

**ESTUDIO EXPLORATORIO ACERCA DE LAS FORTALEZAS HUMANAS EN DEPORTISTAS ADOLESCENTES DE SELECCIONES NACIONALES ARGENTINAS: COMPARACIÓN CON ADOLESCENTES DE DIFERENTES NIVELES DE PRÁCTICA****María Julia Raimundi<sup>1</sup>, Vanina Schmidt<sup>1</sup> y Antonio Hernández-Mendo<sup>2</sup>****Universidad de Buenos Aires<sup>1</sup>, Argentina y Universidad de Málaga<sup>2</sup>, España.**

**RESUMEN:** Las fortalezas humanas son un conjunto de atributos positivos que se manifiestan en los pensamientos, sentimientos y en la conducta. El objetivo de este trabajo fue describir las fortalezas humanas de los adolescentes deportistas de Selecciones Nacionales Argentinas y compararlas con adolescentes de otros niveles de práctica. Participaron 721 adolescentes de ambos sexos (47.60% varones; 52.40% mujeres), de entre 11 y 19 años de edad ( $M = 15.27$ ;  $DT = 1.53$ ), pertenecientes a Selecciones Nacionales Argentinas ( $n = 238$ ), adolescentes que realizaban deporte como actividad recreativa extracurricular ( $n = 238$ ) y adolescentes que no practicaban deporte ( $n = 245$ ), quienes respondieron un cuestionario socio-demográfico y el Inventario de Fortalezas para adolescentes (VIA-Youth). Se encontraron diferencias en las fortalezas en función del sexo, edad, el tipo de deporte y el nivel competitivo. Se discuten los resultados en función del rol del deporte de élite en el desarrollo positivo de los adolescentes.

**PALABRAS CLAVE:** Fortalezas humanas; deporte de élite; adolescentes; desarrollo positivo.

**EXPLORATORY STUDY ABOUT CHARACTER STRENGTHS IN ARGENTINEAN ATHLETES FROM YOUTH NATIONAL TEAMS: COMPARISON WITH ADOLESCENTS FROM DIFFERENT LEVELS OF PRACTICE**

**ABSTRACT:** Character strengths are a set of positive attributes manifest in thoughts, feelings and behaviour. The aim of this study was to describe character strengths of adolescent athletes from Argentinean National Teams and compare them with adolescents from other levels of practice. Adolescents ( $n = 721$ ) of both sexes (47.60% male; 52.40% female) aged between 11 and 19 years ( $M = 15.27$ ;  $SD = 1.53$ ) from Argentinean National Teams ( $n = 238$ ), adolescents who practice extracurricular sport as a recreational activity ( $n = 238$ ) and adolescents that did not practice sport ( $n = 245$ ) participated in the study. They answered socio-demographic questionnaire and Values in Action Inventory for adolescents (VIA-Youth). Differences according to sex, age, type of sport and competition level were found. Results are discussed with regard to the role of elite sport in the positive youth development.

**KEYWORDS:** Character strengths; elite sport; adolescents; positive development.

**ESTUDO EXPLORATÓRIO DAS FORTALEZAS HUMANAS EM ATLETAS ADOLESCENTES DAS SELEÇÕES NACIONAL ARGENTINAS: COMPARAÇÃO COM ADOLESCENTES DE DIFERENTES NÍVEIS DE PRÁTICA**

**RESUMO:** As fortalezas humanas são um conjunto de atributos positivos manifestam em pensamentos, sentimentos e comportamento. O objetivo deste estudo foi descrever as fortalezas humanas do atletas adolescentes da Seleções Nacional Argentinas e compará-los com adolescentes de outros níveis de prática. Eles participaram 721 adolescentes de ambos sexos, (47.60% homens, 52.40% mulheres) com idades entre 11 e 19 anos ( $M = 15.27$ ;  $DP = 1.53$ ) pertencentes da Seleções Nacional Argentinas ( $n = 238$ ), adolescentes que realizavam esporte extracurricular como uma atividade recreativa ( $n = 238$ ) e adolescentes que não praticar esporte ( $n = 245$ ), que responderam a um questionário sócio-demográfico e Inventário Forças para adolescentes (VIA-Youth). Diferenças de acordo com sexo, idade, tipo de desporto e do nível competitivo encontrado. Os resultados são discutidos em termos do papel do desporto de elite no desenvolvimento positivo dos adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Forças humanas; esporte de elite; adolescentes; desenvolvimento positivo.

Manuscrito recibido: 18/09/2015  
Manuscrito aceptado: 24/11/2015

Dirección de contacto: María Julia Raimundi. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.  
Dirección postal: Av. Independencia 3065. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina. Correo-e: jraimundi@psi.uba.ar

La clasificación de las virtudes y fortalezas humanas responde a la necesidad del estudio de las características positivas de las personas como temáticas relevantes en Psicología (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). El trabajo de Peterson y Seligman (2004) es una extensa revisión de escritos de diferentes culturales y tiempos, como los tradicionales de los griegos, el Corán y otros textos que recogen virtudes o valores, desde aquellos más clásicos como los de Carlo Magno o Benjamin Franklin, a otros más actuales, como textos de John Templeton o el código de honor utilizado por los *Boy Scouts*, incluyendo el análisis de diversos modelos psicológicos (Peterson y Seligman, 2004). Los resultados de esta revisión indicaron que a través de estas culturas y tradiciones se valoraban como cualidades morales las siguientes seis virtudes centrales: la sabiduría y conocimiento, el valor, el amor y humanidad, la justicia, la templanza y la espiritualidad, y trascendencia. Quedaron excluidos de la clasificación los talentos y habilidades (e.g. la inteligencia) y aquellas características que no fueran valoradas a través de las culturas, como por ejemplo: la higiene, el silencio o la frugalidad. Por lo tanto, se trata de una descripción de características positivas ubicuas, valoradas universalmente, dejando de lado una clasificación idiosincrática de una cultura o prescriptiva de alguna circunstancia socioeconómica particular, incluso, más allá de una mera convención social (Peterson y Seligman, 2004).

Tabla 1  
*Clasificación de virtudes y fortalezas humanas de Peterson y Seligman (2004)*

Sabiduría y conocimiento	Coraje	Humanidad	Justicia	Templanza	Trascendencia
Creatividad	Valentía	Capacidad de amar	Trabajo en equipo	Capacidad de perdonar	Apreciación belleza y excelencia
Curiosidad	Perseverancia	Solidaridad	Equidad	Humildad	Gratitud
Apertura mental	Integridad	Inteligencia social	Liderazgo	Prudencia	Optimismo
Amor por el aprendizaje	Vitalidad			Autorregulación	Sentido del humor
Perspectiva					Religiosidad

Diferentes estudios empíricos recientes han mostrado que estas fortalezas contribuyen en la construcción de recursos personales que brindan posibilidades de alcanzar consecuencias positivas para la vida (Rashid et al., 2013). Específicamente en la adolescencia, estas características positivas se asocian a diversos indicadores de bienestar y desarrollo saludable, como satisfacción vital (Gillham et al., 2011; Giménez, 2010; Park y Peterson, 2006; Toner, Haslam, Robinson, y Williams, 2012; Weber, Ruch, Littman-Ovadia, Lavy, y Gai, 2013), rendimiento académico (Lounsbury, Fisher, Levy, y Welsh, 2009; Park y Peterson, 2006) y diversos intereses vocacionales (Proyer, Sidler, Weber, y Ruch, 2012). Asimismo, se asocian negativamente a indicadores de desajuste psicológico y escolar, como conductas internalizantes y externalizantes (Gilman, Dooley, y Florell, 2006; Park y Peterson, 2006, 2008) y ansiedad y depresión (Park y Peterson, 2008).

Actualmente, se asume que el deporte constituye un ámbito que propicia el desarrollo de valores y fortalezas pero son escasos los estudios empíricos que han abordado esta temática, por lo que implica un campo de reciente interés para la Psicología del deporte y la actividad física (Jones, Dunn, Holt, Sullivan, y Bloom, 2011; Lee, Whitehead, Ntoumanis, y Hatzigeorgiadis, 2008; Whitehead, Telfer, y Lambert, 2013). Según Torregrosa y Lee (2000), los valores, así como las

Los autores consideran que el concepto de virtud es algo demasiado amplio, abstracto y poco práctico para los psicólogos que desean desarrollarla y medirla. De esta forma, introducen el concepto de "fortaleza" para referirse a la manifestación psicológica de la virtud. Las fortalezas humanas son los ingredientes (procesos o mecanismos) psicológicos que definen las virtudes (Peterson y Seligman, 2004) y se definen como un conjunto de atributos positivos que se manifiestan en los pensamientos, sentimientos y en la conducta, que se presentan en distintas situaciones de la vida y se desarrollan a lo largo del tiempo (Park y Peterson, 2006).

Los autores especificaron una serie de criterios que determinaban si una fortaleza quedaba incluida o no en la clasificación definitiva, como por ejemplo: manifestarse en la conducta de un individuo (pensamientos, sentimientos y/o acciones) de tal manera que pueda ser evaluada, tener cierto grado de generalidad en diferentes situaciones y estabilidad a lo largo del tiempo; debe ser valorada moralmente en sí misma, aunque conlleve consecuencias positivas; y debe distinguirse de otras características positivas en su clasificación y no puede ser descompuesta en otras (Peterson y Seligman, 2004). En la Tabla 1 se presentan las 24 fortalezas humanas surgidas de la clasificación de Peterson y Seligman (2004).

fortalezas o las virtudes, no han sido variables que hayan recibido la atención científica que han recibido las actitudes, la motivación o las estrategias de afrontamiento.

Se han realizado estudios sobre las fortalezas en distintos ámbitos de la vida como el trabajo (e.g. Gander, Proyer, Ruch, y Wyss, 2012; Harzer y Ruch, 2013), la escuela (e.g. Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, y Linkins, 2009), los intereses vocacionales de los adolescentes (Proyer et al., 2012) y trabajos específicos como el de las fuerzas armadas (Cosentino y Castro-Solano, 2012), entre otros. En el deporte no se han encontrado estudios empíricos hasta el momento, aunque se considera que es uno de los ámbitos donde más se anima al desarrollo de las fortalezas (Peterson y Seligman, 2004).

El deporte de alto rendimiento o de élite se distingue por el alto grado de dedicación personal, necesario para lograr altos niveles de ejecución, conseguir el rendimiento máximo y alcanzar el éxito en la competición deportiva (Unisport, 1992). Debido a estas características que lo definen, los deportistas de élite son aquellos que desde la infancia o adolescencia dedican casi todo su tiempo a un entrenamiento sistemático y de alta exigencia en una especialidad deportiva, dotados de las habilidades técnicas, capacidades físicas, constitución física y cualidades psicológicas necesarias, con el objetivo de alcanzar los mejores resultados a nivel internacional (Instituto Nacional

del Deporte, 2007). De esta manera, el deporte de alto rendimiento ofrece oportunidades para que las personas con altas capacidades motrices puedan desarrollar su excepcionalidad, alcanzar rendimientos óptimos y sean reconocidos por estas capacidades (Alfaro, 2004). En Argentina, estos deportistas son denominados como "deportistas de representación nacional", ya que son aquellos que participan de torneos internacionales en sus disciplinas representando al país.

El deporte de élite durante la adolescencia puede posibilitar experiencias positivas y enriquecedoras, que implican momentos intensos, difíciles de encontrar en otros entornos (e.g. competir en un torneo de la magnitud de un Juego Olímpico o un Mundial), con posibilidades de conocer personas, lugares y situaciones, y adquirir unos hábitos de funcionamiento saludable que les serán muy útiles para el resto de su vida (Buceta, 2004). Ahora bien, para que ello suceda, se requiere de diversos aspectos personales (compromiso, motivación, persistencia) y del contexto, como el apoyo de los padres y el incentivo por parte de los entrenadores y pares (Buceta, 2004). Es por ello que resulta importante indagar acerca de las características que

contribuyen, en este nivel de práctica, a favorecer un contexto de desarrollo positivo para los adolescentes.

El objetivo principal de este trabajo es describir las fortalezas humanas de los adolescentes deportistas de Selecciones Nacionales Argentinas. Asimismo, los objetivos específicos son: estudiar las diferencias en las fortalezas humanas en función del género sexo, edad y tipo de deporte y estudiar las diferencias en las fortalezas humanas en función del nivel de práctica deportiva (Selección Nacional, recreativo, no práctica).

## MÉTODO

### Participantes

La muestra total fue de 721 adolescentes de ambos sexos (47.60% varones; 52.40% mujeres), de entre 11 y 19 años de edad ( $M = 15.27$ ;  $DT = 1.53$ ). El grupo de adolescentes de Selección Nacional (SN) ( $n = 238$ ) estuvo compuesto por deportistas de Selecciones Nacionales Argentinas de las categorías: juvenil, cadete, menor, infantil o formativa (en función a la denominación adoptada del deporte practicado). La distribución de casos por deporte y género se presenta en la Tabla 2.

Tabla 2

Características del deporte practicado en el grupo de deportistas de Selección Nacional

	Hombres % (n)	Mujeres % (n)	Total % (n)	
Deporte practicado	Basquetbol	64.4 (58)	35.6 (32)	37.8 (90)
	Balonmano	37.7 (20)	62.3 (33)	22.3 (53)
	Voleibol	57.1 (20)	42.9 (15)	14.7 (35)
	Taekwondo	50.0 (11)	50.0 (11)	9.2 (22)
	Gimnasia artística	-	100.0 (12)	5.0 (12)
	Atletismo	66.7 (8)	33.3 (4)	5.0 (12)
	Luchas	50.0 (3)	50.0 (3)	2.5 (6)
	Judo	20.0 (1)	80.0 (4)	2.1 (5)
	Gimnasia rítmica	-	100.0 (1)	0.4 (1)
	Boxeo	100.0 (1)	-	0.4 (1)
Tiro	100.0 (1)	-	0.4 (1)	
Tipo de deporte	Individual	41.7 (25)	58.3 (35)	25.2 (60)
	Colectivo	55.1 (98)	44.9 (80)	74.8 (178)
Años de práctica del deporte	Hasta 2 años	71.4 (10)	28.6 (4)	5.9 (14)
	Entre 2 y 5 años	58.5 (31)	41.5 (22)	22.3 (53)
	Entre 6 y 10 años	53.1 (68)	46.9 (60)	51.8 (128)
	Más de 10 años	32.6 (14)	67.4 (29)	18.1 (43)
	<i>M (DT)</i>	7.12 (3.05)	7.83 (3.03)	7.46 (3.06)
Horas semanales de práctica	Hasta 5 hs	70.0 (7)	30.0 (3)	4.4 (10)
	Entre 6 y 15 hs	49.6 (64)	50.4 (65)	56.3 (129)
	Entre 16 y 25 hs	57.1 (40)	42.9 (30)	30.6 (70)
	Más de 25 hs	25.0 (5)	75.0 (15)	8.7 (20)
	<i>M (DT)</i>	14.87	16.12	15.49 (6.79)

Asimismo, se contó con dos grupos de comparación. Por un lado, un grupo de adolescentes (GC1) que realizaban deporte como actividad recreativa extracurricular ( $n = 238$ ). Los deportes que practicaban eran: fútbol (29%), voleibol (11.8%), natación (10.5%), tenis (9.2%), artes marciales (7.1%), hockey (6.7%), básquetbol (6.3%), rugby (4.6%), balonmano (4.2%) y deportes como boxeo, equitación, gimnasia, *skate*, patín con una frecuencia menor al 2% del total. Por el otro, un grupo de adolescentes que no practicaban deporte (GC2) como actividad

extracurricular ( $n = 245$ ). Todos pertenecían a diferentes escuelas secundarias de la Ciudad de Buenos Aires (Argentina).

Se analizaron las diferencias en las variables sociodemográficas en los tres grupos. Se encontró que los grupos difieren en función del sexo,  $\chi^2(2,721) = 49.34$ ;  $p < .001$ . En el grupo de Selección Nacional (SN) la proporción de varones y mujeres es equitativa (51.70% de varones y 49.30% de mujeres). Sin embargo, en el GC1 hay un porcentaje mayor de varones (61.30%), mientras que en el GC2 este porcentaje es bastante menor (30.20 %). Respecto de la edad, el ANOVA

mostró que no hay diferencias entre los tres grupos,  $F(2,721) = 2.85$ ;  $p = .060$ .

### Instrumentos

**Cuestionario socio-demográfico.** Construido ad hoc para obtener datos acerca de las características sociodemográficas del adolescente (sexo, edad, deporte practicado y nivel de práctica, cantidad de años practicando el deporte y horas semanales dedicadas).

**Inventario de Fortalezas para adolescentes (VIA-Youth,** Park, y Peterson, 2006; adaptación: Raimundi, Molina, Hernández-Mendo, y Schmidt, 2015). Evalúa las fortalezas humanas mediante 115 ítems, en 23 subescalas, con una escala de tipo Likert de cinco puntos (desde *muy parecido a mí* hasta *nada parecido a mí*). En la consigna se le solicita al participante que responda en qué grado cada frase lo representa. Los ítems son del tipo "Creo que tengo el coraje o la valentía para enfrentar situaciones difíciles" (Valentía) y "Me entusiasmo cuando aprendo algo nuevo" (Amor al conocimiento y aprendizaje). En su versión original ha mostrado poseer indicadores de validez de contenido y de constructo y ha mostrado ser fiable (alfa de Cronbach entre .72 y .91) (Park y Peterson, 2006). La versión local mostró adecuados indicadores de validez y confiabilidad (Raimundi et al., 2015). Los coeficientes de consistencia interna (alfa de Cronbach) para la presente muestra fueron: .76 para creatividad, .73 para curiosidad, .64 para apertura mental, .77 para amor al aprendizaje, .66 para perspectiva, .72 para valentía, .70 para perseverancia, .75 para integridad, .72 para vitalidad, .62 para capacidad de amar, .74 para solidaridad, .75 para trabajo en equipo, .70 para equidad, .76 para liderazgo, .79 capacidad de perdonar, .68 para humildad, .63 para prudencia, .75 para autorregulación, .76 para apreciación de la belleza, .57 para gratitud, .79 para optimismo, .82 para sentido del humor y .85 para religiosidad. La subescala de inteligencia social no se incluyó en la versión adaptada debido a problemas en su medición (Raimundi et al., 2015).

### Procedimiento

El presente trabajo contó con la aprobación del Comité de Ética de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires.

Los adolescentes fueron contactados a través de los entrenadores y/o dirigentes de cada una de las Selecciones Nacionales Argentinas de los diferentes deportes y a través del Proyecto "Desarrollo Deportivo en la Escuela Media" de la Secretaría de Deporte de la Nación. Todas las administraciones se realizaron en las instalaciones del Centro Nacional de Alto Rendimiento (CeNARD), en la Ciudad de Buenos Aires.

Los adolescentes de los grupos de comparación participaron a través de escuelas secundarias a las que asistían, en Buenos Aires. Se contactó a las autoridades de las escuelas, se les explicó los objetivos de la investigación, y se obtuvo su permiso para la realización del estudio.

Para todos los grupos, las escalas fueron administradas de forma grupal por evaluadores entrenados, entre julio de 2013 y

febrero de 2014. Todos los adolescentes participaron en forma voluntaria y anónima, con consentimiento informado por parte de los padres.

### Análisis de datos

Se realizaron análisis descriptivos para analizar los perfiles de fortalezas en los deportistas de Selecciones Nacionales. Asimismo, se realizaron dos análisis de componentes de varianza, utilizando los procedimientos de mínimos cuadrados (VARCOMP) y Máxima Verosimilitud (GLM) y un análisis de generalizabilidad para estudiar las facetas que explican la varianza de las fortalezas humanas en estos deportistas.. Se utilizó como variables de asignación el sexo (s), edad (e), nivel competitivo (n) y las subescalas la escala (f). Como variables de medida se utilizaron los puntajes de las fortalezas humanas (y). Los dos análisis permitieron determinar que los errores residuales son iguales para ambos procedimientos, y por tanto, se asume que la muestra es lineal, normal y homocedástica (Hemmerle y Hartley, 1973; Searle, Casella, y McCulloch, 1992).

Con el fin de conocer las diferencias en el grupo de deportistas de Selecciones Nacionales en función del género sexo, edad y tipo de deporte, se realizó un análisis multivariado (MANOVA). Asimismo, se analizaron las diferencias en las fortalezas en función del nivel competitivo (Selección Nacional, Recreativo, No práctica) mediante MANCOVA. Debido a que se observaron diferencias en el porcentaje de varones y mujeres entre los grupos, se introdujo al género como covariable, para controlar su influencia. Como medidas del tamaño del efecto se utilizaron el eta cuadrado parcial ( $\eta^2$ ) y la  $r$  de Pearson (Cohen, 1992).

Se utilizó el programa SAS v.9.2. (Schlotzhauer y Littell, 1997) para realizar el análisis de componentes de varianza y el programa SAGT v.10 (Hernández-Mendo, Ramos-Pérez, y Pastrana, 2012) para realizar el análisis de generalizabilidad. El resto de los análisis se llevaron a cabo con el programa SPSS v.21.

### RESULTADOS

Los análisis descriptivos mostraron que las fortalezas humanas en las que los adolescentes de las Selecciones Nacionales Argentinas obtuvieron mayores puntajes fueron: gratitud, amor al aprendizaje y conocimiento, trabajo en equipo, solidaridad y optimismo. El perfil encontrado es similar para ambos sexos, es decir, las fortalezas en las que presentan mayores y menores puntajes son prácticamente las mismas para varones y para mujeres (Figura 1).

Los análisis del componente de la varianza mostraron que el modelo  $y = f*n*s*e$  fue significativo ( $p < .001$ ) y explicó el 58.96% de la varianza. Todas las facetas resultaron significativas, como las interacciones  $f*n$ ,  $f*s$ ,  $n*s$ ,  $f*e$ ,  $n*e$ ,  $s*e$ ,  $n*s*e$ . Con los datos obtenidos se realizó un análisis de generalizabilidad con el fin de comprobar la fiabilidad de la estructura numérica. Se obtuvo un índice G relativo (fiabilidad) de .98 y un índice G absoluto (generalizabilidad) de .98.

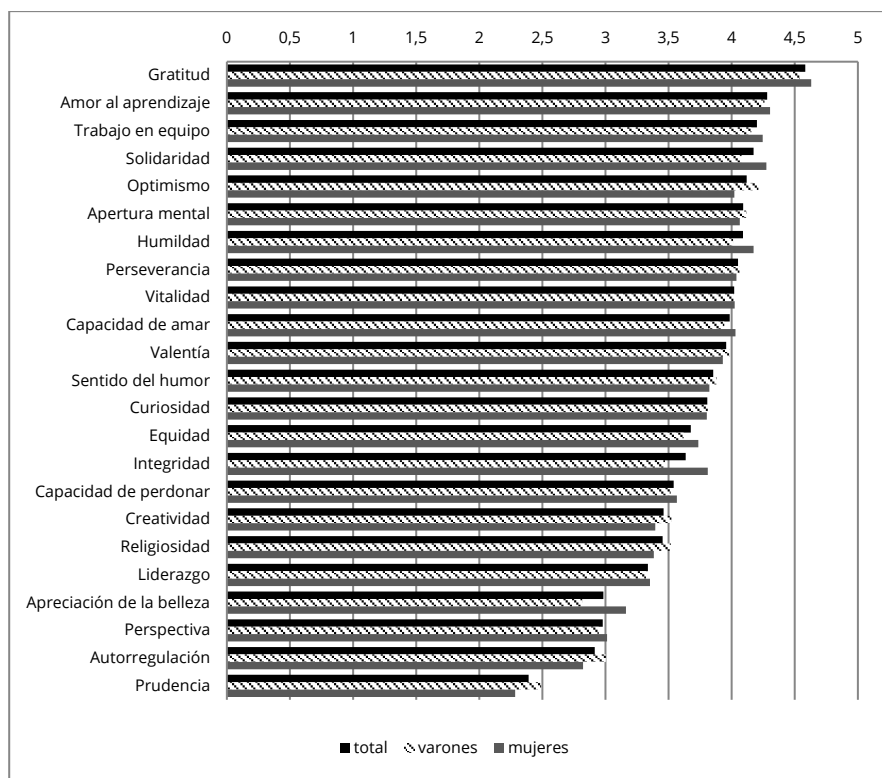


Figura 1. Ranking de fortalezas humanas para la muestra total de deportistas de Selecciones Nacionales y para varones y mujeres. Nota: debido a que el número de ítems por fortaleza no es equivalente, se utilizaron medias ponderadas.

El análisis multivariado realizado en el grupo de deportistas de las Selecciones Nacionales mostró que el sexo tiene un efecto significativo en las fortalezas humanas estos adolescentes,  $\Lambda$  Wilks = .84,  $F(23) = 1.59$ ,  $p = .049$ ,  $\eta^2 = .16$ . Asimismo, se encontró un efecto significativo de la edad,  $\Lambda$  Wilks = .39,  $F(161) = 1.22$ ,  $p = .040$ ,  $\eta^2 = .12$ , y el tipo de deporte,  $\Lambda$  Wilks = 0.76,  $F(23) = 2.64$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .24$ . Ninguna de las interacciones entre los factores resultó significativa: sexo con edad,  $\Lambda$  Wilks = 0.53,  $F(115) = 1.16$ ,  $p = .127$ ,  $\eta^2 = .12$ , sexo con tipo de deporte,  $\Lambda$  Wilks = 0.85,  $F(23) = 1.45$ ,  $p = .092$ ,  $\eta^2 = .15$ , edad con tipo de deporte,  $\Lambda$  Wilks = 0.65,  $F(92) = 0.97$ ,  $p = .553$ ,  $\eta^2 = .10$ , ni las tres variables en interacción,  $\Lambda$  Wilks = 0.82,  $F(46) = 0.89$ ,  $p = .675$ ,  $\eta^2 = .09$ . De acuerdo con los criterios de Cohen (1992), un eta cuadrado parcial ( $\eta^2$ ) de .01 indica un tamaño del efecto pequeño, .06 indica un efecto moderado y .14 un efecto grande.

En la Tabla 3 se presentan los resultados de los análisis univariados. Respecto del sexo, las mujeres obtuvieron puntajes significativamente más altos en las fortalezas de integridad, solidaridad y apreciación de la belleza. El tamaño del efecto ( $r$  de Pearson) de las diferencias es mediano. En cuanto a la edad, se encontraron diferencias, siempre a favor de los más pequeños, en amor al aprendizaje, trabajo en equipo, equidad, capacidad de perdonar, autorregulación y gratitud. El tamaño del efecto es mediano. Con respecto al tipo

de deporte, los de deporte individual tuvieron puntajes significativamente más altos en apreciación de la belleza y los de deporte colectivo, en humildad, liderazgo y trabajo en equipo. Los tamaños del efecto son grandes a medianos.

La comparación con los grupos de deporte recreativo (GC1) y no deporte (GC2) mostró un efecto principal de la covariable (sexo),  $\Lambda$  Wilks = 0.81,  $F(23) = 6.95$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .19$ , y del nivel competitivo,  $\Lambda$  Wilks = 0.66,  $F(46) = 6.76$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .18$ . Los contrastes univariados mostraron que los deportistas de Selección Nacional (SN) se perciben con mayor amor al aprendizaje ( $p < .001$ ), perseverancia ( $p < .001$ ), integridad ( $p < .001$ ), trabajo en equipo ( $p < .001$ ), humildad ( $p < .001$ ), gratitud ( $p < .001$ ) que ambos grupos, se perciben con mayor vitalidad ( $p = .018$ ), liderazgo ( $p = .006$ ) y optimismo -sólo respecto de GC2- ( $p = .003$ ) y mayor solidaridad -sólo con respecto a GC1- ( $p = .024$ ). Asimismo, el GC2 se diferenció significativamente de ambos grupos en creatividad ( $p = .002$ ), apreciación de la belleza ( $p < .001$ ) y curiosidad -sólo con SN- ( $p = .035$ ). El tamaño del efecto de estas diferencias es bajo (Tabla 4).

**Tabla 3**  
*Diferencias en función del género, la edad y el tipo de deporte en las fortalezas humanas de los deportistas de Selección Nacional*

	Varones (n = 123)			Mujeres (n = 115)			11-15 años (n = 59)			15-18 años (n = 179)			Individual (n = 60)			Colectivo (n = 178)		
	M (DT)	r	t	M (DT)	r	t	M (DT)	r	t	M (DT)	r	t	M (DT)	r	t	M (DT)	r	t
Creatividad	21.14 (4.47)	.15	1.28	20.36 (4.79)	.15	1.19	21.52 (4.57)	.17	1.47	20.51 (4.64)	.17	1.47	20.90 (4.57)	.17	1.47	20.71 (4.66)	.17	1.47
Curiosidad	22.86 (4.36)	.07	0.94	22.81 (4.71)	.01	23.77 (4.59)	22.53 (4.47)	1.84	0.66	22.83 (4.99)	2.1	22.83 (4.99)	22.84 (4.37)	22.84 (4.37)	22.84 (4.37)	22.84 (4.37)	22.84 (4.37)	22.84 (4.37)
Apertura mental	12.35 (2.18)	.05	0.50	12.19 (2.65)	.06	12.59 (1.87)	12.16 (2.56)	1.17	.242	12.18 (2.48)	1.3	12.18 (2.48)	12.30 (2.40)	12.30 (2.40)	12.30 (2.40)	12.30 (2.40)	12.30 (2.40)	12.30 (2.40)
Amor al aprend.	21.30 (3.24)	-.05	-.602	21.52 (3.28)	-.06	22.25 (3.04)	21.12 (3.28)	2.32	<b>.021*</b>	21.35 (3.79)	.27	21.35 (3.79)	21.42 (3.06)	21.42 (3.06)	21.42 (3.06)	21.42 (3.06)	21.42 (3.06)	21.42 (3.06)
Perspectiva	14.73 (2.83)	-.08	-.390	15.06 (3.07)	-.06	15.20 (3.11)	14.78 (2.89)	0.93	.349	14.80 (3.42)	.11	14.80 (3.42)	14.92 (2.77)	14.92 (2.77)	14.92 (2.77)	14.92 (2.77)	14.92 (2.77)	14.92 (2.77)
Valentía	23.89 (3.89)	.05	.578	23.58 (4.51)	.07	.783	23.64 (4.15)	0.62	.535	23.76 (5.16)	.07	23.76 (5.16)	23.75 (3.83)	23.75 (3.83)	23.75 (3.83)	23.75 (3.83)	23.75 (3.83)	23.75 (3.83)
Perseverancia	20.31 (3.21)	-.03	-.003**	20.19 (3.35)	-.03	19.86 (3.44)	20.37 (3.21)	-1.04	.295	20.60 (3.57)	.12	20.60 (3.57)	20.13 (3.17)	20.13 (3.17)	20.13 (3.17)	20.13 (3.17)	20.13 (3.17)	20.13 (3.17)
Integridad	13.89 (3.52)	-.09	-.928	15.24 (3.31)	-.09	15.25 (3.29)	14.30 (3.52)	1.81	.070	14.31 (3.59)	.21	14.31 (3.59)	14.61 (3.45)	14.61 (3.45)	14.61 (3.45)	14.61 (3.45)	14.61 (3.45)	14.61 (3.45)
Vitalidad	20.08 (3.29)	-.09	-.928	20.12 (3.64)	-.09	19.90 (3.51)	19.90 (3.51)	1.52	.129	19.91 (3.85)	.18	19.91 (3.85)	20.16 (3.32)	20.16 (3.32)	20.16 (3.32)	20.16 (3.32)	20.16 (3.32)	20.16 (3.32)
Cap. de amar	15.76 (2.88)	-.02	-.354	16.12 (3.06)	-.02	16.33 (2.86)	15.80 (3.00)	1.20	.231	15.45 (3.59)	.14	15.45 (3.59)	16.10 (2.72)	16.10 (2.72)	16.10 (2.72)	16.10 (2.72)	16.10 (2.72)	16.10 (2.72)
Solidaridad	20.39 (2.92)	-.25	-.51	21.37 (3.10)	-.25	21.50 (3.01)	20.65 (3.03)	1.87	.061	20.80 (3.13)	.22	20.80 (3.13)	20.88 (3.02)	20.88 (3.02)	20.88 (3.02)	20.88 (3.02)	20.88 (3.02)	20.88 (3.02)
Trab. en equipo	24.93 (3.41)	-.20	-.230	25.47 (3.54)	-.14	26.25 (3.08)	24.84 (3.54)	2.72	<b>.007**</b>	23.76 (4.46)	.31	23.76 (4.46)	25.67 (2.93)	25.67 (2.93)	25.67 (2.93)	25.67 (2.93)	25.67 (2.93)	25.67 (2.93)
Equidad	21.71 (4.68)	-.18	-.236	22.41 (4.41)	-.14	23.76 (4.04)	21.49 (4.58)	3.39	<b>.001**</b>	22.58 (4.89)	.38	22.58 (4.89)	21.87 (4.43)	21.87 (4.43)	21.87 (4.43)	21.87 (4.43)	21.87 (4.43)	21.87 (4.43)
Liderazgo	19.93 (4.70)	-.03	-.764	20.11 (4.85)	-.04	19.61 (5.45)	20.15 (4.52)	-0.75	.451	18.95 (5.31)	.09	18.95 (5.31)	20.37 (4.52)	20.37 (4.52)	20.37 (4.52)	20.37 (4.52)	20.37 (4.52)	20.37 (4.52)
Cap. de perdonar	14.06 (3.85)	-.03	-.702	14.26 (4.02)	-.04	15.81 (3.77)	13.61 (3.83)	3.83	<b>.000**</b>	14.11 (4.30)	.43	14.11 (4.30)	14.17 (3.80)	14.17 (3.80)	14.17 (3.80)	14.17 (3.80)	14.17 (3.80)	14.17 (3.80)
Humildad	28.07 (4.81)	-.18	-.88	29.21 (4.54)	-.22	29.50 (4.28)	28.33 (4.82)	1.66	.097	26.33 (6.19)	.19	26.33 (6.19)	29.39 (3.81)	29.39 (3.81)	29.39 (3.81)	29.39 (3.81)	29.39 (3.81)	29.39 (3.81)
Prudencia	7.47 (2.72)	.16	.709	6.85 (2.98)	.19	7.05 (2.92)	7.21 (2.85)	-0.37	.708	7.00 (2.69)	.04	7.00 (2.69)	7.23 (2.92)	7.23 (2.92)	7.23 (2.92)	7.23 (2.92)	7.23 (2.92)	7.23 (2.92)
Autoregulación	18.01 (5.10)	.15	1.22	16.93 (5.68)	.18	19.13 (6.07)	16.94 (5.07)	2.49	<b>.015*</b>	17.05 (5.59)	.46	17.05 (5.59)	17.64 (5.35)	17.64 (5.35)	17.64 (5.35)	17.64 (5.35)	17.64 (5.35)	17.64 (5.35)
Ap. de la belleza	14.08 (4.62)	-.27	-.78	15.80 (4.96)	-.32	14.93 (4.60)	14.91 (4.94)	0.03	.976	17.23 (4.54)	.00	17.23 (4.54)	14.13 (4.71)	14.13 (4.71)	14.13 (4.71)	14.13 (4.71)	14.13 (4.71)	14.13 (4.71)
Gratitud	18.15 (2.18)	-.13	-.187	18.52 (2.09)	-.15	18.91 (1.30)	18.13 (2.32)	3.19	<b>.002**</b>	17.91 (3.21)	.41	17.91 (3.21)	18.47 (1.62)	18.47 (1.62)	18.47 (1.62)	18.47 (1.62)	18.47 (1.62)	18.47 (1.62)
Optimismo	21.06 (3.24)	.19	.93	20.10 (4.25)	.21	21.05 (3.58)	20.44 (3.85)	1.06	.290	20.78 (4.14)	.05	20.78 (4.14)	20.53 (3.67)	20.53 (3.67)	20.53 (3.67)	20.53 (3.67)	20.53 (3.67)	20.53 (3.67)
Sent. del humor	15.53 (3.29)	.04	.623	15.29 (3.95)	.06	15.54 (4.23)	15.37 (3.40)	0.27	.783	14.98 (4.38)	.05	14.98 (4.38)	15.56 (3.32)	15.56 (3.32)	15.56 (3.32)	15.56 (3.32)	15.56 (3.32)	15.56 (3.32)
Religiosidad	21.11 (6.38)	.10	.312	20.29 (6.05)	.12	21.77 (5.54)	20.36 (6.40)	1.51	.131	21.41 (5.98)	.17	21.41 (5.98)	20.48 (6.30)	20.48 (6.30)	20.48 (6.30)	20.48 (6.30)	20.48 (6.30)	20.48 (6.30)

Nota: r = tamaño del efecto. \*Por no cumplirse la igualdad de varianzas según la Prueba de Levene, se utilizó la prueba t para varianzas desiguales.

\*p < .05 \*\*p < .01

Tabla 4  
*Diferencias en las fortalezas humanas en función del nivel de práctica del deporte*

	AR	GC1	GC2	F	p	$\eta^2$
	(n = 238)	(n = 238)	(n = 245)			
	M <sup>a</sup> (ET)	M <sup>a</sup> (ET)	M <sup>a</sup> (ET)			
Creatividad	20.75 (0.32)	22.29 (0.32)	22.31 (0.32)	7.96	<b>&lt;.001***</b>	.02
Curiosidad	22.86 (0.29)	23.40 (0.30)	23.93 (0.16)	3.19	<b>.041*</b>	.01
Apertura mental	12.28 (0.24)	11.88 (0.16)	11.86 (0.16)	2.06	.128	.01
Amor al aprendizaje	21.42 (0.24)	19.51 (0.24)	19.76 (0.24)	18.63	<b>&lt;.001***</b>	.05
Perspectiva	14.93 (0.19)	14.89 (0.20)	14.43 (0.20)	1.88	.153	.01
Valentía	23.75 (0.27)	23.27 (0.28)	22.87 (0.28)	2.55	.078	.01
Perseverancia	20.26 (0.23)	18.85 (0.23)	18.30 (0.23)	19.67	<b>&lt;.001***</b>	.05
Integridad	14.58 (0.24)	12.54 (0.24)	12.23 (0.24)	29.43	<b>&lt;.001***</b>	.08
Vitalidad	20.12 (0.24)	19.29 (0.24)	19.17 (0.24)	4.55	<b>.011*</b>	.01
Capacidad de amar	15.97 (0.21)	15.43 (0.21)	15.44 (0.21)	2.13	.119	.01
Solidaridad	20.93 (0.22)	20.10 (0.22)	20.31 (0.22)	3.86	<b>.021*</b>	.01
Trabajo en equipo	25.23 (0.25)	24.06 (0.26)	23.71 (0.25)	9.92	<b>&lt;.001***</b>	.03
Equidad	22.08 (0.29)	21.69 (0.30)	22.18 (0.30)	0.70	.493	.01
Liderazgo	20.04 (0.31)	19.44 (0.31)	18.68 (0.31)	4.78	<b>.009**</b>	.01
Capacidad de perdonar	14.17 (0.25)	14.55 (0.26)	14.54 (0.25)	0.75	.473	.01
Humildad	28.68 (0.31)	26.83 (0.32)	26.93 (0.32)	11.01	<b>&lt;.001***</b>	.03
Prudencia	7.16 (0.18)	6.87 (0.18)	6.98 (0.18)	0.63	.528	.01
Autorregulación	17.41 (0.36)	17.17 (0.37)	17.95 (0.36)	1.14	.318	.01
Apreciación de la belleza	15.02 (0.30)	17.85 (0.31)	18.32 (0.31)	34.25	<b>&lt;.001***</b>	.09
Gratitud	18.35 (0.15)	17.48 (0.15)	17.50 (0.15)	11.47	<b>&lt;.001***</b>	.03
Optimismo	20.58 (0.27)	19.71 (0.27)	19.32 (0.27)	5.80	<b>.003**</b>	.02
Sentido del humor	15.43 (0.23)	15.85 (0.23)	15.71 (0.23)	0.89	.409	.01
Religiosidad	20.76 (0.42)	21.52 (0.43)	21.58 (0.43)	1.18	.308	.01

Nota: ET = error típico. <sup>a</sup>La covariable que aparece en el modelo se evalúa en el siguiente valor: sexo = 1.53

\*p < .05 \*\*p < .01 \*\*\*p < .001

## DISCUSIÓN

El presente estudio se orientó, en primer lugar, a caracterizar las fortalezas humanas de los deportistas adolescentes de Selecciones Nacionales Argentinas. Las fortalezas en las que los adolescentes obtuvieron mayores puntajes fueron: gratitud, amor al aprendizaje y conocimiento, trabajo en equipo, solidaridad y optimismo. Los diferentes estudios han mostrado que los adolescentes de población general tienen medias especialmente altas en las fortalezas humanitarias y especialmente bajas en las de templanza (Giménez, 2010; Park y Peterson, 2003; Ruch, Weber, Park, y Peterson, 2014). Los resultados encontrados muestran que los adolescentes deportistas de Selección Nacional presentan un perfil de fortalezas particular, en donde se destacan características positivas que tienen que ver con el logro de un objetivo (amor al aprendizaje y optimismo) y el trabajo con otros (solidaridad y trabajo en equipo), mientras que las fortalezas más bajas siguen siendo las mismas que las de los adolescentes de población general.

Trabajos sobre desarrollo positivo a través del deporte muestran que los deportistas se perciben con altos indicadores de valores prosociales, como compasión y conexión con otros y un sentimiento de competencia y autoconfianza (Jones et al., 2011). Por otro lado, los atletas olímpicos se describen y son descritos por sus entrenadores y familiares como poseedores de diversas habilidades que les han permitido llegar al máximo nivel (Gould, Dieffenbach, y Moffett, 2002): la capacidad de afrontar obstáculos y adversidades y para plantarse y lograr sus objetivos (dedicación al objetivo y determinación), confianza en sí mismos, ética de trabajo, liderazgo. Estudios recientes en deportistas y practicantes de actividad física frente a no practicantes también indican que estas actividades

permiten el desarrollo de características de personalidad positivas como optimismo, perseverancia, autoeficacia y resiliencia (Guillén y Angulo 2016; Guillén y Laborde, 2014; Laborde, Guillén, y Mosley, 2016). Con respecto al constructo de resiliencia, se plantea que la motivación, confianza, el foco en la tarea y el apoyo social percibido constituyen factores protectores frente a los efectos negativos del estrés y las presiones que deben afrontar para lograr un rendimiento óptimo (Fletcher y Sarkar, 2012).

Por lo tanto, los estudios citados son consistentes con los resultados encontrados: los deportistas de élite poseen fortalezas en el ámbito de las relaciones con los demás y en la autoeficacia para afrontar situaciones de su vida deportiva.

Al estudiar las diferencias entre los deportistas de las Selecciones Nacionales en función del sexo, se encontró que las mujeres se perciben con mayor en integridad, solidaridad y apreciación de la belleza. En adolescentes de población general también se encontró que las chicas puntúan más alto en apreciación de la belleza, equidad, solidaridad y perspectiva, fortalezas relacionadas con la trascendencia y con la relación con los demás (Giménez, 2010; Park y Peterson, 2006; Ruch et al., 2014; Toner et al., 2012). Asimismo, desde la perspectiva del desarrollo moral, los resultados muestran que las mujeres presentan niveles de razonamiento moral más elevados que los varones (Shields y Bredemeier, 2001 citado en Weinberg, y Gould, 2010), y, desde los modelos de personalidad, las mujeres valoran y profundizan más en sus sentimientos, son más afectuosas y están más interesadas en el arte que los varones (McCrae et al., 2005).

En cuanto a la edad, se encontraron diferencias, siempre a favor de los más pequeños, en algunas de las fortalezas. Los estudios con adolescentes de población general en distintos

países también mostraron que los más pequeños se perciben con más fortalezas que los más grandes (Giménez, 2010; Park y Peterson, 2006; Ruch et al., 2014). Trabajos con deportistas de diferentes niveles que estudian la variable de optimismo, encontraron resultados contradictorios (García-Naveira, Ruiz-Barquín, y Ortín, 2015). Aún no hay demasiadas hipótesis acerca de este fenómeno, por lo que se deberá seguir indagando. ¿Qué factores contribuyen a que se desarrollen las fortalezas? ¿Podrá influir cierto ajuste en la percepción de los adolescentes más grandes que hace que se perciban con menos fortalezas que los más pequeños?

Con respecto al tipo de deporte, los de deporte colectivo presentaron mayores puntajes en trabajo en equipo, humildad y liderazgo, fortalezas de humanidad necesarias para cohesionarse y lograr los objetivos que se proponen desde un equipo. Los de deporte individual se diferenciaron en apreciación de la belleza, fortaleza que implica el notar y apreciar la belleza de las cosas o interesarse por aspectos de la vida como la naturaleza, el arte, la ciencia. Para los deportes individuales como la gimnasia, el atletismo o las artes marciales, la técnica individual es algo fundamental para el rendimiento. Esta fortaleza podría implicar una capacidad mayor para apreciar las sutilezas y la armonía de los movimientos. No se han encontrado antecedentes para el estudio de las fortalezas en el deporte desde esta perspectiva. Sin embargo, desde el estudio de la personalidad positiva y la fortaleza mental, se encontró que los deportistas de modalidades individuales son los que puntúan más alto en estas características positivas (Laborde et al., 2016). Será necesario seguir indagando en los factores individuales y del contexto que influyen en el desarrollo de estas fortalezas a través de la modalidad de deporte que se practique.

El último objetivo se orientó a comparar las fortalezas humanas en función del nivel de práctica del deporte. Los deportistas de Selección Nacional presentaron mayores puntajes en: amor al aprendizaje, perseverancia, integridad, vitalidad, solidaridad, trabajo en equipo, liderazgo, humildad, gratitud y optimismo. Estas fortalezas tienen que ver, por un lado, con la fuerza para persistir tras una meta y fortalezas relacionadas con la humanidad, es decir, fortalezas sociales necesarias para convivir con otros (Raimundi et al., 2015). La intensidad de la práctica deportiva que realizan estos adolescentes y las metas explícitas a las que se orientan (e.g. mejorar sus habilidades técnicas, su rendimiento en competiciones, clasificar a diferentes torneos internacionales) pueden hacer que estas fortalezas se desarrollen de una manera más amplia, en comparación con adolescentes que no practican deporte en este nivel. Asimismo, las diferencias encontradas en las fortalezas sociales podrían tener que ver con el contexto en el cual desarrollan su deporte, que implica, tanto en el deporte individual como en el colectivo, equipos de trabajo, convivencia diaria, concentraciones y viajes a torneos internacionales en compañía de otros.

Desde el modelo de valores de Schwartz (1992) se encontró que nadadores de nivel de Selección Nacional, en comparación con deportistas de nivel recreativo y no deportistas presentaban mayores valores de estimulación y conformidad (Aplin y Saunders, 1999). La estimulación refiere al valor de excitación, novedad y retos en la vida y la conformidad al

control de las acciones, inclinaciones e impulsos que pueden ofender o perjudicar a otros o violar las expectativas sociales o normas (Balaguer, Castillo, García-Merita, Guallar, y Pons, 2006). Estos resultados son consistentes con lo encontrado, ya que, por una parte, el valor de la estimulación tiene que ver con la fuerza necesaria para afrontar desafíos y persistir tras una meta, características de las personas con alto optimismo, vitalidad y perseverancia, y por la otra, la conformidad implica fortalezas sociales que permiten convivir con los demás, como la integridad, humildad y la solidaridad. Particularmente, se ha encontrado que la fortaleza de optimismo implica una variable asociada principalmente con la práctica deportiva y con el rendimiento (García-Naveira y Díaz Morales, 2010; García-Naveira, Ruiz-Barquín, y Ortín, 2015; Guillén y Angulo, 2016; Laborde et al., 2016).

Por otro lado, se encontró que los adolescentes que no practicaban deporte presentaron puntajes significativamente mayores que ambos grupos de deportistas (GC1 y SN) en creatividad, curiosidad y apreciación de la belleza. Estas fortalezas, llamadas por algunos autores "fortalezas cognitivas" se relacionan con los procesos cognitivos y/o de aprendizaje (Giménez, 2010), implicando la predisposición a aprender, conocer y pensar nuevas formas de hacer las cosas y apreciar la belleza del mundo. Tradicionalmente este tipo de características y habilidades no han sido asociadas a las actividades físicas y sí a las actividades artísticas o a las actividades escolares, por lo que podría pensarse que estas diferencias se pueden dar por el tipo de socialización y la identificación que se adquiere durante la adolescencia mediante la realización de una actividad u otra. Resta comprender qué papel cumplen los contextos en los que se desarrollan las fortalezas (padres, escuela, profesores) y por qué podrían producirse estas diferencias en la percepción de estas características positivas.

Aún resta investigar mediante estudios longitudinales si es el deporte el que hace que se desarrollen estas cualidades o son estas características las que les permiten llegar a este nivel de práctica deportiva intensa. Desde un modelo sistémico, se plantea una necesaria una interacción entre ambas fuentes (el contexto y las características personales) que posibilita que estos adolescentes se desarrollen en un entorno que potencia sus recursos personales. Al interaccionar con el contexto deportivo, los deportistas han sido reforzados positivamente en el dominio y éxito deportivo, teniendo expectativas positivas sobre su futuro. Por ello, también es importante seguir indagando el papel de las personas involucradas en este contexto, especialmente los entrenadores y los padres.

Por último, el estudio de las fortalezas humanas es considerado un campo caracterizado como joven y en desarrollo (Niemic, 2013) por lo cual, se plantea la relevancia de perfeccionar las medidas con las que se estudian estos constructos. Más allá de estas limitaciones, este trabajo aporta información para conocer las características positivas de los adolescentes deportistas de élite y brinda la posibilidad de promover y generar estrategias para favorecer su bienestar personal y el desarrollo de su potencial.



REFERENCIAS

- Alfaro, E. (2004). El talento psicomotor y las mujeres en el deporte de alta competición. *Revista de Educación*, 335, 127-151.
- Aplin, N. G., y Saunders, J. E. (1999). Values associated with sport in Singapore junior colleges. En *10 th European Congress of Sport Psychology on «Psychology of Sport and Exercise: Enhancing the Quality of Life»* (pp. 65-67). Prague, Czech Republic.
- Balaguer, I., Castillo, I., García Merita, M., Guallar, A., y Pons, D. (2006). Análisis de la estructura de valores en los adolescentes. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 59(3), 345-358.
- Buceta, J. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159. doi:10.1037/0033-2909.112.1.155
- Cosentino, A., y Castro-Solano, A. (2012). Character strengths: A study of argentinean soldiers. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(01), 199-215. doi:10.5209/rev\_SJOP.2012.v15.n1.37310
- Fletcher, D. y Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 669-678. doi:10.1016/j.psychsport.2012.04.007
- Gander, F., Proyer, R., Ruch, W., y Wyss, T. (2012). The good character at work: An initial study on the contribution of character strengths in identifying healthy and unhealthy work-related behavior and experience patterns. *International archives of occupational and environmental health*, 85(8), 895-904. doi:10.1007/s00420-012-0736-x
- García-Naveira, A. y Díaz-Morales, J. (2010). Relación entre optimismo/pesimismo disposicional, rendimiento y edad en jugadores de fútbol de competición. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 5(1), 45-60.
- García-Naveira, A., Ruiz-Barquín, R., y Ortín, F. (2015). Optimismo y competitividad en jóvenes atletas de rendimiento. *Revista Latinoamericana de Psicología* 47(2), 124-135.
- Gillham, J., Adams-Deutsch, Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., Winder, B., Peterson, C., Park, N., Abenavoli, R., Contero, A., & Seligman, M. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 31-44. doi:10.1080/17439760.2010.536773
- Gilman, R., Dooley, J., y Florell, D. (2006). Relative levels of hope and their relationship with academic and psychological indicators among adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(2), 166-178. doi:10.1521/jscp.2006.25.2.166
- Giménez, M. (2010). *La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes (VIA-Youth): Relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico* (Tesis doctoral no publicada). Universidad Complutense de Madrid, España.
- Gould, D., Dieffenbach, K., y Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172-204. doi:10.1080/10413200290103482
- Guillén, F. y Angulo, J. (2016). Análisis de rasgos de personalidad positiva y bienestar psicológico en personas mayores practicantes de ejercicio físico vs no practicantes. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 113-122.
- Guillén, F. y Laborde, S. (2014). Higher-order structure of Mental Toughness and the analysis of latent mean differences between athletes from 34 disciplines and non-athletes. *Personality & Individual Differences*, 60, 30-35.
- Harzer, C., y Ruch, W. (2013). The application of signature character strengths and positive experiences at work. *Journal of Happiness Studies*, 14(3), 965-983. doi:10.1007/s10902-012-9364-0
- Hemmerle, W., y Hartley, H. (1973). Computing maximum likelihood estimates for the mixed AOV Model using the w-transformation. *Technometrics*, 15, 819-831.
- Hernández-Mendo, A., Ramos-Pérez, F., y Pastrana, J. (2012). SAGT: Programa informático para análisis de Teoría de la Generalizabilidad. SAFE CREATIVE. Código: 1204191501059.
- Instituto Nacional del Deporte (2007). *Informe final de evaluación del Programa de Alto Rendimiento*. Santiago, Chile: Ministerio del Deporte-Instituto Nacional del Deporte.
- Jones, M. I., Dunn, J., Holt, N., Sullivan, P., y Bloom, G. (2011). Exploring the «5 Cs» of positive youth development in sport. *Journal of Sport Behavior*, 34(3), 250-267.
- Laborde, S., Guillén, F. y Mosley, E. (2016). Positive personality trait like individual differences in athletes from individual and team sports and in non-athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, 26, 9-13.
- Lee, M., Whitehead, J., Ntoumanis, N., y Hatzigeorgiadis, A. (2008). Relationships among values, achievement orientations, and attitudes in youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 588-610.
- Lounsbury, J., Fisher, L., Levy, J., y Welsh, D. (2009). An investigation of character strengths in relation to the academic success of college students. *Individual Differences Research*, 7(1), 52-69.
- McCrae, R., Terracciano, A., Shakespeare-Finch, J., Neubauer, A., Leibovich, N., y Schmidt, V. (2005). Universal features of personality traits from the observer's perspective: Data from 50 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(3), 547-561.
- Niemiec, R. (2013). VIA Character strengths: Research and practice (the first 10 years). En H. Knoop, y A. Delle Fave (Eds.), *Well-being and cultures* (pp. 11-30). New York: Springer.
- Park, N., y Peterson, C. (2003). Assessment of character strengths among youth: The Values in Action Inventory of Strengths for Youth. En K. A. Moore y L. H. Lippman (Eds.), *What do children need to flourish? Conceptualizing and measuring indicators of positive development* (pp. 13-23). New York: Springer.
- Park, N., y Peterson, C. (2006). Moral competence and character strengths among adolescents: The development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. *Journal of Adolescence*, 29(6), 891-909. doi:10.1016/j.adolescence.2006.04.011
- Park, N., y Peterson, C. (2008). Positive Psychology and character strengths: Application to a strengths-based

- school counseling. *Professional School Counseling*, 12(2), 85-93.
- Peterson, C., y Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Proyer, R., Sidler, N., Weber, M., y Ruch, W. (2012). A multi-method approach to studying the relationship between character strengths and vocational interests in adolescents. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 12(2), 141-157. doi:10.1007/s10775-012-9223-x
- Raimundi, M. J., Molina, M. F., Hernández-Mendo, A., y Schmidt, V. (2015). *Adaptación argentina del Inventario de Fortalezas en adolescentes (VIA-Youth): Propiedades psicométricas y alternativas para su factorización*. Manuscrito presentado para publicación.
- Rashid, T., Anjum, A., Lennox, C., Quinlan, D., Niemiec, R., Mayerson, D., y Kazemi, F. (2013). Assessment of character strengths in children and adolescents. En C. Proctor y P. Linley (Eds.), *Research, applications, and interventions for children and adolescents* (pp. 81-115). Dordrecht: Springer Netherlands. doi:10.1007/978-94-007-6398-2
- Ruch, W., Weber, M., Park, N., y Peterson, C. (2014). Character strengths in children and adolescents. Reliability and initial validity of the German Values in Action Inventory of Strengths for Youth (German VIA-Youth). *European Journal of Psychological Assessment*, 30(1), 57-64. doi:10.1027/1015-5759/a000169
- Schlotzhauer, S., y Littell, R. (1997). *SAS System for Elementary Statistical Analysis* (2.ª ed.). Cary, NC: SAS Institute Inc.
- Schwartz, S. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. En M. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 1-65). London: Academic Press.
- Searle, S., Casella, G., y McCulloch, C. (1992). *Variance components*. New York: John Wiley & Sons.
- Seligman, M., y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi:10.1037//0003-066X.55.1.5
- Seligman, M., Ernst, R., Gillham, J., Reivich, K., y Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311. doi:10.1080/03054980902934563
- Toner, E., Haslam, N., Robinson, J., y Williams, P. (2012). Character strengths and wellbeing in adolescence: Structure and correlates of the Values in Action Inventory of Strengths for Children. *Personality and Individual Differences*, 52(5), 637-642. doi:10.1016/j.paid.2011.12.014
- Torregrosa, M., y Lee, M. (2000). El estudio de los valores en Psicología del Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 71-83.
- Unisport. (1992). Deporte de alto rendimiento. En *Diccionario de las Ciencias del Deporte*. Málaga: Junta de Andalucía.
- Weber, M., Ruch, W., Littman-Ovadia, H., Lavy, S., y Gai, O. (2013). Relationships among higher-order strengths factors, subjective well-being, and general self-efficacy - The case of Israeli adolescents. *Personality and Individual Differences*, 55(3), 322-327. doi:10.1016/j.paid.2013.03.006
- Weinberg, R., y Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del deporte y el ejercicio físico* (4ª ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Whitehead, J., Telfer, H., y Lambert, S. (2013). *Values in sport and physical education*. New York: Routledge.

#### Agradecimientos

Se agradece a los deportistas, entrenadores, padres y autoridades de las instituciones que participaron de este estudio por su invaluable colaboración: Selecciones Nacionales Formativas de Básquetbol, Voleibol, Balonmano, Gimnasia artística, Judo, Taekwondo, al "Proyecto de Desarrollo Deportivo en la Escuela Media" de la Secretaría de Deporte de la Nación y a los adolescentes, padres y autoridades de las escuelas secundarias. Esta investigación fue financiada por el CONICET (Res. 329/11) y por la Secretaría de Ciencia y Técnica de la Universidad de Buenos Aires (Proyecto UBACyT 20020130100434. Directora: Dra. Vanina Schmidt. Codirectora: Dra. Nora Leibovich de Figueroa).