en el apartado a y b, es relevante diferenciar entre los trabajos que comparan a los entrenadores respecto al baremo de la población del instrumento utilizado (aunque se sugiere constituir una muestra de no deportistas) y los estudios que comparan a los entrenadores en función del éxito profesional. Ambas perspectivas son necesarias y complementarias, ya que nos ofrece una visión más amplia del entrenador.

c) Personalidad, edad y años de experiencia como entrenador

Respecto a las diferencias en personalidad en función de la edad y los años de experiencia, se cumple parcialmente la hipótesis 3 (*“La edad correlaciona positivamente con los años de experiencia y los entrenadores de menos años de experiencia deportiva tienen mayores puntuaciones en los rasgos Amabilidad, Responsabilidad y Apertura a la Experiencia que los entrenadores de más años de experiencia”*). Los resultados señalan que la edad se relaciona positivamente con los años de experiencia deportiva, en la que los entrenadores de menos años de experiencia tienen mayores puntuaciones en el rasgo Amabilidad y menores puntuaciones en el rasgo Neuroticismo que los entrenadores de mayor experiencia deportiva. No se obtienen diferencias en los rasgos Responsabilidad y Apertura a la Experiencia.

Estos datos coinciden con los trabajos de Dimec y Kajtna (2009) y Kajtna y Baric (2009) en el que la edad se relaciona positivamente con los años de experiencia como entrenador. Además, son los años de experiencia como entrenador, y no tanto la edad, la que se relaciona con la personalidad (Dimec y Kajtna, 2009). Esto señala la relevancia de las vivencias, experiencias, los aprendizajes, el bagaje profesional en general, etc. en la presencia de ciertos rasgos de personalidad en los entrenadores, en la que la edad tendría un valor secundario.

En concreto, los entrenadores de menor experiencia (-10 años) son más amables (rasgo Amabilidad) y estables emocionalmente (menor rasgo Neuroticismo) que los entrenadores de mayor experiencia (grupos + 10 años/ + 20 años). Estos resultados apoyan parcialmente al trabajo de Dimec y Kajtna (2009) que obtienen diferencias entre los años de experiencia y el rasgo Amabilidad, aunque no coincide en las diferencias encontradas respecto a los rasgos Responsabilidad y Apertura a la Experiencia.

En relación al rasgo Amabilidad, la naturaleza de la relación entre el deportista y el entrenador (p.ej., amabilidad, cer-

canía, confianza, respeto, establecer objetivos comunes) tiene un papel importante en el desarrollo personal y deportivo de los deportistas (Jowett y Cock, 2003). Uno de los factores que afectan a la efectividad del líder es la compatibilidad entre el entrenador y el deportista o la calidad de la relación entre ellos, lo que será resultado de una adecuada comunicación y presencia de conductas de recompensa (Cox, 2009).

Por su parte, Lorimer y Jowett (2010) señalan que los entrenadores con más años de experiencia deportiva son menos empáticos que los entrenadores con menos años de experiencia debido a que se centran más en su marco de referencia y menos en el del deportista. Estos autores concluyen que los entrenadores (más y menos experimentados) si prestan atención a lo que ocurre, en lugar de inferir, y además, buscan obtener un *feedback* de sus atletas (pensamientos y sentimientos reales), mejorarán notablemente su capacidad de empatía y el desempeño del deportista.

También, dentro de las conclusiones del trabajo de Jackson *et al.* (2011) destacan que la amabilidad (junto a la sociabilidad y responsabilidad) se asocia a un mejor vínculo entre el entrenador y deportista.

Por tanto, estos aspectos pueden indicar que los años de experiencia es una variable importante a tener presente (registrar) en el estudio de la personalidad, ya que puede ser una “amenaza” en la relación entre el entrenador y el deportista. Dada la importancia de la amabilidad en vínculo entre ambos, en la línea establecida por otros autores (Buceta, 1998; Cox, 2009; Jowett y Cock, 2003), se recomiendan que los programas de formación de entrenadores proporcionen información y habilidades para mantener relaciones efectivas con los deportistas (p.ej., comunicación).

En cuanto al rasgo Neuroticismo, como señalan Crespo y Balaguer (1994), los entrenadores han de soportar mucha presión (principalmente en el alto rendimiento): los horarios interminables, una gran responsabilidad, el trabajo que es poco seguro, la evaluación constante, la poca atención que le puede llegar a prestar a la familia, el blanco de opiniones de los demás porque todos se consideran expertos en el deporte, etc. Estos y otros aspectos pueden relacionarse a experiencias de estrés y *burnout* en el entrenador (Dimec y Kajtna, 2009). Al respecto, en la línea establecida con anterioridad, se sugiere el trabajo con un psicólogo del deporte para el aprendizaje de estrategias de autorregulación emocional con el objetivo de mejorar el rendimiento profesional y bienestar personal del entrenador (Cox, 2009; Buceta, 1998).

Además de los resultados anteriormente citados, el análisis correlacional entre las variables, confirman y complementan las conclusiones alcanzadas. Por un lado, como se ha comentado en este apartado, las altas correlaciones entre los años de experiencia deportiva y la edad de los entrenadores puede estar relacionada con un mayor bagaje personal y profesional (actitudes, experiencia y habilidades), aspectos positivos y

valorados en el contexto deportivo, aunque sólo correlaciona los años de experiencia y los rasgos de personalidad. Por otro lado, se obtiene una relación entre los años de experiencia con los rasgos Neuroticismo (correlación positiva) y Amabilidad (correlación negativa), y se observa una tendencia no significativa en el rasgo Extraversión (correlación negativa). Partiendo de los párrafos anteriores, estos datos sugieren que los años de experiencia puede ser un factor a tener en cuenta en el análisis de la personalidad del entrenador dada su tendencia a una mayor inestabilidad emocional y retraimiento social, aunque estos pueden desarrollar otras habilidades compensatorias como son una mayor capacidad de planificación, organización y gestión de la misma.

En general, estos resultados no cuestionan la importancia de la trayectoria deportiva del entrenador. Es más, los entrenadores de mayor experiencia podrían ser mentores de los de menor experiencia para transmitir conocimiento, experiencias y facilitar el aprendizaje de la profesión de entrenador (Dimec y Kajtna, 2009). Dentro de este proceso, el psicólogo del deporte podría complementar esta formación, y como se ha ido señalando, enseñarles habilidades psicológicas para la mejora de su labor.

En cuanto a la estructura de la personalidad de los entrenadores, el rasgo Responsabilidad se relaciona negativamente con el Neuroticismo. Este resultado puede sugerir que, por un lado, crear un contexto de trabajo con normas, orden y disciplina puede ofrecer un marco referencia que establezca emocionalmente al entrenador, y por otro lado, el aprendizaje de técnicas de autorregulación emocional (p.ej., relajación, autoinstrucciones...) puede que favorezca a la persona a que esté más centrado en las tareas a realizar y en su gestión personal.

También se ha obtenido una triple relación positiva entre los rasgos Extraversión-Amabilidad-Apertura a la Experiencia. En un contexto social como el deporte, en el que los entrenadores interaccionan regularmente con los deportistas y se producen múltiples acontecimientos deportivos (entrenamientos, viajes, competiciones, reuniones, etc.), puede generar sociabilidad, amabilidad y apertura en las personas.

En resumen, tras la revisión realizada y los resultados obtenidos en la presente investigación, se observa la necesidad de continuar investigando la personalidad de los entrenadores, ya que no se obtienen datos concluyentes. En general, los entrenadores de éxito son más amables (rasgo Amabilidad) y menos responsables (tendencia a la significación en el rasgo Responsabilidad) que la población normal de referencia, mientras que los entrenadores de más años de experiencia son menos amables (rasgo Amabilidad) y más inestables emocionalmente (rasgo Neuroticismo) que los de menos experiencia. Al respecto, se puede intuir que el hecho del ejercicio profesional y prolongado del rol del entrenador (nivel o categoría deportiva de los deportistas entrenados y los años de experiencia en su labor) puede acentuar cierto tipo de personalidad.

Como algunos posibles aspectos a mejorar y tener presente en futuras investigaciones, se sugiere ampliar la muestra de estudio, realizar un estudio longitudinal de la personalidad del entrenador, registrar conductas concretas de la labor del entrenador (p.ej., organización, planificación y gestión de la

tarea), analizar la trayectoria como entrenador y deportista (años de experiencia en el deporte profesional y/o *amateurs*), registrar la satisfacción del vínculo entrenador-deportista y el progreso del deportista (mejora técnica, táctica y psicológica y proyección deportiva).

Referencias

- Bermúdez, J. (1995). *Cuestionario "Big Five"*. Madrid: Tea Ediciones.
- Bloom, B.S. (1985) *Developing talent in young people*. New-York, Ballantine.
- Buceta, J. M. (1998). *Psicología del Entrenamiento Deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Caprara, G.V., Barbaranelli, C., Borgogni, L., Bucik, V., y Boben, D. (1997). *Model "velikih pet" - pripomočki zamerjenje strukture osebnosti. [Big Five model – instruments for measuring personality structure.]* Ljubljana: Produktivnost.
- Côté, J., Salmela, J.H., Trudell, P., Baria, A. y Rusell, S.J. (1995). The coaching model: A grounded assessment of expertise gymnastic coaches' knowledge. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 1-17.
- Crespo, M. y Balaguer, I. (1994). Las relaciones entre el deportista y el entrenador. En I. Balaguer (Dir.), *Entrenamiento psicológico en el deporte* (pp. 17-59). Valencia: Albatros.
- Colegio Oficial de Psicólogos de España (2011). *Inventario de personalidad NEO revisado*. Madrid: COP
- Costa, P. T. y McCrae, R. R. (1992). *Neo-PI-R: Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R)*. Odessa, F.L: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P.T., y McCrae, R.R. (2008). *Inventario de Personalidad NEO Revisado (NEO PI-R) e Inventario NEO Reducido de Cinco Factores (NEO-FFI)*. Madrid: TEA Ediciones
- Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones* (6ª ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Cunha, G., Mesquita, I., Moreno, P., Boletto, A., Tavares, T. y Silva, P. (2010). Auto percepción de las competencias profesionales de fútbol en función de la experiencia y de la formación académica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10 (1), 23-36.
- Dimec, T. y Kajtna, T. (2009). Psychological Characteristics of Younger and Older Coaches. *Kinesiology*, 41(2), 172-180.
- García-Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, 31 (3), 259-268.
- García-Naveira, A., Ruiz, R. y Pujals, C. (2011). Diferencias en personalidad en función de la práctica o no deportiva, nivel de competición y categoría por edad en jugadores de fútbol desde el modelo de Costa y McCrae. *Revista de Psicología del Deporte*, 20 (1), 29-44.
- García-Naveira, A. y Jérez, P. (2012). Departamento de Psicología del Club Atlético de Madrid: filosofía, programación y desempeño profesional en el Fútbol Base. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12 (1), 111-120.
- Jackson, B., Dimmock, J., Gucciardi, D. y Grove, J. (2011). Personality traits and relationship perceptions in coach-athlete dyads: Do opposites really attract?. *Psychology of Sport and Exercise*, 12 (3), 222-230.
- John, O. P., y Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality theory and research* (pp. 102-138). New York: Guilford Press
- Jowett, S. y Cock, I. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4 (4), 313-331.
- Kajtna, T., Baric, R.(2009). Psychological Characteristics of Coaches of Successful and Less Successful Athletes in Team and Individual Sports. *Review of Psychology*, 16 (1), 47-56.
- Lorimer, R. y Jowett, S. (2010). Feedback of information in the empathic accuracy of sport coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 12-17.
- Montero, I. y León, O. (2005). Sistema de clasificación del método en los informes de investigación en Psicología. *Internacional Journal of Clinical and Health Psychology*, 5(1), 115-127.
- Ogilvie, B. y Tutko, T. (1981). L'entraîneur et sa personnalité. *Jeunesse et sport*, 7, 157-159.
- Pérez, E. y Llamas, R. (2010). Aplicaciones de los conocimientos psicológicos en la iniciación deportiva. *Papeles del Psicólogo*, 31 (3), 269-280.
- Pérez, M. (1998). *Entrenadores de alto rendimiento deportivo: perfil de personalidad, formación y modelo de entrenamiento*. Tesis. Universidad de Barcelona.
- Pérez, M. (2002a). Caracterización del entrenador de alto rendimiento deportivo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2 (1), 15-37.
- Pérez, M. (2002b). Estudio cualitativo sobre entrenadores de alto rendimiento deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 11 (1), 9-33.
- Ruiz, R. (2004). *Análisis de las características psicológicas, deportivas y sociales en el deporte del Judo: Una propuesta teórica y metodológica para la predicción del rendimiento deportivo*. Tesis doctoral no publicada. Universidad Autónoma de Madrid, España.
- Ruiz, R. (2006). Diferencias de liderazgo en entrenadores de judo a nivel competitivo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6 (2), 21-38.
- Ruiz, R. (2012). Relaciones entre características de personalidad y estados de ánimo: un estudio con deportistas de combate universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7 (1), 89-112.
- Smith, R. y Smoll, F., (2006). Enhancing coach-athlete relationships: Cognitive-behavioral principles and procedures. En J. Dosil (Ed.), *The Sport Psychologist's Handbook* (19-37). Reino Unido: John Wiley & Sons.
- Sousa, C.,Cruz, J.,Vilandrich,C., y Torregrosa, M. (2007). Efectos del programa de asesoramiento personalizado a entrenadores (PAPE) en el compromiso de futbolistas jóvenes. Motricidad. *European Journal of Movement*, 19, 97-116.
- Tušak, M. y Tušak, M. (2001). *Psihologija športa [Sport Psychology]*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Tutko, T. y Richards, J. (1984). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Pila Teleña.
- Valdés, H. (1998). *Personalidad y Deporte*. Zaragoza: INDE.
- Weinberg R.S. y Gould D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico. (4ª Ed.)*. Madrid: Panamericana.