

Facultad de Psicología y Psicopedagogía.

Carrera: Psicología.

Trabajo de Integración Final:

“Rasgos narcisistas de personalidad en deportistas de alto rendimiento”

Dra. Lic. Brasesco, Maria Verónica.

Lic. Bergandi, Marcela.

Lic. Matellán, Silvina.

Alumna: Larrea Ugarte, Lucía

lulitalarrea@hotmail.com

INDICE

Agradecimientos..... 1

Resumen.....	2
Palabras claves.....	3
1. INTRODUCCION.....	4
2. MARCO TEORICO.....	6
2.1. DEPORTE	
2.1.1 Definición	
2.1.2. Origen y evolución.....	8
2.1.3. Tipos de deportes.....	11
2.2. EL DEPORTISTA DE ALTO RENDIMIENTO.....	13
2.2.1. Definición	
2.2.2. Características básicas	
2.3. PERSONALIDAD.....	15
2.3.1. Definición	
2.3.2. Rasgos de personalidad.....	18
2.3.3. Rasgos Narcisistas de personalidad.....	21

2.3.4. Relación entre Rasgos Narcisistas de Personalidad y el éxito deportivo.....	25
3. DEFINICION DE HIPOTESIS.....	27
3.1. Variable independiente	
3.2. Indicadores de la variable independiente	
3.3. Variable dependiente	
3.4. Indicadores de la variable dependiente	
4. OBJETIVOS DE INVESTIGACION.....	29
4.1. Objetivo General	
4.2. Objetivos específicos	
5. METODOLOGÍA.....	30
5.0. Diseño de Investigación	
5.1. Marco muestral	
5.1.1. Definición de caso	
5.1.1.1. Criterio de Inclusión	
5.2. Instrumentos.....	31
5.3. Descripción del campo.....	33
6. ANALISIS CUALITATIVO DE RESULTADOS.....	36
6.1. Personalidad de los deportistas de alto rendimiento que practican vela	

6.2. Autoestima de los deportistas que practican vela.....	38
6.3 Capacidad empática en los deportistas de alto rendimiento que practican vela.....	39
6.4 Comportamientos o actitudes arrogantes y soberbias en deportistas que practican vela.....	40
6.5 Logros, capacidades y fantasías de éxito ilimitado en deportistas de alto rendimiento.....	41
7. DISCUSION DE LOS RESULTADOS.....	42
8. CONCLUSIONES.....	48
9. BIBLIOGRAFIA.....	53

ANEXO.....
56

-INSTRUMENTOS

-Prueba piloto

-Guión de la entrevista semidirigida a Deportista
de Alto Rendimiento

-Dibujo Libre..... 58

-Test de las dos *personas*

-Trabajo *de*
campo..... 59

-Guión de la entrevista semidirigida a Psicólogo
Deportivo

-Guión de la entrevista semidirigida a Entrenador 63

AGRADECIMIENTOS

Quiero dedicar unas palabras de reconocimiento hacia quienes directa o indirectamente me han acompañado a lo largo de este trabajo de investigación.

En primer lugar quiero agradecer profundamente a mi padre, Alberto, por haberme dado la posibilidad de estudiar, el ha “*sponsoreado*” gran parte de mi carrera. De la misma manera, quiero agradecer a mi madre, Ana, por el apoyo afectivo incondicional que en todo momento recibí de ella, como también de mi hermano, mi novio y mis amigos en general.

En segundo lugar quiero agradecer a la Dra. Lic. María Verónica Brasesco, Lic. Marcela Bergandi, Lic. Silvina Matellán y al Dr. Lic. Jorge Garzarelli quienes me guiaron, me motivaron y me ayudaron enormemente a realizar mi trabajo de integración final.

Finalmente, quiero resaltar el rol de varias personas que me permitieron investigar sobre esta temática. Agradecerles a los deportistas de alto rendimiento que incondicionalmente me ayudaron con sus aportes y también agradecerles a los profesionales que muy amablemente me brindaron sus conocimientos y experiencias para llevar a cabo mi trabajo de integración final.

RESUMEN

El siguiente trabajo presenta en estudios, el predominio de rasgos narcisistas de personalidad en deportistas de alto rendimiento que practican vela como deporte individual. Se parte del supuesto básico que los rasgos narcisistas son promotores de la participación y éxito deportivo del sujeto.

Se tomaron las conceptualizaciones de autores internacionales tales como Gordon Allport, Sigmund Freud, Alejo García Naviera, J.D Lawther, R.H Cox, Theodore Millon, Aliño López-Ibor, Juan J. & Valdés Miyar; y de autores nacionales como Jorge Garzarelli, para acotar el marco teórico de la investigación.

PALABRAS CLAVES

Rasgos narcisistas de personalidad. Deportistas de alto rendimiento. Vela.

Deporte individual. Éxito deportivo.

1. INTRODUCCION

Este trabajo nace del deseo de saber si en deportistas de alto rendimiento que practican vela de manera individual predominan rasgos narcisistas de personalidad.

Una de las motivaciones primordiales de este trabajo surge de la carencia de contenidos relacionados con la Psicología del deporte a lo largo del plan de estudios; pero que a través de la búsqueda personal logramos conectarnos con el contenido esencial de la misma y consideramos viable la aplicación de este encuadre con deportistas de alto rendimiento.

Bajo estas características, el planteo de la pregunta problema sería el siguiente: ¿Predomina en los deportistas de alto rendimiento que practican vela como deporte individual rasgos narcisistas necesarios para alcanzar el éxito deportivo?

Para poder aproximarnos a la pregunta anterior, nos pusimos en contacto con deportistas de alto rendimiento que practican dicho deporte. Esto significó la administración de técnicas psicológicas (Test de las dos Personas, Bernstein; Dibujo Libre y entrevista semidirigida) a ocho deportistas de elite.

Esta prueba piloto nos permitió acercarnos a la idea de que estos sujetos presentan rasgos narcisistas de personalidad, llegando así a formular la pregunta inicial del trabajo.

Del mismo modo, se propone el concepto de rasgos de personalidad como unidad de análisis, que se los define como aquéllas características duraderas que describen el comportamiento de un individuo. Los rasgos de [personalidad](#) son los causantes de que el [individuo](#) piense, sienta y actúe de una forma determinada haciéndole diferente al resto de individuos.

El DSM-IV define los rasgos de personalidad como "patrones persistentes de formas de percibir, relacionarse y pensar sobre el entorno y sobre uno mismo que se ponen de manifiesto en una amplia gama de contextos sociales y personales".^[1]

En el presente estudio, se pretende demostrar que ciertos rasgos de personalidad, como por ejemplo rasgos narcisistas de personalidad son comunes a los deportistas de alto rendimiento y que estas características les son necesarias para que el mismo logre ser exitoso y destacado.

En la literatura publicada en los años '60 lo dicho anteriormente se expresa con claridad, ya que allí se expone que determinados rasgos de personalidad (por ejemplo el grandioso sentido de auto importancia, actitudes soberbias, extroversión y estabilidad emocional) moderan y están positivamente asociadas con la participación y éxito deportivo.

Estas y otras interrogantes se fueron presentando, ampliando tanto el margen de las posibles especulaciones, surgiendo "la personalidad" como un tema tan extenso que fue necesario acotar el objeto de este trabajo por la inconmensurabilidad del mismo, por la imposibilidad real de la variable tiempo y por el simple hecho de obtener una mayor y precisa claridad conceptual y expositiva.

2. MARCO TEORICO

2.1. DEPORTE

“Esfuerzo corporal más o menos vigoroso realizado por el placer y recreación de la actividad misma y practicado por lo general de acuerdo con formas tradicionales o conjunto de reglamentaciones.”

John D. Lawther (1997).

2.1.1 Definición

Se define el deporte etimológicamente como (disporte) dis y portare que significa sustraerse al trabajo.

Jacques May y Paul Soucho dieron una definición de deporte que decía lo siguiente: *“El deporte es una lucha y un juego”*.^[2]

El juego es la principal manifestación del deporte, este ha de ser una actividad libre, desinteresada y atractiva. Libre, pues debe ser elegida espontáneamente sin que nadie coaccione a ello. Desinteresada, porque hay una gran satisfacción en el desarrollo de la actividad. También, además de ser una actividad lúdica, tiene una intención competitiva.

Los deportes de competición se establecen bajo un criterio de normas, reglamentaciones que implican la superación de un elemento, ya sea humano (deportista o equipo rival) o físico (distancia, tiempo u obstáculos).

“El hombre así demuestra su poder y su anhelo de mejorarse en forma constante, superando cada vez más sus “ranking”. Con este tipo de competencia se sostiene al mismo tiempo antiguas y oscuras vivencias que yacen en el inconsciente de los atletas y que se han transmitido tanto física

como psicológica y socialmente por medio de la práctica deportiva y en el cumplimiento de sus reglas y condiciones”.^[3]

2.1.2 Origen y evolución

Se puede considerar al deporte como una de las actividades principales del ser humano. Sin ninguna duda casi todos los pueblos del mundo tienen determinados tipos de deporte, mitos, juegos, leyendas que conservan diferentes situaciones origen histórico que hacen al folklore del país. Por lo tanto, podríamos leer que los deportes de cada pueblo representan el origen y evolución del país. De modo tal, podríamos preguntarnos si existe alguna correlación entre los deportes de los pueblos más antiguos y si cuan más evolucionado es un pueblo más complejo serían sus juegos y deportes.

Autores como Garzarelli sostienen que “esta correlación no se sostiene ya que existen civilizaciones avanzadas que practican antiguos deportes. Una posible explicación es que la magia que ejercen los antiguos deportes sobre los pueblos evolucionados, están en relación directa con la psicología de los mismos, la que contiene estructuras profundas de origen y de situaciones que hacen al sostenimiento de las estructuras de esas sociedades”. [\[4\]](#)

De esta manera, podríamos preguntarnos acerca de la finalidad que tendrían los deportes dentro de una sociedad.

Hasta los pueblos más antiguos se han ido relacionando con la práctica de la actividad deportiva, ya que está a su vez, se inicio destacándose con el nacimiento del ejercicio de destrezas físicas y psicológicas que actuaron al servicio de la supervivencia, lo que se denomina en el enfoque psicoanalítico "pulsión de auto conservación". La pulsión de auto conservación “es el conjunto de las necesidades ligadas a las funciones corporales que se precisan para la conservación de la vida del individuo; su prototipo viene representado por el hambre”. [\[5\]](#)

Quizás un ejemplo muy claro de este instinto es la necesidad en la prehistoria de correr para huir de ciertos animales; saltar para atravesar o alcanzar obstáculos; cruzar nadando o con balsas cursos de agua, lanzar armas como flechas para la caza o luchar cuerpo a cuerpo para su defensa; todo esto ya sea por motivos territoriales, religiosos o políticos.

Muchas de estas conductas pudieron dar origen a lo que hoy en día se llama deportes y algunos en específico generados por imitación. Como expone el Dr. Garzarelli, es necesario destacar que “es posible que los orígenes del deporte surjan con la aparición misma del hombre y sus distintas necesidades como por ejemplo ser eficaces en el sostenimiento de reglas, cubrir recreaciones personales y sociales, sublimar actividades competitivas agresivas para mantener el equilibrio social, sostener la salud y la confianza en si mismo, mostrar alegría del vivir, fomentar lo placentero, mostrar el arte que deviene del cuerpo en movimiento, educar a los más pequeños y a los jóvenes, sostener tradiciones, mantener y mejorar las pautas morales, obtener honores y consideraciones por parte de la comunidad a la que pertenecen y a otras, servir para el ingreso a la edad adulta, entendiendo a ciertos deportes como ritos de iniciación o ante nacimientos, casamientos, muertes, mantener el honor de la nación, etc” .^[6]

A esta larga lista se le podrá añadir el estímulo innato que produce el placer de realizar deportes, placer que “obliga” a continuar practicándolo.

2.1.3. Tipos de deportes

En esta investigación decidimos discriminar los tipos de deportes según la cantidad de participantes. La participación en uno u otro dependerá en su mayoría de los rasgos de personalidad del sujeto acorde a pertenecer a un grupo o a participar individualmente.

Se puede competir con uno mismo superando sus propias marcas, o las de otros deportistas, se puede competir individualmente o grupalmente, esto hace la diferencia entre un deporte grupal o individual.

Los deportes grupales o colectivos son aquellos deportes en donde participan equipos que se enfrentan para jugar a cierto deporte. Estos equipos tienen que tener una táctica, una técnica individual, una situación de ataque, defensa, cooperación y oposición para desarrollar su juego. Así como un espacio, una comunicación eficaz y reglas.

Los deportes individuales son aquellos en los que el practicante se encuentra solo, donde ha de vencer dificultades con relación a un tiempo, una distancia, o ejecuciones técnicas.

Butt (1987) y Nieman y George (1987) resumen adecuadamente las características encontradas en los estudios realizados hasta entonces, al señalar que “los deportistas individuales se caracterizan por ser más estables emocionalmente e introvertidos, frente a deportistas de deportes colectivos que se caracterizan solamente por la mayor extroversión”.^[7]

Un estudio que merece ser destacado es el Schurr, Ashley y Joy (1977) los cuales indican que los deportistas de deportes colectivos se caracterizan por ser más ansiosos, dependientes y extrovertidos y menos imaginativos al ser comparados con deportistas de deportes individuales. Contrariamente, Wong, Lox y Clark (1993), O’Sullivan, Zuckerman y Kraft (1998) y Jones y

Hanton (2001) indican que los deportistas de equipo presentaban menores índices de ansiedad-estado y una mayor confianza en sus habilidades.

Sin embargo, desde nuestro punto de vista, resulta prácticamente imposible establecer conclusiones satisfactorias, ya que se observa que existen características únicas de los deportistas de alto nivel, mientras esto debe ser mejor estudiado y explorado en futuras investigaciones, sugiriendo que este aún es un campo grande para ser explorado en futuros estudios.

Es así como creemos pertinente resaltar que para realizar este trabajo nos debimos enfocar en una sola modalidad deportiva: deportistas que participan en un deporte individual: deportistas de alto rendimiento que practican vela, que compiten en un velero monotipo olímpico llamado "Laser" para así reducir la cantidad de variables presentes en las diferentes modalidades deportivas. Por ellos, enfocamos nuestra atención en los rasgos de personalidad narcisista que vimos presentes en la prueba piloto realizada.

2.2. EL DEPORTISTA DE ALTO RENDIMIENTO

2.2.1 Definición

Se entiende por Deporte de Alto Rendimiento aquel que tiene como objetivo lograr a largo plazo, y en una disciplina deportiva específica, elevados resultados a nivel internacional.

“Se considera deportista de Alto Rendimiento a aquella persona dotada de talento o de condiciones necesarias en los aspectos de habilidades técnicas, capacidades físicas, constitución física y cualidades psicológicas en una disciplina deportiva específica, desde su comienzo en la etapa de iniciación hasta su arribo a la etapa de la maestría deportiva, con el objetivo de alcanzar los mayores resultados a nivel internacional”.^[8]

2.2.2 Características básicas

En la determinación de los elementos básicos para diferenciar al deportista, destacaríamos aquellos que previsiblemente tienen un componente hereditario y psicológico.

Para ello, nos enfocaremos en lo expuesto por Riera, donde los principales elementos que permiten identificar a los deportistas son:

- “Las características físicas y biológicas: como la fuerza explosiva, la fuerza máxima, la fuerza prolongada, la flexibilidad, la dominancia lateral, la altura y el peso contribuyen a la adaptación al medio y a responder con precisión, rapidez y con intensidad adecuada a los requerimientos del entorno deportivo.
- Las aptitudes intelectuales espacial, mecánica, emocional, numérica y abstracta son esenciales para encontrar soluciones rápidas y eficaces ante la incertidumbre de las diversas situaciones deportivas.
- Los rasgos de la personalidad del deportista como la extraversión,

emocionabilidad y dureza mental intervienen en la elección del deporte, la persistencia en el entrenamiento y en el afrontamiento de las situaciones adversas”.^[9]

2.3 PERSONALIDAD

2.3.1 . Definición

Butt (1987), Cox (1993), Weinberg y Gould (1995) entre otros consideran a “la personalidad como un conjunto de características psicológicas que sumadas, comprenden el carácter único de cada individuo”.^[10]

En cualquier caso se hace necesario referirnos a la definición de personalidad que más ha sobrevivido a los cambios durante los años, la de Allport (1937) el cual indica que la personalidad es “la organización dinámica de sistemas psicofísicos del individuo que determinan ajustes únicos en su ambiente. La característica dinámica de esta organización que es la personalidad, tiene que ver con los conceptos de desarrollo, cambio, motivación y autorregulación”.^[11]

Nos parece importante mencionar que la palabra psicofísico nos entrega la afirmación de que la personalidad no es exclusivamente mental ni física (o neural). Según el autor, “la organización reúne la actividad del cuerpo y de la mente, que se dan inextricablemente en una unidad personal”.^[12]

En síntesis, nuestra definición de personalidad es que la misma es una estructura con características propias, donde la forma en que las cosas se mantienen unidas siempre es desarrollándose y cambiando. Además, este atributo humano tendría que ver con los que nos mueve a actuar (motivación) y el como donde y porque hacerlo (autorregulación).

Nuestra definición indica que la personalidad es de naturaleza cambiante: organización dinámica; que es algo interno, no de apariencia externa; que no es exclusivamente mental, ni exclusivamente neurológica, sino que su organización exige el funcionamiento de mente y cuerpo como unidad; que los sistemas psicológicos son tendencias determinantes que dirigen y motivan la acción; que la conducta y el pensamiento son características de cada individuo

y que en ellos se refleja su adaptación al ambiente, a la vez que son formas de acción sobre el.

En la génesis de toda personalidad se encuentran elementos de origen hereditario y elementos de origen ambiental.

La herencia, proporciona una constitución física y genética, mediante las cuales se va a captar el mundo y a responder ante el.

El ambiente, proporciona elementos de interpretación, pautas para dar significado a los estímulos, y determinar formas de respuestas.

La influencia simultánea de lo hereditario y lo ambiental a través del tiempo y del espacio, van dando origen y determinando la personalidad.

El individuo no nace con una personalidad determinada, sino con cierta dotación que condicionara, en parte, el desarrollo posterior.

Por lo tanto, nos parece importante destacar que la personalidad se conquista, se hace, se construye, ya que las condiciones heredadas se complementan y se transforman a través de la experiencia, el aprendizaje, la educación, el trabajo, la fuerza de voluntad, la convivencia y el cultivo de la persona.

Así es como llegamos a decir que la personalidad es la suma total de las disposiciones biológicas, adquiridas, impulsos e instintos hereditarios, formando así a nuestro ser global, lo que somos y podemos ser.

La personalidad interactúa con el medio, el entorno y entonces se modifica. Es el resultado de las interacciones, de un proceso que trasciende al individuo. No se la puede pensar como algo estático a lo largo del tiempo, es decir que para comprenderla se requiere de un análisis del contexto.

Por ejemplo un deportista puede ser muy optimista y poseer una elevada auto confianza en un determinado momento, pero al pasar por un conflicto familiar esta podría ser modificada. Por lo tanto, la personalidad no se la debe pensar como algo estático, más bien se la debe comprender como algo dinámico y fluctuante.

2.3.2. Rasgos de personalidad

La persona se muestra al mundo como un conjunto de *rasgos* físicos, que cambian en forma sucesiva, y de una gran variedad de conductas, que tienen una continuidad en el tiempo, en relación con las distintas situaciones que debe enfrentar; y también intuitivamente los fenómenos son captados como emanados de una unidad. Esta unidad es cambiante y representa a la persona concreta que es.

Existe pues, una consistencia interna de las formas de actuar; porque todos tenemos expectativas sobre el comportamiento de los otros, esperando una cierta constancia o estabilidad más o menos específicas en su manera de responder frente a distintas situaciones.

Estas características de las personas se consideran cualidades o rasgos, que se infieren de su forma de comportarse que se han observado y que permanecen invariables.

Por lo tanto, tomando a Allport, “un rasgo se puede definir en función a la constancia o repetición de su presencia en la conducta de un sujeto, y de su estabilidad en el tiempo.

Los rasgos, no son más que las disposiciones persistentes e internas que hacen que el individuo piense, sienta y actúe, de manera característica, haciéndole diferente al resto de individuos” ^[13]

Según Nuttin, “hay rasgos que se refieren a los aspectos formales del comportamiento y de la personalidad (como la inteligencia, la habilidad, la estabilidad, o la actividad). Otros rasgos que se relacionan con las opiniones, los intereses, son los rasgos que se refieren a las actitudes de un sujeto frente al mundo, es decir, a su ideología y su forma de ver el mundo.

Algunos rasgos son comunes a todos los hombres y otros distintivos, hay rasgos superficiales y otros más profundos, como así también manifiestos y latentes; y las diferencias culturales también desempeñan un importante rol en determinadas circunstancias.

Por ejemplo, en sociedades competitivas (ejemplo en un grupo deportivo) el rasgo competitivo es producto de la cultura porque se prioriza el rendimiento, la ambición, el éxito o el poder” ^[14]

Los teóricos de los rasgos (Raymond Cattell, Hans Eysenck) rechazan la idea sobre la existencia de unos cuantos tipos muy definidos de personalidades. Señalan que la gente difiere en varias características o rasgos, tales como, dependencia, ansiedad, agresividad y sociabilidad. Todos poseemos estos rasgos pero unos en mayor o menor grado que otros.

Tomaremos lo expuesto por Cattell para poder clasificar los rasgos en rasgos cardinales, centrales y secundarios:

“Rasgos cardinales: Son tan generales que influyen en todos los actos de una persona. Un ejemplo de ello podría ser una persona tan egoísta que prácticamente todos sus gestos lo revelan.

Rasgos Centrales: Son observables en el comportamiento. Ejemplo, una persona agresiva tal vez no manifieste este rasgo en todas las situaciones.

Rasgos secundarios: Son atributos que no constituyen una parte vital de la persona pero que intervienen en ciertas situaciones. Un ejemplo de ello puede ser, una persona sumisa que se moleste y pierda los estribos”. [\[15\]](#)

Esta clasificación nos permite decir que toda personalidad esta atravesada, compuesta por la suma de distintos rasgos, conformando así la subjetividad, individualidad y por lo tanto la personalidad característica de cada sujeto.

2.3.3 Rasgos Narcisistas de personalidad

Sin duda no es una tarea sencilla sintetizar un concepto de *narcisismo* que sea abarcativo de los propios desarrollos de Freud, y que incluya algunos aportes de otros autores.

Lo que sí sabemos es que este concepto nace del joven Narciso, personaje de la mitología griega quien al descubrir su reflejo en el agua, se deslumbró con la belleza de la imagen, y al tratar de besarla se precipitó de cabeza en la fuente, siendo esto la causa de su inmediata muerte.

El mito de Narciso no es un simple relato de autoerotismo excesivo, sino de ausencia de interacción social.

Freud define al narcisismo como una "colocación de la libido", como "la investidura libidinal del yo". ^[16]

La libido en tanto energía sexual, haciendo una clara diferenciación entre libido yóica y la libido de objeto, distinción importante para comprender la diferenciación entre narcisismo primario y secundario.

El narcisismo como "estadio intermedio entre autoerotismo y amor de objeto", sería el narcisismo primario, que se puede observar mediante la actitud de los padres hacia el niño. Estos atribuyen al niño todas las perfecciones, y este hecho reflejaría que ellos están viviendo una reaparición de su propio narcisismo primario, que esta vez se manifiesta trasmutado al amor de objeto.

El narcisismo secundario en tanto, " nace por replegamiento de las investiduras de objeto " por lo que es necesario que el niño haya alcanzado el amor objetal. ^[17]

Tomando en cuenta las definiciones anteriores, creemos necesario crear nuestra propia definición de lo que es una personalidad narcisista, ya que en este trabajo le damos consistencia a este tipo de personalidad en deportistas de alto rendimiento.

Definiremos al sujeto narcisista como personas necesitadas de adulación y reconocimiento, se sienten insuperables y especiales y por esto mismo las reglas no se aplican a ellos, por lo cual demandan un trato preferencial.

Estas son algunas de las características de las personas narcisistas, quienes se sienten elegidas para estar en la cima de cualquier grupo humano y que se desploman ante cualquier crítica, guardando fácil rencor hacia quienes se atreven a impugnarlos.

Creemos importante destacar que los rasgos narcisistas de personalidad están en cualquier persona. A todos nos gusta recibir un halago y si nos critican nos puede doler, pero esto se supera, porque una persona normal es resiliente a estas situaciones, es decir, se recupera y sigue adelante.

Los problemas se producen cuando estos rasgos se exageran y el individuo se siente superior a todos y demanda un reconocimiento constante de los demás.

Es esto lo que creemos que ocurre en algunos deportistas de alto rendimiento que practican vela como deporte individual: estos están atravesados por el excesivo individualismo, culto a lo privado, ansia de éxito, de imagen y de poder, quedando atrás la solidaridad.

El DSM-IV-TR Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales define a este tipo de personalidades atravesadas por un "patrón general de grandiosidad (en la imaginación o en el comportamiento), una necesidad de admiración y falta de empatía, que empiezan al principio de la edad adulta y que se dan en diversos contextos como lo indican cinco o más de los siguientes ítems:

- 1- Grandioso sentido de auto importancia (ej. Exagera los logros y capacidades, espera ser reconocido como superior, sin unos logros proporcionados)

- 2- Preocupado por fantasías de éxito ilimitado, poder, brillantez, belleza o amor imaginarios.
- 3- Cree que es “especial” y “único” y que solo puede ser comprendido por, o solo puede relacionarse con otras personas (o instituciones) que son especiales o de alto status.
- 4- Exige una admiración excesiva.
- 5- Es muy pretencioso, por ejemplo tiene expectativas irrazonables de recibir un trato de favor especial o de que se cumplan automáticamente sus expectativas.
- 6- Es interpersonalmente explotador, por ejemplo saca provecho de los demás para alcanzar sus propias metas.
- 7- Carece de empatía: es reacio a reconocer o identificarse con los sentimientos y necesidades de los demás.
- 8- Frecuentemente envidia a los demás o cree que los demás le envidian a el.
- 9- Presenta comportamientos o actitudes arrogantes o soberbias”.^[18]

2.3.4. Relación entre Rasgos Narcisistas de Personalidad y el éxito deportivo

Partiendo de nuestra prueba piloto, podemos decir que los rasgos narcisistas de personalidad fomentan y le permiten al deportista llegar al éxito deportivo.

Nos referimos al éxito deportivo como aquellos objetivos y metas que el deportista aspira a llegar. Estos objetivos pueden ser varios, según el nivel de aspiración del deportista (ej. ganar una regata de su propio club, participar en un sudamericano, mundial, olimpiada, o ganar en los mismos eventos).

Para que el deportista de alto rendimiento alcance el éxito, hace falta que el mismo logre el mejor rendimiento físico y mental al momento de la competencia, desarrolle mecanismos de autocontrol emocional, identifique y jerarquice problemas e incorpore y perfeccione habilidades para superar el estrés.

El deportista con una personalidad narcisista tienen un sentido de superioridad y una creencia exagerada en su propio valor o importancia, lo cual se llama "grandiosidad". La persona con este tipo de personalidad puede ser extremadamente sensible al fracaso, a la derrota o a la crítica y, cuando se le enfrenta a un fracaso para comprobar la alta opinión de sí mismos, pueden ponerse fácilmente rabiosos o gravemente deprimidos. Como creen que son superiores en las relaciones con los otros, esperan ser admirados y, con frecuencia, sospechan que otros los envidian.

Del mismo modo nos hacemos una pregunta que será crucial en esta investigación: ¿Narcisismo dentro de la normalidad?

Seguro que hay una buena dosis de narcisismo, tan necesaria en los deportistas de elite, pero que en su caso facilita que tienda a ser muy protagonista y menos jugador de equipo.

Julietta Paris, psicóloga deportiva, indica que hay que definir bien los términos. "Es importante diferenciar narcisismo de trastorno narcisista de la personalidad. El primero se refiere a una serie de rasgos que incluyen la admiración por uno mismo y el segundo aparece cuando la persona sobreestima sus habilidades y tiene una necesidad excesiva de admiración y afirmación".^[19]

Sin embargo, en deportistas de elite, predomina un narcisismo positivo, de una fuerte autoestima y auto confianza y que favorece su rendimiento en el deporte. Desde nuestro punto de vista, y por lo observado en la prueba piloto, predomina el éxito de aquellos deportistas con rasgos narcisistas antes que en

aquellos que no los tienen. Por lo tanto podemos hablar de un narcisismo positivo en los deportistas como una circunstancia que mejora su rendimiento.

3. DEFINICION DE HIPOTESIS

En los deportistas de alto rendimiento que practican vela predominan rasgos narcisistas de personalidad siendo los mismos promotores de la participación y éxito deportivo del sujeto.

3.1. Variable independiente

Deportistas de alto rendimiento que practican vela.

3.2. Indicadores de la variable independiente

3.2.1. Concentración

3.2.2. Motivación

3.2.3. Liderazgo

3.2.4. Frustración

3.2.5. Aislamiento

3.3. Variable dependiente

Rasgo de personalidad narcisista promotores de la participación y éxitos deportivo del sujeto.

3.4. Indicadores de la variable dependiente

3.4.1. Autoestima consistente y bien conformada.

3.4.2 Carencia de empatía en los deportistas que practican vela.

3.4.3 Comportamientos o actitudes arrogantes o soberbias en los deportistas de alto rendimiento.

3.4.4 Fantasías de éxito ilimitado, donde se exageran los logros y capacidades, llegando así a metas no demasiado acordes con la realidad.

4. OBJETIVOS DE INVESTIGACION

4.1 Objetivo general

El objetivo general es investigar si los deportistas de alto rendimiento que practican “vela” como deporte individual tienen rasgos narcisistas de personalidad que son promotores de la participación y éxitos deportivos del sujeto.

4.2 Objetivos específicos

4.2.1 Investigar la personalidad de los deportistas que practican vela.

4.2.2 Investigar la autoestima de los deportistas que practican vela.

4.2.3 Indagar la capacidad empática de los deportistas que practican vela.

4.2.4 Indagar si estos deportistas presentan comportamientos o actitudes arrogantes o soberbias.

4.3.5 Indagar si estos deportistas están preocupados por fantasías de éxito ilimitado y de poder donde se exageran los logros y capacidades, llegando así a metas no demasiado acordes con la realidad.

5. METODOLOGÍA

5.0. Diseño de investigación

El diseño de investigación utilizado para llevar a cabo los objetivos propuestos es el exploratorio descriptivo de Diseño Transversal. Utilizamos entrevistas semidirigidas a informantes claves y aplicamos técnicas cualitativas a deportistas de alto rendimiento. El mismo fue seleccionado teniendo en cuenta las variables a evaluar y los objetivos a alcanzar.

5.1. Marco muestral

Se incluyen 6 casos en una muestra no probabilística, porque los sujetos seleccionados del subgrupo de la población no dependen de la probabilidad sino de las características de la investigación (Sampieri, 2004).

5.1.1. Definición de caso

5.1.1.1. Criterio de Inclusión

En esta investigación se considera caso a un profesional (psicólogo, especialista en psicología del deporte) con más de cinco años de experiencia, con el fin de apoyar y guiar psicoterapéuticamente a deportistas de alto rendimiento, psicólogo del comité olímpico argentino; entrenador ("coach") con experiencia de 5 años como mínimo en el área del deporte de alto rendimiento, entrenador de "vela" del comité olímpico argentino; deportistas de alto rendimiento que practican vela entre 20 y 35 años que estén seleccionados por el comité olímpico argentino.

5.2. Instrumentos

Se realizó una prueba piloto para poder aproximarnos a la

pregunta problema. Para ello, nos pusimos en contacto con deportistas de alto rendimiento que practican vela. En esta prueba aplicamos técnicas cualitativas a deportistas de alto rendimiento.

Esto significó la administración de técnicas psicológicas (Test de las dos Personas, Bernstein; Dibujo Libre y entrevista semidirigida, de dieciséis preguntas) a cinco deportistas de élite.^[20] (Ver anexo: Instrumento, página Nro. 54)

La prueba piloto nos permitió acercarnos a la idea de que estos sujetos presentan rasgos narcisistas de personalidad, llegando así a formular la pregunta inicial del trabajo.

Se realizaron entrevistas semidirigidas a psicólogos especialistas en deporte, integrantes del comité olímpico argentino y a entrenador del comité olímpico argentino de vela, con el fin de dar respuesta a los todos los objetivos planteados (Ver anexo: Instrumento, página Nro. 57).

5.3. Descripción del campo

Asistimos al Club Náutico San Isidro, el día 27 de Marzo del 2010, en el horario de 18:00 a 20:00 horas. Aquí nos reunimos con uno de los deportistas de alto rendimiento: Miguel.

Luego de presentarnos y explicarle el motivo por el cual deseábamos reunirnos nos pusimos a trabajar.

Comenzamos la prueba piloto administrando la técnica dibujo libre. Miguel no presento resistencias ante la misma, y pudo continuar con su trabajo sin inconvenientes. A continuación, llevamos a cabo el test de las dos personas. Una vez terminada esta parte (la administración de las técnicas) llevamos a cabo la entrevista semidirigida.

La reunión duro aproximadamente de una hora cuarenta y cinco minutos, de las cuales la primera parte abarco una hora, y los restantes cuarenta y cinco minutos fueron de entrevista semidirigida.

El 29 de Marzo del 2010 a las 18.30hs, asistimos al Yacht Club Argentino. Allí se encontraban Daniel y Cruz, deportistas de alto rendimiento practicantes de vela.

Con ellos llevamos a cabo el mismo plan de trabajo que presentamos anteriormente (prueba piloto), a diferencia que al ser ahora dos sujetos, la administración de las técnicas y la entrevista semidirigida llevaron mas tiempo y su administración fue mas compleja. Estuvimos reunidos allí de 18.30 a 21 horas.

En cuanto a la disponibilidad de los deportistas, ellos se mostraron muy predispuestos a colaborar, llegando a acordar muy rápidamente las reuniones con cada uno de ellos.

Luego de haber realizado esta prueba piloto a tres deportistas de alto rendimiento que practican vela nos pusimos a trabajar sobre nuestra pregunta problema.

Con respecto al trabajo de campo propiamente dicho, el mismo fue realizado en dos etapas.

La primera etapa consistió en realizar las entrevistas semidirigidas. Las mismas fueron realizadas a dos Psicólogos Deportivos del comité olímpico de Vela y a un Entrenador (“coach”) del mencionado comité. Las reuniones fueron por separado y con cada uno de los profesionales.

Para la primera entrevista con uno de los Psicólogos Deportivos, nos reunimos en el CENARD el 18 de Mayo del 2010 a las 10 horas. Nuestra reunión finalizó a las 11.10 horas.

El 19 de Mayo del 2010 nos encontramos a las 18 horas con uno de los entrenadores del comité olímpico argentino de vela en el mismo establecimiento nombrado anteriormente. La duración de esta entrevista fue de alrededor una hora y cinco minutos.

Nuestra próxima entrevista fue pautada para el día 21 de mayo del 2010 con el otro Psicólogo Deportivo. Nos encontramos con el en un café cerca de su consultorio. La duración de esta entrevista fue de alrededor una hora treinta minutos.

Nos pudimos contactar con dichos informantes gracias a la colaboración de un deportista de alto rendimiento que fue evaluado en la prueba piloto. A través de él, logramos contactarnos (vía telefónica) con los entrevistados y así programar nuestros encuentros.

Tanto los psicólogos como el entrenador se mostraron muy colaboradores ante nuestra necesidad, de modo tal que nos ofrecieron ir a observar y vivenciar un día de entrenamiento en el Río de la Plata.

El sábado 22 de Mayo del 2010 nos reunimos a las 11 horas en el Club Náutico Olivos. Allí se encontraban un entrenador, cinco deportistas y uno de los psicólogos deportivos. Nos invitaron a subirnos a un gomón de apoyo y zarpamos a vivenciar el entrenamiento.

El entrenamiento consistió de varios ejercicios. Uno de ellos fue para agilizar el movimiento de los deportistas en el barco (ya que es un barco monotipo pequeño de 4.20 metros). Luego, otra de las actividades de entrenamiento fue correr regatas entre ellos. Allí podíamos observar directamente la competencia, el egoísmo y narcisismo positivo presente y necesario para el éxito deportivo. Luego de un día largo pero rico en observaciones retornamos al club a las 17 horas.

En cuanto a la disponibilidad, el entrenador y los psicólogos se mostraron muy dispuestos a colaborar, llegando a acordar muy rápidamente las reuniones con cada uno de ellos.

También volvieron a mostrar la misma predisposición al reunirnos con ellos.

6. ANALISIS CUALITATIVO DE RESULTADOS

6.1. Personalidad de los deportistas de alto rendimiento que practican vela

Los entrevistados coinciden en que la personalidad del deportista varia en función a si navegan solos o si navegan acompañados.

La característica de los navegantes que navegan solos suele ser bastante diferente porque tienen que construir una personalidad donde ellos son los únicos referentes que tienen al momento de la competencia, por lo tanto, en líneas generales, la personalidad del deportista individual es equilibrada, fuerte, consistente y flexible. “El deportista individual debe construir una personalidad para poder soportar los momentos adversos, para ello es clave una personalidad flexible, sólida y fuerte”.

La personalidad del deportista también está conformada y sostenida por una autoestima fuerte, firme, estable y flexible. Para ello, es necesario que el mismo tenga una buena porción de narcisismo, esto le permitirá mantener y cumplir con los objetivos del alto rendimiento y llegar así al éxito deportivo. “Los

deportistas del alto rendimiento tienen que construir una personalidad narcisista para poder ser exitosos en el alto rendimiento, “en la formación diversa, en un abanico de muchas áreas que necesita para poder estar en ese lugar. En el alto rendimiento no alcanza solamente con estar bien físicamente, no alcanza con estar fuerte técnicamente, el deportista tiene que estar muy fuerte mentalmente, psicológicamente”. Para ello hace falta una fuerte, sólida, estable autoestima.

Los entrevistados coinciden en que los buenos deportistas son desafiantes, exigentes con si mismos, saben escuchar, convierten los momentos difíciles en desafíos, tienen la habilidad de poder recuperarse de momentos difíciles.

Algunos de los profesionales además sostienen que estos deportistas son “seguros, orientados a si mismos, omnipotentes, dedicados, temperamentales, responsables, egocéntricos, fuertes, constantes y por sobre todo resilientes”.

Como resultado de las diferentes entrevistas, afloró como común denominador que los deportistas tienen rasgos narcisistas de personalidad. De la misma manera, los entrevistados coinciden en que los mismos tienen que poder manejar cuidadosamente esta porción o rasgos narcisistas. “Yo creo que hay que poder entrar a ciertos aspectos narcisistas, y hay que poder salir. Es decir, que si un deportista se queda demasiado adherido a actitudes narcisistas, a mi manera de ver puede ser negativo. Hay que saber entrar y salir. “Soy partidario que los deportistas de alto rendimiento presentan una buena porción de narcisismo, y de rasgos narcisistas, pero deben saber manejarlos, sino se aíslan”.

Uno de los entrevistados menciona un termino muy descriptivo con respecto a este manejo del narcisismo: “el peligro mas grande que puede haber en un deportista de alto rendimiento es la “sobredosis” de confianza, que es

cuando el deportista se convierte en Narciso, esto se llamaría la sobredosis de narcisismo, de auto confianza, es el suicidio del deportista.”

Otros también consideran que no hay que confundir los rasgos narcisistas de personalidad presentes en los deportistas del alto rendimiento con rasgos patológicos. Los entrevistados exponen que hay que “correrse” de este patrón y tomar a los rasgos narcisistas como orientadores y necesarios para construir un deportista fuerte y exitoso.

Todos los profesionales coinciden en que los mencionados rasgos son indispensables para llegar a las metas del alto rendimiento, logrando así el éxito deportivo. “Sin ellos, el deportista no puede lograr llegar a las metas del alto rendimiento”.

Los entrevistados también consideran que hace falta un narcisismo consistente, fuertemente consolidado para alcanzar el alto rendimiento.

“No existe posibilidad de llegar al alto rendimiento en un deporte sin tener un trabajo sobre uno mismo, de un enorme orientación a si mismo y de una orientación variada.”

Como conclusión, podemos decir que la mayoría de los profesionales coinciden en que la personalidad del deportista de elite es equilibrada, fuerte, sólida, consistente y flexible, para así poder enfrentarse a las adversidades que se presentan en el alto rendimiento.

La misma, esta constituida por rasgos narcisistas de personalidad, necesarios para alcanzar el éxito deportivo y que no son distinguidos como meros indicadores de patología.

6.2. Autoestima de los deportistas que practican vela

Los entrevistados coinciden en que la autoestima es un concepto multifuncional, es un concepto dinámico, no estático. “No es un compartimento estanco, esta atravesada por muchas variables”. Por esto mismo, ellos destacan que en el trabajo terapéutico con el deportista, con lo único que se

trabaja es con el fortalecimiento de la autoestima, ya que la misma oscila según el momento que el mismo este atravesando. “El fortalecimiento de la autoestima es clave para mejorar el rendimiento.”

De esta manera ellos señalan que una autoestima fuerte, estable y fuertemente consolidada es indispensable para permanecer y lograr el éxito deportivo. “El deportista tiene que tener un nivel de consistencia y fortaleza en su autoestima y en su narcisismo como para poder aguantar ese ritmo de entrenamiento”.

Como conclusión podemos decir que los profesionales interrogados concuerdan en que una autoestima bien fortalecida permite llegar más fácilmente a las metas deportivas. “Solamente los deportistas que tienen una autoestima consolidada y sólida llegan a las metas deportivas, las otras no llegan. La autoestima es una condición sine-ecuanon para llegar al éxito deportivo. O sea que si el deportista no tiene una autoestima muy fuerte, con mucho temple, muy consolidada, muy estable es imposible que sea exitoso en el alto rendimiento, para eso tiene que poder tener un aspecto narciso bien marcado, pero controlando siempre la sobredosis narcisista”.

6.3 Capacidad empática en los deportistas de alto rendimiento que practican vela

De las entrevistas surge que la empatía en los deportistas del alto rendimiento juega un papel fundamental y la puesta en práctica de la misma puede resultar muy benéfica como también muy perturbadora.

“Los deportistas de elite tienen que tenerla y no tenerla. Cuando están fuera de la competencia tienen que tener empatía y en los momentos de la competencia no. La misma en el momento de la competencia es un error, es una obstrucción, es una traba porque disminuye la agresión, lo que esta en juego es la vida o la muerte, quien sobrevive y quien no. El buen manejo de la agresión es indispensable. Si el deportista se pone muy empático en el momento de la competencia pierde.”

Con asiduidad los entrevistados coinciden en decir que en los casos donde la empatía atraviesa la agresión (bajo la competencia) es necesario modificarla. “El deportista de alto rendimiento deber ser muy flexible con su empatía y sus colaboradores deben poder detectar esta amenaza que va en contra del éxito del deportista.”

Como conclusión podemos decir que los profesionales interrogados concuerdan en que la empatía debe ser un factor fluctuante (presente/ausente) en el deportista del alto rendimiento. La empatía mutila la agresión, sin ella es imposible que el deportista alcance sus objetivos y metas exitosamente.

6.4 Comportamientos o actitudes arrogantes y soberbias en deportistas que practican vela

De las entrevistas surge que las actitudes, comportamientos del deportista dependen del su nivel de maduración.

“Los triunfadores maduros en esos momentos de éxito pueden mantener la humildad y seguir aprendiendo, es mas fácil que el deportista aprenda cuando pierde que cuando gana. Para que pueda aprender del triunfo, el deportista deber ser humilde, así logra escuchar que les paso a sus rivales que no ganaron. El deportista puede retroalimentarse muchísimo cuando gana escuchando a los que perdieron”.

“El triunfador inmaduro tiene actitudes soberbias, perfil alto, arrogancia. Las mismas no le permiten aprender de sus errores, derrotas y generan pasividad en los mismos: permanecen sentados sobre los laureles sin progresar”.

Como conclusión, podemos decir que los profesionales coinciden en que las actitudes soberbias y arrogantes del deportista influyen negativamente en el alcance de metas exitosas.

6.5 Logros, capacidades y fantasías de éxito ilimitado en deportistas de alto rendimiento

Los entrevistados coinciden en que por lo general los deportistas de alto rendimiento exageran sus logros y capacidades llegando así a metas no demasiado acordes a la realidad.

Ellos concuerdan en que esto ocurre por la exagerada y elevadísima autoexigencia presente en el deportista del alto rendimiento. "Muchas veces existe una ansiedad altísima para conseguir resultados y de esta manera, el deportista no respeta el proceso de aprendizaje, cayendo así en la exageración de metas y en las fantasías de éxito ilimitado".

Como conclusión podemos decir que de las entrevistas surge que la exageración de logros, metas, capacidades y fantasías de éxito no son una herramienta para lograr el éxito deportivo, ya que las mismas generan frustración en el deportista por no ser alcanzadas. "En la exageración del logro hay un peligro grande de caer en la soberbia. Hay que darles valor a los logros pero tienen que servirle al deportista de energía, la sobrecarga de energía (la exageración de logros, metas y capacidades) no son positivas, son más bien perturbadoras para el alcance de metas u objetivos exitosos."

7. DISCUSION DE LOS RESULTADOS

Según las consideraciones teóricas (desarrolladas por los autores citados en esta integración final) podemos considerar y coincidir que *la personalidad* es aquella organización dinámica de sistemas psicofísicos que determinan ajustes únicos en su ambiente. La característica dinámica de esta organización tiene que ver con los conceptos de desarrollo, cambio, motivación y autorregulación. La palabra psicofísico nos entrega la afirmación de que la personalidad no es exclusivamente mental ni física (o

neural). La personalidad reúne la actividad del cuerpo y de la mente, que se dan inextricablemente en una unidad personal.

Según los entrevistados, y las observaciones realizadas coincidimos con la anterior definición de personalidad de Allport. La misma hace referencia a lo expuesto en las entrevistas, ya que como común denominador surgió que la personalidad del deportista individual del alto rendimiento es equilibrada, fuerte, consistente y flexible. El deportista debe construir una personalidad para poder soportar los momentos adversos, para ello es clave una personalidad flexible, sólida y fuerte.

Creemos necesario aclarar que esta definición de personalidad del deportista del alto rendimiento esta en relación y se asemeja con la desarrollada por Allport. Ambas enunciaciones hacen referencia a que la personalidad es una organización dinámica, que tiene que ver con los conceptos de desarrollo, cambio, motivación y autorregulación.

Así, podemos decir que es clave para un deportista una personalidad flexible para que el mismo logre alcanzar el éxito deportivo, y poder seguir adelante atravesando por momentos adversos y complicados (como lo es toda competencia del alto rendimiento).

Sustentándonos en las observaciones de campo realizadas, creemos que para que el deportista pueda tener una personalidad sólida, fuerte, consistente y a la vez flexible, hace falta que el mismo tenga una **autoestima** coincidente con la definición anteriormente citada de personalidad.

Desde nuestro punto de vista, el deportista debe tener consolidada una buena autoestima, sino cada derrota será vivida y sentida como algo muy doloroso que atenta contra su ego (yo), lo que podrá generar mucha rabia, enojo, frustración e incluso "burnout" (fenómeno de saturación por el cual los

deportistas pierden la diversión en la práctica deportiva que puede ocasionar el abandono de la misma).

Una persona con una adecuada autoestima reconoce su valía pero, también, sus defectos, se quiere tal y como es, aceptando sus virtudes y defectos, sin que esto signifique que no trate de superarlos. Por esto, el deportista del alto rendimiento debe tener la capacidad de separar su vida personal, llámese amical, familiar, de pareja, de la deportiva.

Desde los ejemplos dados por los entrevistados podemos decir que muchos deportistas (ante una derrota) sienten que no valen nada en ningún aspecto de su vida y esto no tiene asidero en la realidad. Sienten mucha presión por los amigos, familiares, sienten que los han decepcionado y que se han decepcionado a ellos mismos.

Un deportista con una adecuada autoestima sabe equilibrar las cosas y verlas desde su justa medida, sin engrandecer las victorias y derrotas. De esta manera, su *personalidad* no se vera *tan* afectada por los resultados deportivos y el deportista podrá seguir por el camino del alto rendimiento.

Un ejemplo de lo mencionado anteriormente es lo expuesto por uno de los profesionales entrevistados. Roger Federer actual número uno del circuito de Tenis ATP, dice que cuando tenía 19 años lloraba cuando veía a sus contemporáneos: Andy Roddick y Lleyton Hewitt (primeros del ranking en esa época) tan alejados de él. Él siguió trabajando en el fortalecimiento de su autoestima, confiando en el mismo y perseverando en su trabajo y talento y así, a los 21 años llegó su explosión, se convirtió y fue reconocido cómo un fenómeno de su deporte, hasta ahora sigue siendo casi imbatible.

Desde este ejemplo podemos ahondar en algo crucial para que el deportista pueda alcanzar el éxito deportivo: **la autoconfianza**, que forma parte indudablemente de la *autoestima*.

La confianza en sí mismo es vital para cualquier deportista, un deportista con una pobre confianza, nunca podrá rendir su verdadero potencial. La confianza

que se tenga en sí mismo es determinante en el desempeño deportivo del deportista, esta capacidad debe estar desarrollada de tal manera que no sólo se tenga confianza, sino que la mantenga o lo pueda recuperar a pesar de lo mal que le esté yendo en la competencia o lo complicado de una situación adversa. Para ello, el deportista debe siempre creer en sí mismo y en sus posibilidades sin importar que tan complicadas sean las circunstancias.

Del mismo modo que le prestamos atención a la personalidad, autoestima y a la autoconfianza como factores esenciales para que el deportista logre alcanzar el éxito deportivo, creemos darle el mismo valor a la **capacidad empática** del mismo.

De acuerdo a lo vivenciado coincidimos con los profesionales entrevistados, en que los deportistas de elite tienen que tenerla como no tenerla.

Cuando están fuera de la competencia tienen que tener empatía y en los momentos de la competencia no.

La misma en el momento de la competencia es un error, es una obstrucción, es una traba porque disminuye la agresión, lo que está en juego es la vida o la muerte, quien sobrevive y quien no.

El buen manejo de la agresión es indispensable. Si el deportista se pone muy empático en el momento de la competencia pierde.

Coincidimos a la vez, que en los casos donde la empatía atraviesa la agresión (bajo la competencia) es necesario modificarla, para ello hace falta que el deportista sea flexible en tanto a su empatía y que sus colaboradores (entrenadores, preparador físico, psicólogo) puedan detectar esta amenaza que va en contra del éxito del mismo.

Por lo tanto, desde nuestro punto de vista, la empatía debe ser un factor fluctuante (presente/ausente) en el deportista del alto rendimiento. La empatía mutila la agresión, sin ella es imposible que el deportista alcance sus objetivos y metas exitosamente.

Dicho sea de paso, cabe mencionar que otros de los factores perturbadores para el éxito deportivo son las **actitudes arrogantes, soberbias, y las fantasías de éxito ilimitado** en los deportistas del alto rendimiento.

Podemos compartir con los entrevistados en que por lo general los deportistas de alto rendimiento exageran sus logros y capacidades llegando así a metas no demasiado acordes a la realidad.

Concordamos en que esto ocurre por la exagerada y elevadísima autoexigencia presente en el deportista del alto rendimiento.

Existe en ellos una ansiedad altísima para conseguir resultados y de esta manera, no respetan el proceso de aprendizaje, cayendo así en la exageración de metas y en las fantasías de éxito ilimitado.

En la exageración del logro hay un peligro grande de caer en la soberbia como también caer en las actitudes arrogantes. El deportista tiene que aprender a darle valor a los logros pero tienen que servirle al mismo de energía, la sobrecarga de energía (la exageración de logros, metas y capacidades) no son positivas, son más bien perturbadoras para el alcance de metas u objetivos exitosos.

En síntesis, podemos decir que una personalidad flexible, una autoestima consistente y una capacidad empática fluctuante son los rasgos que conforman un narcisismo consistente, fuerte, necesario para que el deportista alcance el éxito deportivo. Son indispensables para construir un deportista fuerte. No existe posibilidad de llegar alto en un deporte hoy en día sin tener un trabajo sobre uno mismo, de un enorme orientación a si mismo y de una orientación variada.

Por lo tanto, el deportista tiene que construir una personalidad atravesada por rasgos narcisistas para poder ser exitosos en el alto rendimiento.

8. CONCLUSIONES

A lo largo de esta investigación, llegamos a cumplir el objetivo general, los objetivos específicos, y también hemos comprobado la hipótesis.

Pudiendo así, adquirir evidencia teórica y empírica de cómo los rasgos narcisistas de personalidad son unos de los factores influyentes y necesarios para el éxito deportivo del sujeto de alto rendimiento.

Hemos podido dar cumplimiento al primer y segundo objetivo específico planteado, ya que entendimos que la personalidad de los deportistas de alto rendimiento esta compuesta por rasgos narcisistas de personalidad.

Entendimos así, que en el deportista de elite predomina el *narcisismo positivo*, generador de una fuerte autoestima y auto confianza, y que el mismo favorece su rendimiento en el deporte.

Podemos hablar entonces, de una personalidad compuesta por un narcisismo positivo y consistente, como una circunstancia que mejora el rendimiento del deportista de elite y genera una fuerte autoestima y auto confianza del mismo.

También, hemos dado cumplimiento al tercero, cuarto y quinto objetivo específico, no sólo por los contenidos teóricos que hemos incorporado a nuestros esquemas de conocimiento, sino también por las experiencias vivenciadas que nos han dado la oportunidad de bajar a la práctica esos conceptos teóricos.

Entendimos que la capacidad empática de los deportistas que practican vela varia/fluctua según la situación en la que se encuentren. Bajo la situación de competencia el mismo se muestra mas egoísta, narcisista y orientado a si mismo, mientras que cuando el deportista no esta bajo esas condiciones su capacidad empática parece aflorar.

Así pues, entendimos que los deportistas de alto rendimiento que presentan una personalidad inmadura presentaran bajo la condición de competencia y exigencia comportamientos o actitudes arrogantes o soberbias hacia sus pares

y hacia los colaboradores (ya sea “coach” o psicólogo). Podemos decir así, que no todos los deportistas de alto rendimiento, presentan dichas actitudes o comportamientos, y que las mismas se deben al nivel de maduración y equilibrio de la personalidad.

A su vez, entendimos que algunos deportistas exageran sus logros y capacidades llegando así a metas que no son demasiado acordes con la realidad. Esto se debe a que los mismos están muy exigidos por parte de sus entrenadores y a su vez poseen un elevado grado de autoexigencia.

Esta elevada autoexigencia los lleva a ponerse metas o lograr capacidades no demasiado acordes con la realidad, con lo cual, no en todos los casos, pero en la mayoría, este nivel elevado de autoexigencia fomenta a que aumente la ansiedad en los mismos y esto no es un buen indicador para lograr el éxito deportivo.

La “sobrecarga” de energía (autoexigencia, aumento de ansiedad) no es positiva para el deportista, los lleva a frustrarse fácilmente luego de no cumplir con la inalcanzable meta.

Entendimos por lo tanto, que el deportista debe manejar su propia autoexigencia, tener consciencia de lo que el puede o no hacer, para que así la sobrecarga de ansiedad no intervenga en la obtención de metas u objetivos y llegar así a lograr el éxito deportivo y superar sus propias aspiraciones.

A partir de los intercambios con los profesionales entrevistados, y el estudio del tema, podemos verificar nuestra hipótesis inicial. Creemos necesarios los rasgos narcisistas de personalidad para que el deportista de alto rendimiento logre el éxito deportivo. Entendimos que los mismos son rasgos “normales” (no patológicos) en estos deportistas y podemos así hablar de un *narcisismo positivo* que favorece su rendimiento en el deporte.

La realización de este trabajo nos ha permitido desestructurar y modificar los supuestos con que encaramos este proyecto.

Logramos desprendernos y des-patologizar rasgos de personalidad que por lo general son etiquetados como “anormales” o hasta “patológicos”. Entendimos que ciertos rasgos (que muchas veces son diagnosticados como patológicos desde el DSM IV) muchas veces son normales en ciertas personalidades y hasta tal punto necesarios para el desarrollo personal y profesional de un sujeto.

Por lo expresado en los párrafos anteriores se puede considerar que hemos podido dar por cumplido el objetivo general, el cual buscábamos investigar si los deportistas de alto rendimiento que practican “vela” como deporte individual tienen rasgos narcisistas de personalidad que son promotores de la participación y éxitos deportivos del sujeto.

Asimismo, logramos llevar a cabo, un objetivo personal, que consistió en la posibilidad de desarrollar nuestro trabajo de integración final en un contenido que resulta sumamente interesante y que no fue expuesto a lo largo del plan de estudios de la carrera.

A través de la búsqueda personal logramos conectarnos con el contenido esencial de la misma y consideramos viable la aplicación de este encuadre con deportistas de alto rendimiento.

El vivenciar y ponernos en contacto con profesionales capacitados y deportistas de alto rendimiento, nos permitió lograr un acercamiento a la práctica deportiva y a lo que la incumbe.

A pesar de las satisfacciones que nos brindó este trabajo, también queremos dejar en claro la gran dificultad que hemos tenido para ligar y relacionar los datos teóricos con los empíricos. Si bien, en muchos aspectos la teoría ha coincidido con la práctica.

También, queremos destacar que al realizar este trabajo nos percatamos que los temas abarcados por la Psicología del Deporte son muy extensos. Creemos que hay muchos puntos por trabajar, por lo cual consideramos que

este trabajo de integración final podría ser una introducción de trabajos de investigación futuros.

Un posible punto a investigar, analizar y comprobar en posteriores trabajos de investigación y que no se ha podido investigar en éste, es indagar profundamente aquellas características de personalidad comunes en todos los deportistas del deporte individual, y cuales podrían ser las manifestaciones inconscientes que tiene un sujeto que hace que el mismo elija y pertenezca a un deporte grupal o a un deporte individual. Creemos necesario para su investigación mayor cantidad de tiempo.

También, nos dimos cuenta que en nuestro país no hay prácticamente muchos profesionales especializados en la psicología del deporte, lo cual, confesamos que hemos tenido dificultades para conseguirlos y realizar nuestro trabajo de campo.

Creemos que para futuras investigaciones sería conveniente encontrar más informantes claves para así poder llegar a construir una investigación más rica y variada en opiniones.

Pensamos así, que es una oportunidad para pensar y reflexionar sobre las otras posibles maneras de enfoque que tiene la psicología tradicional, sosteniendo que la Psicología del Deporte es un área donde hay mucho por investigar y trabajar.

Debido a la amplitud del tema elegido, somos conscientes que nos hemos sobrepasado en la extensión de páginas requeridas para esta investigación. Preferimos cometer una infracción, a tener que ahorrar espacio y no poder transmitir la maravillosa experiencia de realizar un Trabajo de Integración Final a elección.

9. BIBLIOGRAFIA

- López-Ibor Aliño, J. J. Valdés Miyar, M. (2002). *DSM-IV-TR. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Texto revisado*. Barcelona. Editorial: Masson.
- Allport, G. (1965). *Personalidad*. Barcelona. Editorial: Herder.
- Allport, G. (1966). *Psicología de la personalidad*. Buenos Aires. Editorial: Paidós.
- Backmand, H. I. (2001). *Personality and mood of former elite athletes-a descriptive study*. *International Journal of Sports Medicine*, 22, 215-221.
- Butt, D.S. (1987). *The Psychology of Sport*. New York. Editorial: VNR.
- Cox, R.H. (1994). *Sport Psychology: concepts and applications*. Dubuque. Editorial: Brown & Benchmark.
- Hernández-Ardieta, I.P. (2002). *Personalidad, diferencias individuales y ejecución deportiva*.
- Vealey, R.S. (1992). *Personality and Sport: a comprehensive view: Advances in Sport Psychology*, 25-59. Champaign. Editorial: Human Kinetics.
- Weinberg, R.S. Gould, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign. Editorial: Human Kinetics.
- Gillet, B. (1971). *Historia del Deporte*. Barcelona: Editorial Oikos-tau S.A.
- Dosil Diaz, J. (2002). *Psicología y Rendimiento Deportivo*. España. Editorial: Gersam.
- Gonzalez, L. J. (1996). *El entrenamiento psicológico en los deportes*. Madrid. Editorial: Biblioteca Nueva S.L.
- Lawther, J.D. (1987). *Psicología del Deporte y del Deportista*. Barcelona. Editorial: Paidós.
- Thomas, A. (1982). *Psicología del Deporte*. Barcelona. Editorial: Gerder.

- Williams, J. (1991). *Psicología aplicada al Deporte*. Madrid. Editorial: Biblioteca Nueva.
- Garzarelli, J.G. *Psicología del Deporte: Orígenes del Deporte*. Consultado el día 15 de abril de 2010 de la World WideWeb:<http://www.psicologiaonline.com/ebooks/deporte/origenes.shtml>
- Laplanche, Jean & Pontalis, Jean-Bertrand (1996). *Diccionario de Psicoanálisis*, traducción Fernando Gimeno Cervantes. Pág. 333. Barcelona. Editorial: Paidós.
- Nuttin, J. (1968). *La Estructura de la Personalidad*. Buenos Aires. Editorial: Kapelusz.
- Escaramuza, R. (1992). *Estudios Psicológicos Avanzados*. [Madrid](#), [España](#). Editorial: Contemporáneas.
- Ávila del Cabral, M. (1970). *Técnicas de estudio sobre la personalidad*. Lima, Perú. Editorial: Afiche.
- Buscà, B. Riera, J. Aptitudes físicas en el aprendizaje de habilidades deportivas. León. Editorial: Universidad de León.
- Freud, S. (1975). *Tomo XIV: Introducción del narcisismo (1914)*. *Obras Completas*. Buenos Aires, Madrid. Editorial: Amorrortu Editores.
- Trechera Herrera, J.L. *El narcisismo: epidemia de nuestro tiempo*. Consultado el día 20 de abril de 2010 de la World Wide: <http://www.envio.org.ni/articulo/243>
- Morrison, A. (1997). *Shame: The Underside of Narcissism*. Editorial: The Analytic Press.

- Green, A. (1999). *Narcisismo De Vida, Narcisismo De Muerte*. Editorial: Amorrortu.
- Lasch, C. (1999). *La cultura del narcisismo*. Editorial :Andrés Bello.
- Romo, I. (2010). *Entre el fútbol y la pasarela: Expertos clasifican el comportamiento de CR9 como narcisismo positivo, una circunstancia que mejora su rendimiento*. Consultado el día 3 de abril de 2010 de la World Wide Web: <http://www.publico.es/deportes/286751/futbol/pasarela>.
- Casullo, M (compiladora). Fernandez Liporace, M. Ferrante, V. Prado, A. (1999). *Aplicaciones del MMPI-2 en los ámbitos clínicos, forense y laboral*. Buenos Aires, Barcelona, México. Editorial: Paidós.

ANEXO

INSTRUMENTOS

➤ PRUEBA PILOTO:

- Guión de la entrevista semidirigida a Deportista de Alto

Rendimiento:

Datos anagráficos:

Nombre:

Profesión:

Años de experiencia:

Estudios:

Edad:

¿Cuánto tiempo hace que se dedica a esto?

- 1) Cuénteme de usted
- 2) ¿Como es un día suyo?
- 3) ¿Porque eligió este deporte?
- 4) ¿Como se siente cuando esta bajo presión?
- 5) ¿Cómo toma a la competencia?
- 6) ¿Que siente usted cuando esta bajo esta situación?
- 7) ¿Como se concentra?
- 8) ¿Recibe ayuda para ello?
- 9) ¿Que recursos utiliza para motivarse?
- 10) ¿Qué siente cuando no obtiene los resultados esperados?
- 11) ¿Que siente cuando llega a los objetivos/metast?

- 12) ¿Usted cree que a veces tiene fantasías de éxito ilimitado?
- 13) ¿Cree usted que a veces exagera los logros y capacidades, llegando así a metas no demasiado acordes con la realidad?
- 14) ¿Qué actitudes presenta usted luego de lograr ganar un campeonato?
- 15) ¿Cree usted que la autoestima influye en el rendimiento deportivo?
- 16) La relación con sus compañeros, ¿varia según si están en la regata (bajo competencia) que luego cuando están en tierra?

- **Dibujo Libre**

Consigna:

“Haga el dibujo que usted quiera”

- **Test de las dos personas**

Consigna:

- “Dibuje dos personas cualesquiera” (En una sola hoja y sin especificar sexo)
- “Póngales el nombre y la edad que pudieran tener”
- “Escriba una historia que relate qué les ocurre, qué piensan y sienten los personajes”.
- “Póngale un título a su historia”.

➤ **TRABAJO DE CAMPO:**

• **Guión de la entrevista semidirigida a Psicólogo Deportivo**

Datos anagráficos:

Nombre:

Profesión:

Años de experiencia en Psicología del Deporte:

Estudios:

Edad:

Primer eje de indagación: “Personalidad de los deportistas de alto rendimiento que practican vela”:

- 1) ¿Como es por lo general la personalidad de un deportista de alto rendimiento que practica vela?
- 2) ¿Cuales son los rasgos comunes de personalidad en un deportista de alto rendimiento?
- 3) ¿Usted cree que presentan rasgos narcisistas de personalidad?
- 4) ¿Cuales son para usted los rasgos narcisistas de personalidad en los deportistas?
- 5) ¿Cree que estos rasgos son influyentes para que los mismos lleguen al éxito deportivo? ¿Porque

Segundo eje de indagación: “Autoestima de los deportistas que practican vela”:

- 6) ¿Como es por lo general la autoestima de un deportista de alto rendimiento que practica vela?
- 7) ¿Usted cree que los deportistas con una autoestima bien consolidada podrán llegar más fácilmente a sus metas deportivas?
- 8) Por lo tanto, ¿La autoestima es un factor influyente para el éxito deportivo?
- 9) ¿Cree usted que el fortalecimiento de la autoestima es clave para mejorar el rendimiento?
- 10) ¿Podría usted darme algún ejemplo de lo mencionado anteriormente?

Tercer eje de indagación: "Capacidad empática en los deportistas de alto rendimiento que practican vela":

- 11) ¿Los deportistas de alto rendimiento que practican vela como deporte individual, tienen capacidad empática?
- 12) ¿Bajo que situaciones el deportista expresa su capacidad empática?
- 13) ¿Cree usted que esta capacidad se modifica en el momento de la competencia con un otro?
- 14) Usted recién me dijo que la capacidad empática del deportista varía según la situación en la que se encuentre. ¿Esto se debe a que bajo la situación de competencia el

mismo se vuelve mas egoísta, narcisista, que cuando el mismo no compite?

Cuarto eje de indagación: "Comportamientos o actitudes arrogantes y soberbias en deportistas que practican vela":

15) ¿Que actitudes (ya sean positivas o negativas) presentan por lo general los deportistas de alto rendimiento?

16) ¿Ante que situaciones surgen estas actitudes que usted menciona?

17) ¿Cree usted que estos deportistas presentan comportamientos, actitudes arrogantes o soberbias?

18) ¿Cree usted que las actitudes arrogantes y soberbias tienen influencia en los resultados deportivos?

19) ¿Cree usted que luego del éxito deportivo, los deportistas pueden presentar actitudes y comportamientos arrogantes o soberbias?

Quinto eje de indagación: "Logros, capacidades y fantasías de éxito ilimitado en deportistas de alto rendimiento":

20) Por lo general, ¿los deportistas de alto rendimiento exageran ilimitadamente sus logros y capacidades llegando así a metas no demasiado acordes a la realidad?

21) ¿Cree usted que la exageración de los logros y capacidades son una herramienta para lograr el éxito deportivo?

22) ¿Se podría hablar de la presencia de fantasías de éxito ilimitado en deportistas de alto rendimiento?

23) ¿Las mismas motivan al deportista y le son útiles para lograr el éxito deportivo?

- **Guión de la entrevista semidirigida a Entrenador (“Coach”):**

Datos anagráficos:

Nombre:

Profesión:

Años de experiencia:

Estudios:

Edad:

Primer eje de indagación: “Personalidad de los deportistas de alto rendimiento que practican vela”:

1) ¿Como es por lo general la personalidad de un deportista de alto rendimiento que practica vela?

2) ¿Cuales son las características de personalidad de un deportista de alto rendimiento?

3) ¿Usted cree que estos deportistas presentan características omnipotentes, egocéntricas?

4) ¿Cuales son para usted las características omnipotentes, egocéntricas en los deportistas?

5) ¿Cree que estas características son influyentes para que los mismos lleguen al éxito deportivo? ¿Porque?

Segundo eje de indagación: "Autoestima de los deportistas que practican vela":

6) ¿Como es por lo general la autoestima de un deportista de alto rendimiento que practica vela?

7) ¿Usted cree que los deportistas con una autoestima bien consolidada podrán llegar más fácilmente a sus metas deportivas?

8) Por lo tanto, ¿La autoestima es un factor influyente para el éxito deportivo?

9) ¿Cree usted que el fortalecimiento de la autoestima (por medio del apoyo psicológico) es clave para mejorar el rendimiento?

10) ¿Podría usted darme algún ejemplo de lo mencionado anteriormente?

Tercer eje de indagación: "Capacidad empática en los deportistas de alto rendimiento que practican vela":

11) ¿Los deportistas de alto rendimiento que practican vela como deporte individual, tienen capacidad empática?

12) ¿Bajo que situaciones el deportista expresa su capacidad empática?

13) ¿Cree usted que esta capacidad se modifica en el momento de la competencia con un otro?

14) Usted recién me dijo que la capacidad empática del deportista varía según la situación en la que se encuentre. ¿Esto se debe a que bajo la situación de competencia el mismo se vuelve mas egoísta, egocéntricas, que cuando el mismo no compite?

Cuarto eje de indagación: “Comportamientos o actitudes arrogantes y soberbias en deportistas que practican vela”:

15) ¿Que actitudes (ya sean positivas o negativas) presentan por lo general los deportistas de alto rendimiento?

16) ¿Ante que situaciones surgen estas actitudes que usted menciona?

17) ¿Cree usted que estos deportistas presentan comportamientos, actitudes arrogantes o soberbias?

18) ¿Cree usted que las actitudes arrogantes y soberbias tienen influencia en los resultados deportivos?

19) ¿Cree usted que luego del éxito deportivo, los deportistas pueden presentar actitudes y comportamientos arrogantes o soberbias?

Quinto eje de indagación: “Logros, capacidades y fantasías de éxito ilimitado en deportistas de alto rendimiento”:

20) Por lo general, ¿los deportistas de alto rendimiento exageran ilimitadamente sus logros y capacidades llegando así a metas no demasiado acordes a la realidad?

21) ¿Cree usted que la exageración de los logros y capacidades son una herramienta para lograr el éxito deportivo?

22) ¿Se podría hablar de la presencia de fantasías de éxito ilimitado en deportistas de alto rendimiento?

23) ¿Las mismas motivan al deportista y le son útiles para lograr el éxito deportivo?

^[1] López-Ibor Aliño, J. J. Valdés Miyar, M. (2002). *DSM-IV-TR. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Texto revisado*. Barcelona: Editorial Masson.

^[2] Gillet, B. (1971). *Historia del Deporte*. Barcelona, España: Editorial Oikos-tau S.A

^[3] Garzarelli, J.G. *Psicología del Deporte: La competencia en el deporte*. Consultado el día 10 de abril de 2010 de la World Wide Web:<http://www.psicologiaonline.com/ebooks/deporte/origenes.shtml>

^[4] Garzarelli, J.G. *Psicología del Deporte: Orígenes del Deporte*. Consultado el día 15 de abril de 2010 de la World Wide Web:<http://www.psicologiaonline.com/ebooks/deporte/origenes.shtml>

- [5] Laplanche, Jean & Pontalis, Jean-Bertrand (1996). *Diccionario de Psicoanálisis*, traducción Fernando Gimeno Cervantes. Pág. 333. Barcelona: Editorial Paidós.
- [6] Garzarelli, J.G. *Psicología del Deporte: Orígenes del Deporte*. Consultado el día 15 de abril de 2010 de la World Wide Web:<http://www.psicologiaonline.com/ebooks/deporte/origenes.shtml>
- [7] Butt, D.S. (1987). *The Psychology of Sport*. New York: VNR.
- [8] Consultado el día 10 de abril de 2010 de la World Wide: http://www.chiledeportes.gov.cl/preguntas_frecuentes/deporte_alto_rendimiento.php
- [9] Buscà, B. Riera, J. *Aptitudes físicas en el aprendizaje de habilidades deportivas*. León: Universidad de León.
- [10] Cox, R.H. (1994). *Sport Psychology: concepts and applications*. Dubuque, IO: Brown & Benchmark.
- [11] Allport, G. (1966). *Psicología de la personalidad*. Buenos Aires: Paidós.
- [12] Allport, G. (1966). *Psicología de la personalidad*. Buenos Aires: Paidós
- [13] Allport, G. (1966). *Psicología de la personalidad*. Buenos Aires: Paidós.
- [14] Nuttin, J. (1968). *La Estructura de la Personalidad*. Buenos Aires: Editorial Kapelusz.
- [15] Escaramuza, R. (1992). *Estudios Psicológicos Avanzados*. [Madrid, España](#): Ediciones Contemporáneas.
- [16] Freud, S. (1975). *Tomo XIV: Introducción del narcisismo (1914)*. *Obras Completas*. Buenos Aires, Madrid: Amorrortu Editores.
- [18] López-Ibor Aliño, J. J. Valdés Miyar, M. (2002). *DSM-IV-TR. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Texto revisado*. Barcelona: Editorial Masson.
- [19] Romo, I. (2010). *Entre el fútbol y la pasarela: Expertos clasifican el comportamiento de CR9 como narcisismo positivo, una circunstancia que mejora su rendimiento*. Consultado el día 3 de abril de 2010 de la World Wide Web:<http://www.publico.es/deportes/286751/futbol/pasarela>.
- [20] *Test de las dos Personas*: Bernstein, su creador, se propone construir este test para evaluar directamente los aspectos vinculares. El afirma que su técnica ofrece una objetivación de la “pareja interna” del examinado, es decir, una imagen de la pareja que este necesita, aportando datos sobre el tipo de vínculo fantaseado a nivel conciente o inconciente. Su consigna es la siguiente: “Dibuje dos personas cualesquiera” (En una sola hoja y sin especificar sexo); “Póngales el nombre y la edad que pudieran tener”; “Escriba una historia que relate qué les ocurre”, “qué piensan y sienten los personajes”; “Póngale un título a su historia”.

Dibujo Libre: Es una técnica que usualmente es utilizada en niños aunque muy bien puede ser utilizada en cualquier edad. La consigna es sencilla, se le brinda al niño o adulto, una hoja en blanco, un lápiz (o crayones, o lápices de colores, o temperas, o acuarelas, o pasteles) y se le pide que dibuje lo que desee. De las técnicas gráficas, es la que mas estimula la proyección directa. Este test, a través del análisis de distintas variables, nos permite captar los dinamismos inconscientes más profundos del sujeto.