

Una aproximación epistemológica a las competencias emocionales en entrenadores de lucha (revisión)

An epistemological approach to emotional competences in wrestling coaches

Ángel Domenech-Morales, Facultad de Cultura Física de Granma, adomenechm@udg.co.cu, Cuba.

Ángel Abel Báez-Arias, Facultad de Cultura Física de Granma, baeza@udg.co.cu, Cuba.

Agustín Moreno-Nistal, Facultad de Cultura Física de Granma, amorenon@udg.co.cu, Cuba.

Resumen

La presente investigación tiene como fundamento revelar las manifestaciones epistemológicas referidas a las competencias emocionales que se manifiestan en entrenadores de lucha durante la conducción de los entrenamientos y las competencias deportivas, pues la carencia de estas generan conductas inadecuadas que afectan el buen desenvolvimiento de la actividad deportiva. A partir de esta problemática se plantea como objetivo del presente artículo hacer un esbozo teórico de las corrientes de pensamiento psicológico que han abordado la necesidad de esclarecer puntos de vistas y concepciones acerca del componente afectivo en la preparación psicológica de los profesionales del deporte. Para a partir de esta sistematización extraer un conjunto de ideas que van a permitir establecer un encuadre epistemológico donde se asumen las competencias emocionales comprendidas como autorreferentes en el desarrollo de la personalidad, entre las que se proponen: el autoconocimiento, autocontrol emocional, la autoestima y la asertividad. A partir de la revisión bibliográfica se formulan un conjunto de consideraciones sobre el estado actual de la temática, además se plantea la necesidad de profundizar en la intervención psicológicas con el fin de modificar el comportamiento de los entrenadores por medio estas ideas, por otra parte estos sustentos teóricos constituyen el basamento conceptual para proponer un programa de intervención psicoeducativa para estimular dichas competencias emocionales en entrenadores de lucha.

Palabras clave: competencia emocional/ autocontrol/ autoconocimiento/ inteligencia emocional/ entrenadores/ entrenamiento deportivo/ lucha.

Abstract

The research has been based in revealing the epistemological statements about the emotional competence in wrestling coaches while managing the athletes training and athletic

competitions, because the lack of these generate unsportsmanlike behavior which affects the proper development of the sport activity. From this problem, it is arisen the aim of this article in stating a theoretical outline on the psychological thought trends, that have dealt with the topic, used for addressing the need to clarify viewpoints and ideas about the emotional component in the psychological preparation of sport professionals and coaches. From this systematization was displayed a set of ideas that will help to establish an epistemological frame where emotional competences are assumed as self-referent in the development of personality; among those were proposed: self-awareness, emotional self-control, self-esteem and assertiveness. From the literature review, a set of methods are suggested to obtain the updated diagnosis of emotional competences in wrestling coaches. Also, psychological intervention techniques have come up in order to modify the behavior of coaches through the development of these sport activities, these theoretical underpinnings constitute the conceptual basis for proposing a program of Psycho-educational Intervention to encourage these skills in wrestling coaches.

Key words: emotional competence/ self-control/ self-awareness/ emotional intelligence/ wrestling coaches/ sport training.

Introducción

La presente investigación responde a las demandas tecnológicas relacionadas con la preparación psicológica de los entrenadores del deporte de lucha, al expresar que a pesar de tener dicho personal una alta calificación técnica; pues son licenciados, especialistas y máster en ciencias, presentan dificultades en el orden del comportamiento durante la conducción del entrenamiento y las competencias deportivas; referidas a indisciplinas reflejadas en el maltrato a los atletas, falta de respetos a los árbitros y conductas inadecuadas ante el público, así como la carencia de empatía y liderazgo. Por tal razón nos propusimos buscar un sistema categorial que permita desde la teoría dar una fundamentación científica a las manifestaciones conductuales antes expuestas, al asumir que la causa de dicho comportamiento no está en los déficits de conocimientos y habilidades técnicas; si no en el componente afectivo.

La actividad deportiva es un fenómeno complejo que exige tratamiento interdisciplinar, mas si se trata de estudiar la conducta del entrenador en su labor pedagógica, por ello es necesario integrar los aportes procedentes de diversas áreas del saber donde se destacan las ciencias aplicadas al deporte, pues ha quedado demostrado que cuando se enfrenta un

fenómeno desde esta óptica se obtienen resultados científicos con un nivel mayor de aplicabilidad.

Para comprender la necesidad de desarrollar las competencias emocionales en los entrenadores de lucha, se hace necesario referirse al perfil de exigencia de este deporte, y para ello se presenta una síntesis del mismo, donde se caracteriza a este como un deporte individual. Perteneciente a los deportes de combate. Es acíclico de potencia variada, en el cual no se pueden determinar la duración de los esfuerzos estáticos ni dinámicos e incluso la relación del tiempo de trabajo dentro de un periodo de combate es permanente: Este deporte requiere de un gran nivel de desarrollo de todas las capacidades, además se caracteriza por un trabajo que varía desde sub – máxima a máxima intensidad con el predominio del sistema alactácido lactácido, lo que demanda una potencia aerobia alta entre otras particularidades.

Como se aprecia en esta descripción solo se resaltan las características técnicas del deporte y las exigencias del deportista en el entrenamiento y las competencias, pero no se hace referencia al entrenador, por lo que se requiere enfatizar en la preparación del pedagogo encargado de esta actividad y examinar las competencias emocionales, ya que el componente cognitivo lo resuelven en los seminarios y las preparaciones metodológicas.

En la actividad pedagógico dentro de la enseñanza deportiva se le ha dedicado el mayor espacio a la formación del atleta, fundamentalmente en lo concerniente al componente de la preparación psicológica, que es el tema al que tributamos, pero al otro protagonista que completa el carácter bilateral de este proceso, al entrenador, no se le ha brindado la atención que merece, y sin embargo es el encargado de dirigir el proceso del entrenamiento y la competencia.

Por otro lado en los procesos de dirección de cualquier actividad se ha planteado la utilización de diferentes métodos y estilos de dirección. En el presente trabajo, se hace referencia a las competencias no como estilo de dirección; si no, como habilidades o capacidades que requiere el entrenador del deporte para su desempeño profesional. De esta manera, se distingue el término competencia desde sus fundamentos semánticos hasta llevarlo a los tipos de competencias en el plano de los procesos o cualidades psicológicas al insertarlas en los dimensiones cognitivas y afectivas, así como su incidencia en la labor educativa.

El tema de la relación de las categorías pedagógicas, instrucción y educación es tan antiguo como la historia de la enseñanza, y su materialización en la práctica se resuelve con la unidad de lo cognitivo y lo afectivo declarado por Vygotsky al expresar ...consideramos la relación entre la inteligencia y el afecto, cuya separación como objeto de estudio es el punto más débil de la psicología tradicional, puesto que hacen aparecer el objeto de pensamiento como una corriente autónoma de pensamientos que se piensan a "si mismos", segregada de la plenitud vital de los intereses y necesidades personales, de las intenciones e impulsos del sujeto que piensa. (pág. 44.1967

A partir de estos postulados se hace un análisis crítico sobre la necesidad de retomar esa literatura y su vigencia en las nuevas concepciones que van a servir de sustento metodológico en el presente trabajo

De esta manera nos referimos a las competencias emocionales como conjunto de conocimientos, capacidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los estados emocionales en diferentes contextos de interacción social. (Bisquerra, 2003).

Cuando aparecen nuevos enfoques en el campo de estudio de una ciencia, nos percatamos que sus categorías no son del todo nuevos, pero lo novedoso está en abordarlos como un todo, en un sistema que ayude al esclarecimiento de un fenómeno; esto ocurre con el término inteligencia emocional y sus competencias derivadas de su concepción teórica, las que fueron abordadas por diferentes autores pero por separado, de ahí el mérito de Góleman al definir la inteligencia emocional como la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, discernir entre ellos y aprovechar este conocimiento para orientar nuestra conducta, y la capacidad de discernir y responder adecuadamente a los estados de ánimo, temperamento, motivaciones y deseos de los demás. (Góleman, 2012).

En su primer libro acerca de la inteligencia emocional Goleman expone cinco cualidades y veinticinco aptitudes de la inteligencia emocional; las cuales agrupa en dos categorías; en la primera las aptitudes personales, entre las se encuentran según este autor el autoconocimiento, el autocontrol y la automotivación. En la segunda categoría expresa las aptitudes sociales, en las que señala a la empatía y la comunicación, la influencia y la ayuda a los demás.

A partir de los sustentos teóricos encontrados en las diferentes corrientes de pasamiento psicológico los autores del presente trabajo establecen un encuadre epistemológico y proponen profundizar en las competencias emocionales que se manifiestan como autorreferentes de la personalidad, término utilizado por Gloria Fariña (2003). Dentro de las que se encuentran; el autocontrol emocional, autoconocimiento, asertividad, y la autoestima.

Desarrollo

Algunas consideraciones acerca del término competencias.

Las exigencias constantes que el hombre ha enfrentado en los diferentes periodos históricos, lo han obligado a tener que prepararse para resolver las disímiles barreras interpuestas en el camino a la civilización, y para lograr satisfacer esta problemáticas de un mundo culto; se ha visto en la necesidad de acudir a los conocimientos y al desarrollo de determinadas habilidades para darles solución.

A las potencialidades que el hombre ha tenido que desarrollar para satisfacer las demandas que la sociedad exige de él, se les ha denominado de diferentes maneras; como capacidades, habilidades, conocimientos y competencias entre otras calificaciones. En el presente artículos retomamos el término competencias como herramienta que debe poseer el entrenador deportivo para estar apto al enfrentar las demandas del mundo moderno, pero lo abordaremos desde las diferentes posiciones de la psicología, al enfatizar en el componente afectivo.

Con referencia a lo anterior se precisa que el término competencia tiene una connotación variada de acuerdo al contenido o asunto de que se trate. De esta manera para C. Levy-Leboyer (2000, p. 10), plantea que las competencias constituyen "... repertorios de comportamientos que algunas personas dominan mejor que otras, lo que las hace eficaces en una situación determinada. Como se puede apreciar este autor resalta el carácter individual de las competencias.

Por otro lado, F. Vargas (2007), desde una perspectiva funcionalista, señala: "Formar por competencias implica ir más allá; sobrepasar la mera definición de tareas, ir hasta las funciones y los roles".

Entre tanto otros autores son partidarios de una posición ecléctica en cuanto a combinar enfoques funcionalistas y conductistas para dilucidar la mejor manera de comprender las competencias como cualidades que ayudan al sujeto a desenvolverse en los escenarios que

debe dominar. Asimismo F. Longo (2002), afirma: “Las competencias directivas son aquellos comportamientos observables y habituales que justifican el éxito de una persona en su función directiva“. Aquí se destaca el carácter conductista al resaltar que solo las conductas observables son las que conllevan al éxito y forman parte de las competencias, en tanto consideramos que hay procesos psíquicos no observados que también inciden en el éxito de la actividad, pues todos los estados psicológicos en los sujetos no se exteriorizan como el caso de las emociones, las que no son observables de manera explícita.

Por otro lado autores como P. Cardona (1998) y F. Longo (2002), apegados a esas concepciones revelan su influencias neoconductistas al plantear: “La exploración e identificación de estos comportamientos, así como su análisis, por medio de ciertas técnicas, los relaciona con la posesión de determinadas cualidades o características personal“. Estos autores al referirse al análisis del comportamiento hacen alusión al papel activo y consciente del sujeto dentro de la actividad.

Cabe agregar que la categoría competencia ha tenido diferentes interpretaciones y aplicaciones, así el Ministerio de Educación de España (2003) aporta al documento de la Secretaría de Educación Pública (2004) en la que declara la competencia como la capacidad para actuar eficazmente en situaciones diversas, capacidad que se apoya sobre conocimientos, pero destaca que no se reduce a su dominio, al señalar que abarca habilidades y actitudes necesarias para el desempeño personal y social, enfatizando en que estas competencias influyen en las emociones y las relaciones interpersonal, y culmina sus ideas destacando el papel del lenguaje, el razonamiento y el desarrollo físico.

A manera de análisis crítico sobre esta propuesta, asumimos que en su primer planteamiento resalta el carácter cognitivo de las competencias, al jerarquizar los conocimientos como la característica esencial en su definición, pero seguidamente al referirse a las habilidades, debemos entenderlas dentro de la función reguladora ejecutora de la personalidad, pues el desarrollo de las competencias requiere del perfeccionamiento de los procesos cognoscitivos. Seguidamente al resaltar las actitudes necesarias para el desempeño personal y social, deducimos que se refiere al componente regulador inductor por relacionarse con los procesos de motivación y los afectivos que matizan el carácter como formación psicológica de la personalidad.

Para seguir profundizando en el posicionamiento psicológico de las competencias desde concepciones más avanzadas, se retoman algunas reflexiones señaladas en la tesis de doctorado de Mirlandia O. Valdés (2009) en la que se cita a M. Rodríguez Mena (2004), la cual hace un análisis de las mismas, en donde reconoce la teoría de L. S. Vygotski como una fuente inspirativa. En sus reflexiones se enfatiza el carácter activo del sujeto en la regulación de la actividad, lo cual debe ser considerado como momento fundamental en la exploración de las competencias y su papel en el autocontrol del comportamiento humano, lo que constituye una insinuación a la unidad de las funciones reguladoras inductoras y ejecutoras, las que sirven de sustento teórico metodológico para explicar las competencias emocionales desde la unidad de lo cognitivo y lo afectivo.

Entretanto V. González (2002), B. Castellanos et al (2003), R. Dussú (2004) y S. Colunga (s/f), al abordar las competencias consiguieron precisar el lugar de las mismas en la personalidad como sistema. Estos autores registran elementos usuales en sus definiciones, entre los que se destacan las competencias como configuraciones psicológicas, además razonan que las competencias integran elementos que se encuentran en disímiles niveles de organización de la personalidad, así como que las cualidades funcionales de la competencia generan un desempeño de calidad en diferentes contextos de realización.

Asimismo, autores como, B. Castellanos subraya la posibilidad que ofrece la competencia de autorregular el desempeño en correspondencia con un modelo deseable, construido en un contexto socio-histórico. En tanto R. Dussú (2004) considera que, en la conformación de la competencia, intervienen tanto recursos personológicos como características esenciales de la actividad específica que realiza el sujeto.

En ese mismo sentido, en el presente artículo se resalta el valor de la categoría autorregular el desempeño y recursos personológicos como herramientas o aptitudes para fundamentar la necesidad de distinguir el papel de las competencias psicológicas que tienen que ver con el comportamiento de los estados emocionales en entrenadores que se desempeñan en una actividad que requiere de grandes tensiones físicas y psicológicas como lo es el deporte, por lo tanto, estas ideas las compartimos como soporte conceptual que tiene un acercamiento a la teoría sobre la inteligencia emocional.

Lo cognitivo y lo afectivo en la comprensión de las competencias emocionales

Para establecer un acercamiento al esclarecimiento conceptual del término competencias emocionales se asume los referentes teóricos de L.S. Vigostky y sus seguidores, sustentados en el enfoque Histórico Cultural y su postulado acerca de la unidad de lo cognitivo y lo afectivo; desde esta óptica, se puede dar tratamiento a esta definición, en la que no todos que los autores destacan la necesaria e indisoluble unidad de las manifestaciones psicológicas en el plano cognitivo y afectivo,

Resulta oportuno referir que históricamente las corrientes conductistas enfatizaron en el papel del conocimiento, las habilidades y aptitudes en el desempeño personal y social, donde de manera general describieron lo emocional como un componente que solo matiza el comportamiento, pero no subrayan el rol de lo emocional como una capacidad a desarrollar como competencia, si no simplemente como un elemento a tener en cuenta en sus manifestaciones conductuales.

Sobre la base de las consideraciones anteriores retomamos los postulados de Vygotsky sobre la unidad de lo afectivo y lo cognitivo. Al respecto L. I. Bozhovich escribe: ...en la ontogenia, las necesidades del individuo se modifican no solamente por parte de su contenido y su dinamismo, sino también por parte de su estructura. En ellas interviene la conciencia y empiezan a actuar a través de fines conscientemente planteados, adoptando propósitos y resoluciones. En estos casos tenemos que ver, no ya con las necesidades, sino con sus nuevas formaciones funcionales, especie de unidad indisoluble de la necesidad y la conciencia, del afecto y el intelecto (pág 48, 1976).

De esta manera sobre la génesis de las corrientes de pensamiento psicológico se ha tratado al hombre de manera más integra, lo que ha posibilitado salirse de la interpretación unilateral del comportamiento humano dado por los conductistas y los psicoanalistas, dado solo por la observación de la conducta unos y por el estudio del inconsciente los otros.

Cabe agregar a este análisis los aportes hechos por la corriente de pensamiento humanista, cuyo principal exponente es Abraham Maslow (1908-1970). Esta rama de la psicología se concentra en la comprensión de la experiencia humana, a menudo llamada la tercera fuerza después del conductismo y el psicoanálisis.

En este sentido, destacados humanistas han expresado que esta corriente de pensamiento ha intentado ampliar los contenidos de la psicología, incluyendo aquellas experiencias humanas que son únicas, tales como el amor, el odio, el temor, la esperanza, la alegría, el humor, el afecto, la responsabilidad y el sentido de la vida; todos ellos, aspectos de nuestras vidas que generalmente no son estudiados ni se escribe sobre ellos de una forma científica, porque se resisten a ser definidos, manipulados y medidos (Schultz, 1981).

En el orden de las ideas anteriores, otros autores han hecho aportes al concepto de inteligencia emocional, así según Wisinger, "es en pocas palabras el uso inteligente de las emociones: de forma intencional, hacemos que nuestras emociones trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y a pensar de manera que mejoren nuestros resultados...". (200)

Según la definición de Goleman (2004) la inteligencia emocional, es la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, discernir entre ellos y aprovechar este conocimiento para orientar nuestra conducta, y la capacidad de discernir y responder adecuadamente a los estados de ánimo, temperamento, motivaciones y deseos de los demás

Atendiendo a estos antecedentes se toman los postulados de las corrientes psicológicas que lo precedieron para potenciar el término inteligencia emocional como sustento metodológico de las competencias emocionales en entrenadores deportivos.

Después de las consideraciones anteriores, se asumen el planteamiento de Bisquerra (2003) al referirse a las competencias emocionales como conjunto de conocimientos, capacidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales en diferentes contextos de interacción social.

Las competencias emocionales a partir de los autorreferentes de la personalidad

A partir de los referentes teóricos abordados sobre la inteligencia emocional, se tratarán las aptitudes o capacidades de la inteligencia emocional expresadas por Goleman y sus seguidores, y se retoman los autorreferentes de la personalidad esgrimidos por Gloria Fariñas, los cuales le llamaremos competencias emocionales entre los que se encuentran el autocontrol, el autoconocimiento, la asertividad y la autoestima

La asertividad es un modelo de relación interpersonal que consiste en conocer los propios derechos y defenderlos, respetando a los demás; tiene como premisa fundamental que toda persona posee derechos básicos o derechos asertivos

El autoconocimiento Según Goleman, es “conocer los propios estados internos, preferencias, recursos e intuiciones”. Incluye en estas las siguientes: conciencia emocional: (e. propias y ajenas), autoevaluación precisa: conocer fuerzas y debilidades propias y confianza en uno mismo.

Teniendo en cuenta el carácter polisémico del concepto autocontrol en las diferentes disciplinas científicas, se requiere de algunas exactitudes en las definiciones de este concepto, es así como (Labrador, F.J., Cruzado, J.A. y Muñoz, M., 1993). Señalan el autocontrol como una habilidad susceptible de aprendizaje, que engloba cualquier conducta controlada exclusivamente por variables auto generadas (físicas, sociales o cognitivas), que trate de alterar la probabilidad de ocurrencia de otra conducta cuya consecuencia, en algún momento, podrían resultar aversivas para el individuo.

La conducta del entrenador deportivo, a partir de las competencias emocionales

Este análisis epistemológico sobre la redefinición del concepto de competencia emocional y sus manifestaciones en los autorreferentes de la personalidad estudiados, sirven de punto de partida para la solución de las conductas inapropiadas que se manifiestan en los entrenadores de lucha en el contexto del proceso del entrenamiento y las competencias deportivas, y a su vez, contribuye al enriquecimiento teórico de la práctica deportiva, lo cual repercute en la formación de los entrenadores a través de la propuesta de un programa de intervención psicoeducativo para la formación y desarrollo de las competencias emocionales en estos pedagogos el deporte.

De esta manera se adjudica que, la formación y desarrollo de las competencias emocionales en los entrenadores del deporte de lucha constituye una necesidad, por el carácter psicopedagógico que requiere la enseñanza deportiva, la que demanda de actividades con un carácter desarrollador que incluyan un sistema de acciones de diversos niveles de integración con el propósito de activar el desarrollo de la personalidad, pues por su carácter formativo requiere de nuevas concepciones científicas para dar solución a esta requerimiento dentro de la actividad deportiva, con la que se pretende resolver esta demanda a través de la propuesta de un programa de intervención psicoeducativo que

sustentados en los postulados expuestos contribuya a desarrollar las competencias emocionales en los profesionales del deporte.

Conclusiones

-Al sistematizar esta búsqueda sobre las competencias emocionales corresponde precisar que el conocimiento que existe respecto a la problemática sobre el estudio de las competencias emocionales, es aún insuficiente, pues las mismas han tenido un tratamiento epistemológico más desde el componente cognitivo que el afectivo, por lo que se requiere profundizar en este último por estar este en correspondencia con el elemento conductual del sujeto que tiene la tarea de formar atletas; hecho que nos motivó a seguir investigando acerca del tema.

Bibliografía

1. Bozhovich, L. I. (1976). La personalidad y su formación en la edad infantil investigaciones psicológicas. La Habana: Pueblo y Educación.
2. Branden, N. (1990): Cómo mejorar su autoestima. Barcelona: Paidós.
3. Branden, N. (2005). Los seis pilares de la Autoestima. Buenos Aires: Editorial Paidós.
4. Calviño, M. (2000) Orientación Psicológica: Esquema referencial de alternativa múltiple, La Habana, Científico técnica.
5. Cano, A. (2003) Desarrollos actuales en el estudio del control emocional. *Ansiedad y Estrés* 9, 203-229.
6. Cañizares, H. (2008). La Psicología en la Actividad Física. Su aplicación en el deporte, la educación física, la recreación y la rehabilitación. Editorial Deportes. La Habana Cuba.
7. Cañizares, H. (2009). Psicología y Actividad Física. Su aplicación en a educación física, el deporte, la rehabilitación y la recreación. Editorial Deportes.
8. Codina, A. (2012). Inteligencia Emocional Para Directivos y la relaciones interpersonales. Editorial Ciencias Sociales, La Habana.
9. Coopersmith, S. (2000). Estudio sobre la estimación propia. Madrid: Scientific American. Ed. Blume.
10. Davis, M., Mckay, M., Eshelman, E., (2000). Técnicas de autocontrol emocional. México: Martínez Roca.

11. Domínguez García, L. (2003) ¿Yo, sí mismo o autovaloración? En L. Fernández Riuz, (comp.). Pensando en la personalidad. Selección de lecturas. Tomo 2. La Habana: Félix Varela.
12. García Ucha, F. (2004). Herramientas Psicológicas para entrenadores y atletas. La Habana: Editorial Científico Técnica.
13. Goleman, D (1996): La Inteligencia Emocional. ¿Por qué es más importante que el Cociente Intelectual? Javier Vergara Ed. Buenos Aires.
14. González, L. G. (2004) Identidad autorreguladora. Prolegómenos de una capacidad psicológica asociada al rendimiento deportivo. .
15. González Maura, V., López Rodríguez, A. y otros (2007) Educación de la Responsabilidad en la Práctica Profesional, Editorial Deportes. Ciudad de la Habana.
16. González Rey, F y Mitjans Martínez (1989) La personalidad su educación y desarrollo. La Habana: Pueblo y Educación.
17. González Rey, F. (1990). Algunas tendencias teóricas en el estudio de la Autovaloración. En F. González Rey, (pp. 32-85) Motivación moral en adolescentes y jóvenes. La Habana: Científico-Técnica.
18. González Rey, F. (1996) Problemas epistemológicos de la Psicología. La Habana: Academia
19. González Rey, F. (1997). Epistemología cualitativa y subjetividad. La Habana: Pueblo y Educación.
20. Gorbunov, G.D. (1988) Psicopedagogía del Deporte. Moscú: Vneshtorgizda.
21. Guash, J. (2000). Formación por Competencias y el profesional reflexivo. Facultad de Psicología. Universidad de La Habana, La Habana
22. López Rodríguez, A. (2006). La Educación Física. Más educación que física. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
23. Maslow, A (1990). La amplitud potencial de la naturaleza humana. México: Editorial Trillas.

Recibido: 8/04/15

Aceptado: 6/09/15