



Evaluación de la personalidad grit en taekwondistas juveniles

Grit personality assessment in youth taekwondo players

Lynda L. Laurin^{1,2} ; Guillermo A. Saez-Abello² ; Andrés M. Ariza-Viviescas^{2*} 

¹Centro de alto rendimiento L3 performance. Texas, Estados Unidos; e-mail: lltkd@gmail.com

²Centro de Investigación y Capacitación EducaTKD. Manizales- Caldas, Colombia; e-mail: investigacionsaez@hotmail.com; andrecio1@hotmail.com

*autor de correspondencia: andrecio1@hotmail.com

Cómo citar: Laurin, L.L.; Saez-Abello, G.A.; Ariza-Viviescas, A.M. 2023. Evaluación de la Personalidad grit en taekwondistas juveniles. Revista Digital: Actividad Física y Deporte. 9(1):e2256. <http://doi.org/10.31910/rdafd.v9.n1.2023.2256>

Artículo de acceso abierto publicado por Revista Digital: Actividad Física y Deporte, bajo una licencia Creative Commons CC BY-NC 4.0

Publicación oficial de la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales U.D.C.A, Institución de Educación Superior Acreditada de Alta Calidad por el Ministerio de Educación Nacional.

Recibido: junio 22 de 2022 **Aceptado:** noviembre 3 de 2022 **Editado por:** Néstor Ordoñez Saavedra

RESUMEN

Introducción: Múltiples estudios en la literatura, actualmente, defienden la importancia de los diferentes rasgos de la personalidad y su utilidad predictiva en el éxito deportivo. **Objetivo general:** Identificar los niveles de la personalidad grit en Taekwondistas estadounidenses de la categoría juvenil. **Materiales y métodos:** El diseño del estudio fue de enfoque cuantitativo y de alcance descriptivo y de corte transversal, para una muestra de taekwondistas (N=121), de ambos sexos. Para medir la personalidad grit, se utilizó la escala de grit. **Resultados y discusión:** El promedio de la personalidad grit fue 3,96 ($\pm 0,51$), en hombres y de 3,89 ($\pm 0,39$), en mujeres. La media de edad en años, tanto de hombres como de mujeres, fue de 14,30 $\pm 0,92$ y 14,07 $\pm 0,97$, respectivamente. **Conclusión:** Se pudo identificar que personalidad grit de esta población es medianamente alta, lo que sugiere que los taekwondistas juveniles estadounidenses poseen adecuados niveles de pasión y de perseverancia, en correspondencia con la escala de grit. Asimismo, se pudo determinar que el grit es ligeramente superior en hombres en comparación con las mujeres.

Palabras clave: Éxito deportivo; Pasión; Personalidad grit; Taekwondistas juveniles; Utilidad predictiva.

ABSTRACT

Introduction: Multiple studies in the current literature have defended the importance of different personality traits and their predictive utility in sports success. **Objective:** To identify the levels of grit personality in American Taekwondists of the youth category. **Materials and methods:** The study design was quantitative and descriptive in scope, and cross-sectional for a sample of (N=121) Taekwondists of both sexes. To measure Grit personality, the Grit scale was obtained. **Results and discussion:** The average grit personality was 3.96 (± 0.51) in men, and 3.89 (± 0.39) in women. The mean age in years for both men and women was 14.30 ± 0.92 and 14.07 ± 0.97 , respectively. **Conclusion:** It was possible to identify that the grit personality of this population is moderately high, which suggests that American junior taekwondo athletes have adequate levels of passion and perseverance in correspondence with the grit scale. Likewise, it was possible to determine

that the grit is slightly higher in men compared to women.

Keywords: Grit personality; Passion; Predictive utility; Sporting success; Taekwondo players.

INTRODUCCIÓN

Múltiples estudios en la literatura, en el ámbito actual, defienden la importancia de los diferentes rasgos de personalidad y su utilidad predictiva en diferentes contextos deportivos, asociando este factor a la posibilidad del aumento del rendimiento deportivo y en la consecución de logros deportivos (Allen *et al.* 2013; Cohen *et al.* 2018).

Para desarrollar cierta experiencia en el deporte y alcanzar diversos niveles, así como también expectativas y metas, es fundamental contemplar diversas características, como la pasión y la perseverancia en los diferentes individuos, además de la disciplina, la ética y, ante todo, el compromiso deportivo, llevando una seguidilla a las diferentes variables que competen el entrenamiento para, de esta manera, fundamentar el buen desempeño deportivo.

Duckworth *et al.* (2007) propusieron un instrumento no cognitivo, el cual, se sustenta en la determinación del potencial de producción del rendimiento, denominado personalidad grit o simplemente grit, que se basa en diferentes teorías para determinar, finalmente, la actitud de un individuo, siendo capaz de incrementar, de manera exponencial, su rendimiento, a pesar de las diversas circunstancias que, en el marco del deporte, se puedan desarrollar. Por otro lado, para autores, como Schmidt *et al.* (2018), indican que este instrumento haría referencia al esfuerzo desplegado del deportista, con el objetivo de persistir hacia la meta deportiva en consistencia y en concordancia con sus intereses.

El término “grit” es definido como la perseverancia y la pasión de una persona, a través del tiempo y las adversidades (Duckworth *et al.* 2007); es designar un mérito de desempeño en los diversos logros generados y establecer la capacidad para percibir diferentes metas en el ámbito deportivo en el tiempo y la tenacidad frente a los diferentes malogros y fracasos, que se puedan presentar (Duckworth *et al.* 2007). La personalidad grit determina características de resiliencia, representando la capacidad para

recuperar la motivación en momentos de adversidad o de fracaso (Duckworth *et al.* 2007; Perkins-Gough, 2013), Adicionalmente, Duckworth *et al.* (2007) señalaron que el grit también define la persistencia frente a diversos problemas, en cuanto al desinterés y las diferentes pasiones encontradas en el marco de la adversidad, que el devenir presenta; estos saberes del grit representan una caracterización importante, para conocer la consistencia de intereses, así como también la perseverancia y el esfuerzo frente a una meta u objetivo en cuestión. La coherencia de intereses (CI) reflejan la tendencia de los individuos a soportar el compromiso y el enfoque frente a una meta, determinada por intereses predominantemente personales. La perseverancia de esfuerzo (PE) expresa la persistencia de los diversos objetivos a largo plazo, con un esfuerzo sostenido, a pesar de los obstáculos y los reveses (Duckworth & Gross, 2014).

Duckworth (2016), en el libro “Grit: The Power of Passion and Perseverance”, documenta una comparación de las personas que poseen este rasgo de grit y su desempeño al enfrentar las adversidades, utilizando mejor sus capacidades a largo plazo, sin enfocarse en errores o tropiezos en objetivos de corto plazo, manteniéndolos enfocados en el verdadero objetivo y determinando los errores, como un proceso de aprendizaje para el futuro. Múltiples investigaciones demuestran que grit es un óptimo medidor de éxito, mejor que la inteligencia emocional y el talento. Se debe tener en cuenta que ser una persona con características de grit es perseguir un solo objetivo a largo plazo, con perseverancia y pasión, no varios objetivos (Duckworth, 2016).

Estudios han demostrado que los atletas de alto nivel responden a mentalidades diferentes a los atletas de amateur en poblaciones generales (Ericsson *et al.* 2018; Sigmundsson *et al.* 2020), ya que los deportistas de élite suelen conseguir puntuaciones más altas en las escalas que evalúan la pasión (Vallerand, 2008), el valor (Duckworth *et al.* 2007) y la mentalidad (Dweck, 2017).

Es así, que la determinación, como acción de toma de decisiones, responde a un indicador de resistencia a los diferentes objetivos a mediano y largo plazo (Duckworth, 2016; Duckworth & Quinn, 2009), concretando un esfuerzo fundamental para mantener el interés, a pesar de los diferentes impedimentos que depara el progreso (Duckworth, 2016). Como

conclusión, grit delimita dos dimensiones del conocimiento, "perseverancia de esfuerzos y consistencia de intereses" (Duckworth & Quinn, 2009), definiendo que la primera dimensión indica la cantidad de intentos manifestados para el fin de un objetivo, previamente establecido y la segunda dimensión, representa el enfoque y el compromiso con un conjunto de metas importantes (Silvia *et al.* 2013). Muenks *et al.* (2018) sugieren que "la perseverancia en el esfuerzo está más fuertemente asociada con la motivación y el logro que con la coherencia de los intereses".

Psicólogos sostienen que la persistencia, en términos comparativos, tiene la misma representación que el intelecto para acercarse a los logros deportivos (Duckworth *et al.* 2007). Respecto a lo anterior, la evidencia científica muestra que, finalmente, la determinación es una habilidad altamente psicológica y un efecto de la actitud en el proceso de cada atleta, la cual, está altamente desarrollada para el éxito (Duckworth *et al.* 2007).

Según Larkin *et al.* (2016), los deportistas jóvenes que tienen más volumen de entrenamiento obtienen puntuaciones más altas que sus semejantes en la escala de grit. Además, investigaciones relacionadas con dominios conceptuales similares a la determinación (por ejemplo, tenacidad mental, resiliencia), han identificado que los atletas con elevados niveles de rasgos psicológicos muestran un mejor rendimiento cuando enfrentan retos y obstáculos (Larkin *et al.* 2016; Bell *et al.* 2013; Mahoney *et al.* 2014). Por ello, el propósito de esta investigación es identificar cómo es la personalidad grit en taekwondistas estadounidenses de la categoría juvenil.

MATERIALES Y MÉTODOS

El diseño de este estudio fue de enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo y de corte transversal, desarrollado en una población de taekwondistas juveniles ($n=121$) y de ambos sexos, pertenecientes a diferentes campamentos deportivos, correspondientes a la Federación Nacional de Estados Unidos, en el periodo comprendido entre diciembre del 2018 a noviembre del 2019. La elección de la muestra fue tomada a conveniencia de los investigadores, al ser de tipo no probabilística; fueron escogidos para la participación de este estudio aquellos taekwondistas que autorizaran su participación de manera voluntaria, mediante su autorización con el diligenciamiento del

consentimiento y asentimiento informado. Fueron descartados aquellos deportistas que no autorizaron su participación, que no pertenecieran a la categoría juvenil y que no completaran el cuestionario en su totalidad.

Antes de empezar con la evaluación, se hizo necesario solicitar el permiso de a los directivos de manera escrita. Una vez se obtuvo la autorización, se acordó con los participantes una reunión, donde se les explicaron los objetivos esperados y los procedimientos que se iban a realizar en la investigación; posteriormente, se les facilitó el consentimiento y asentimiento informado para para su diligenciamiento.

Procedimiento. En este estudio, se valoró la personalidad grit, mediante su escala, la cual, mide la determinación, la pasión y la perseverancia de una persona (Duckworth *et al.* 2007). Este instrumento posee 10 preguntas en total, que se distribuyen por igual en dos dominios: la pasión y la perseverancia. Para cada pregunta existe una escala de tipo Likert, que puntúa en qué medida el participante se encuentra de acuerdo con cada afirmación (es decir, 5 = Completamente de acuerdo, 1 = Muy en desacuerdo). La escala grit tiene una puntuación máxima de 5, lo que indica que el sujeto es fuertemente determinado y una mínima de 1 que identifica que el individuo posee muy poca determinación. Para obtener el promedio de la personalidad grit, se realiza una suma de todas las puntuaciones y se dividen por el número de ítems de la escala y así se obtiene la puntuación (Duckworth, 2016). Además, este instrumento de medición ha sido válido, con adaptaciones transculturales en poblaciones angloparlantes e hispanohablantes (Barriopedro *et al.* 2018; Fernández-Martín *et al.* 2018).

Este estudio fue realizado mediante los lineamientos y respetando los derechos protegidos por la Declaración Helsinki 2013 (Asociación Médica Mundial, 2013). Mediante la autorización en el consentimiento informado, se les comunicó a los atletas los objetivos de la investigación, los procedimientos que se iban a realizar, la participación voluntaria en el estudio y la confidencialidad de los datos proporcionados, para el fin de estudio. Cada uno de los participantes de esta investigación fueron identificados con un código en la base de datos realizada.

Análisis estadístico. Para el análisis de datos, toda la información fue digitada en un Excel y trasladados al Software SPSS Statistics Versión 25. Las variables categóricas fueron descritas en porcentajes y frecuencias. Se realizó la prueba de normalidad con la prueba de Kolmogorov-Smirnov; para >50 muestras en las variables de edad, personalidad grit. Las variables continuas obtuvieron distribución normal y se describieron en media y desviación estándar (DE). Cabe aclarar que en el desarrollo de esta investigación la personalidad grit fue valorada como una variable continua, en correspondencia con el resultado numérico obtenido en la escala.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La muestra evaluada fue de 121 taekwondistas participantes, donde el 54,54 % (N=66), correspondían al sexo masculino y el 45,45 % restante (N=55), a sus contrapartes femeninas. La media de edad establecida en años cumplidos, hasta la fecha de medición de ambos sexos, fue de $14,30 \pm 0,92$, para hombres y $14,07 \pm 0,97$, para mujeres. El promedio de la personalidad grit, tanto en hombres como en mujeres, fue de $3,96 \pm 0,51$ y de $3,89 \pm 0,39$, respectivamente, siendo esta última ligeramente superior en el sexo masculino (Tabla 1).

Tabla 1. Características de la población y diferencias por género, en la personalidad grit y la experiencia del atleta.

| Características | N | % |
|-------------------------------|--------------|----------------------------|
| Sexo | | |
| Masculino | 66 | 54,54 |
| Femenino | 55 | 45,45 |
| | Media | Desviación estándar |
| Edad | | |
| Masculino | 14,30 | $\pm 0,92$ |
| Femenino | 14,07 | $\pm 0,97$ |
| Experiencia del atleta | | |
| Masculino | 14,71 | $\pm 8,65$ |
| Femenino | 13,03 | $\pm 5,88$ |
| Personalidad GRIT | | |
| Masculino | 3,96 | $\pm 0,51$ |
| Femenino | 3,89 | $\pm 0,39$ |

Los resultados arrojados determinaron que existe una alta determinación en ambos sexos, siendo esta ligeramente superior en hombres con relación a las mujeres.

La media de puntuación para hombres y mujeres fue de $3,96 \pm 0,51$ y $3,89 \pm 0,39$, respectivamente, resultados semejantes al ser comparados con una intervención realizada en futbolistas de élite, quienes obtuvieron una media de 3,78 a 3,99 (Sigmundsson *et al.* 2020), debido a que ambas poblaciones son deportistas y están en edades competitivas; por otra parte, los hallazgos son superiores a los obtenidos en estudiantes universitarios $3,6 (\pm 0,5)$, para los hombres y $3,7 (\pm 0,5)$, para las mujeres (Frontini *et al.* 2021). Los resultados similares y superiores, se pueden deber a que una de las poblaciones comparadas no se trataba de una muestra de deportistas y la otra sí; de

hecho, la literatura ha descubierto constantemente que la pasión es un factor importante en los deportes (Frontini *et al.* 2021; Sigmundsson *et al.* 2020; Duckworth, 2016).

Respecto al objetivo planteado, autores como Cardenal Hernández & Fierro Bardaji (2001) y Avia *et al.* (1990), afirman que algunas variables, como el sexo y la edad, son sin duda características individuales que influyen y están claramente asociadas a variables psicológicas. Por lo que el género y la edad, así como otro tipo de características, pueden repercutir, de alguna medida, en las respuestas de un individuo en las respuestas de la personalidad.

En consonancia, autores como Duckworth & Quinn (2009), descubrieron que una mayor edad está relacionada con niveles más altos de personalidad

grit. Esto puede estar relacionado con más experiencia de vida, por lo que los niveles más altos de grit están reservados para los deportistas más adultos (Duckworth & Quinn, 2009). Asimismo, Cardenal Hernández & Fierro Bardaji (2001) indican que la edad puede influir en los resultados en pruebas de personalidad, ya que, conforme se está cerca o se llega a la adultez, edades en las cuales que se encontraban los atletas juveniles, existen ciertos cambios caracterizados por una mayor orientación hacia los demás, a su cuidado y protección, tendencia a la reflexión, introversión, retraimiento, conformismo y con grados más altos en los estilos de sensación, sistematización y el hecho de mantener el control de las situaciones.

En cuanto a las diferencias por sexo, Shamshirian *et al.* (2021), en una investigación llevada a cabo en deportistas iraníes, demostraron que el sexo femenino era significativamente más determinado con relación a su contraparte, esto difiere con los resultados obtenidos en este estudio, puesto que el género masculino obtuvo una puntuación superior de grit.

Una de las principales limitaciones de esta investigación son las discusiones, ya que estas se ven limitadas por la escasa literatura acerca de la personalidad grit, con relación a las variables sociodemográficas, como la edad y el sexo y, más, en deportes de contacto o combate. Esta línea de investigación resulta relevante y puede ser un foco de investigación que puede ser fortalecido para determinar si la personalidad grit (determinación) se ve influenciada por factores, como la edad y el sexo, el tipo de deportes y realizarse con diferentes grupos poblacionales, edades y deportes.

Además, otra de las limitaciones de este estudio es su diseño; al ser de tipo descriptivo, solo se buscó describir los resultados, pero no pretendió buscar causalidades de los hallazgos.

Finalmente, se pudo identificar que personalidad grit de esta población es medianamente alta, lo que sugiere que los taekwondistas juveniles estadounidenses poseen adecuados niveles de pasión y de perseverancia en correspondencia con la escala de grit. Asimismo, se pudo determinar que el grit es ligeramente superior en hombres en comparación con las mujeres.

REFERENCIAS

1. ALLEN, M.S.; GREENLEES, I.; JONES, M. 2013. Personality in sport: A comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 6(1):184-208. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2013.769614>
2. ASOCIACIÓN MÉDICA MUNDIAL, AMM. 2013. Declaración Helsinki de la AMM - Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. AMM. 4p.
3. AVIA, D.; CARRILLO, J.M.; ROJO, N. 1990. Personalidad y diferencias sexuales: el papel del sexo, la edad y la experiencia. *Revista de Psicología Social*. 5(1):7-22.
4. BARRIOPEDRO, M.I.; QUINTANA, I.; RUIZ, L.M. 2018. La perseverancia y pasión en la consecución de objetivos: Validación española de la Escala Grit de Duckworth. *RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 14(54):297-308.
5. BELL, J.J.; HARDY, L.; BEATTIE, S. 2013. Enhancing mental toughness and performance under pressure in elite young cricketers: A 2-year longitudinal intervention. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. 2(4):281-297. <https://doi.org/10.1037/a0033129>
6. CARDENAL HERNÁNDEZ, V.; FIERRO BARDAJI, A. 2001. Sexo y edad en estilos de personalidad, bienestar y adaptación sociales. *Psicothema*. 13(1):118-126.
7. COHEN, R.; BALUCH, B.; DUFFY, L.J. 2018. Defining extreme sport: conceptions and misconceptions. *Frontiers in psychology*. 9:1974. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01974>
8. DUCKWORTH, A. 2016. *Grit: The power of passion and perseverance*. Scribner. 352p.

9. DUCKWORTH, A.; GROSS, J.J. 2014. Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*. 23(5):319-325. <https://doi.org/10.1177/0963721414541462>
10. DUCKWORTH, A.L.; PETERSON, C.; MATTHEWS, M.D.; KELLY, D.R. 2007. Grit: perseverance and passion for long-term goals. *Journal of personality and social psychology*. 92(6):1087-1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
11. DUCKWORTH, A.L.; QUINN, P.D. 2009. Development and validation of the Short grit Scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*. 91(2):166-174. <https://doi.org/10.1080/00223890802634290>
12. DWECK, C. 2017. *Mindset - updated edition: changing the way you think to fulfil your potential*. Robinson. 320p.
13. ERICSSON, K.A.; HOFFMAN, R.R.; KOZBELT, A.; WILLIAMS, A.M. 2018. *The Cambridge handbook of expertise and expert performance*. 2nd edition. Cambridge University Press. 984p.
14. FERNÁNDEZ-MARTÍN, F.D.; ARCO-TIRADO, J.L.; SORIANO-RUÍZ, M. 2018. Perseverance and passion for achieving long-term goals: transcultural adaptation and validation of the Grit-S scale. *Revista de Psicología Social*. 33(3):620-649. <https://doi.org/10.1080/02134748.2018.1482060>
15. FRONTINI, R.; SIGMUNDSSON, H.; ANTUNES, R.; SILVA, A.F.; LIMA, R.; CLEMENTE, F.M. 2021. Passion, grit, and mindset in undergraduate sport sciences students. *New Ideas in Psychology*. 62:100870.
16. LARKIN, P.; O'CONNOR, D.; WILLIAMS, A.M. 2016. Does grit influence sport-specific engagement and perceptual-cognitive expertise in elite youth soccer? *Journal of Applied Sport Psychology*. 28(2):129-138. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1085922>
17. MAHONEY, J.W.; GUCCIARDI, D.F.; NTOUMANIS, N.; MALLET, C.J. 2014. Mental toughness in sport: Motivational antecedents and associations with performance and psychological health. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 36(3):281-292. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0260>
18. MUENKS, K.; YANG, J.S.; WIGFIELD, A. 2018. Associations between grit, motivation, and achievement in high school students. *Motivation Science*. 4(2):158-176. <https://doi.org/10.1037/mot0000076>
19. PERKINS-GOUGH, D. 2013. The significance of grit: A conversation with Angela Lee Duckworth. *Educational Leadership*. 71(1):14-20.
20. SCHMIDT, F.T.C.; NAGY, G.; FLECKENSTEIN, J.; MÖLLER, J.; RETELSDORF, J. 2018. Same same, but different? Relations between facets of conscientiousness and grit. *European Journal of Personality*. 32(6):705-720. <https://doi.org/10.1002/per.2171>
21. SHAMSHIRIAN, S.; HALLDORSSON, V.; SIGMUNDSSON, H. 2021. Passion, grit and mindset of Iranian wrestlers: A socio-psychological approach. *New Ideas in Psychology*. 62:100871. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2021.100871>
22. SIGMUNDSSON, H.; CLEMENTE, F.M.; LOFTESNES, J.M. 2020. Passion, grit and mindset in football players. *New Ideas in Psychology*. 59:100797. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2020.100797>
23. SILVIA, P.J.; EDDINGTON, K.M.; BEATY, R.E.; NUSBAUM, E.C.; KWAPIL, T.R. 2013. Gritty people try harder: Grit and effort-related cardiac autonomic activity during an active coping challenge. *International Journal of Psychophysiology*. 88(2):200-205. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2013.04.007>
24. VALLERAND, R.J. 2008. On the psychology of passion: In search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology/ Psychologie Canadienne*. 49(1):1-13. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.1>