



## **Cristóbal F. Rojas Mery**

**Psicólogo Organizacional** y he trabajado más de 4 años en recursos humanos en grandes compañías. A través de este trabajo y de la práctica constante de deportes, especialmente **skate, escalada deportiva y fútbol** me he dado cuenta que las mismas variables que están presente en el entorno laboral y en la vida diaria, influyen también en la práctica deportiva.

Ansiedad, estrés, presión, trabajo en equipo, concentración, motivación y compromiso son algunos ejemplos de variables a las que tenemos que enfrentarnos tanto en el trabajo como en el deporte y la vida diaria. El poco control que tengamos de nuestros procesos psicológicos puede mermar no solo nuestro rendimiento en el deporte, sino también el deseo y ganas que experimentamos al practicarlo. Fue ese descubrimiento el que me llevo a estudiar un **Magister en Psicología Aplicada a la Actividad Física y el Deporte**, a través de un programa de la Universidad de las Isla Baleares, La Universidad Central de Chile y la Agrupación Asciede.