

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA JUAN MISAEL SARACHO

FACULTAD DE HUMANIDADES

CARRERA DE PSICOLOGÍA



**“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SÍNDROME DE BURNOUT EN JUGADORES
SEMIPROFESIONALES DEL FÚTBOL TARIJEÑO”**

Por:

ISABEL ESPINDOLA TORREZ

**Proyecto de investigación presentado a consideración de la “UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA JUAN MISAEL SARACHO”, como requisito para optar al grado de
Licenciatura en Psicología.**

**TARIJA-BOLIVIA
2024**

El tribunal calificador del presente trabajo no se solidariza con el contenido, la forma, términos, modos y expresiones vertidas en el mismo, siendo ello únicamente responsabilidad del autor.

DEDICATORIA:

A mis padres, de los que recibí apoyo incondicional y me impulsaron a cumplir con mis objetivos. A mi hermano, que a pesar de la distancia siempre tuvo una palabra de aliento en el momento preciso.

AGRADECIMIENTOS:

El principal agradecimiento a Dios que me ha guiado y dado fortaleza para seguir adelante. A mis docentes que compartieron su sabiduría durante los años de estudio.

A cada una de las personas que estuvieron acompañándome y me brindaron su ayuda a lo largo de mis estudios.

Índice

Resumen

Introducción

Capítulo I

Planteamiento del Problema y Justificación

1.1 Planteamiento del problema.....	1
1.2 Justificación.....	6

Capítulo II

Diseño Teórico

2.1 Pregunta problema	8
2.2 Objetivo general.....	8
2.3 Objetivos específicos.....	8
2.4 Hipótesis.....	9
2.5 Operacionalización de variables.....	10

Capítulo III

Marco Teórico

3.1 La psicología del deporte.....	13
3.1.1 La importancia de la psicología del deporte.....	15
3.1.2 La psicología del deporte y la inteligencia emocional.....	16
3.2 La inteligencia emocional.....	18
3.2.1 Inteligencia emocional interpersonal.....	18
3.2.2 Autoconciencia.....	20
3.2.3 Autorregulación.....	21
3.2.4 Inteligencia emocional intrapersonal	21
3.2.5 Adaptabilidad.....	23
3.2.6 Manejo del estrés.....	24

3.2.7 Estado del ánimo en general.....	25
3.3 Síndrome de Burnout.....	26
3.3.1 Agotamiento Emocional.....	27
3.3.2 Despersonalización.....	29
3.3.3 Realización personal.....	30
3.4 Síndrome de Burnout en el deporte.....	31
3.5 Importancia de la inteligencia emocional y síndrome de Burnout.....	33

Capítulo IV.

Diseño Metodológico

4. 1 Área de la investigación.....	36
4.2 Tipificación de la investigación.....	36
4.3 Población y muestra.....	38
4.3.1 Población.....	38
4.4. Métodos, técnicas e instrumentos.....	39
4.4.1 Métodos.....	39
4.4.2 Técnicas.....	41
4.4.3 Instrumentos.....	41
4.5 Procedimiento.....	45
4.6 Cronograma.....	48

Capítulo V.

Presentación, análisis e interpretación de resultados

5.1 Resultados del primer objetivo específico.....	49
5.2 Resultados del segundo objetivo específico.....	67
5.3 Resultados del tercer objetivo específico.....	80
5.4 Resultados del cuarto objetivo específico.....	91
5.5 Resultados del quinto objetivo específico.....	106

Capítulo VI

Conclusiones y Recomendaciones

6.1 Conclusiones.....	118
6.2 Recomendaciones.....	121
Referencias bibliográficas.....	122

Índice de cuadros

Cuadro N° 1

Población.....39

Cuadro N° 2

Inteligencia emocional intrapersonal.....49

Cuadro N° 3

Inteligencia emocional interpersonal.....60

Cuadro N° 4

Adaptabilidad.....67

Cuadro N° 5

Manejo del estrés.....73

Cuadro N° 6

Estado de ánimo en general.....80

Cuadro N° 7

Agotamiento emocional.....91

Cuadro N° 8

Despersonalización.....99

Cuadro N° 9

Realización personal.....106

Cuadro N° 10

Tabla cruzada inteligencia emocional /síndrome de burnout.....115

Índice de anexos

Anexo N° 1: Inventario Emocional Bar-On

Anexo N° 2: Evaluación Inteligencia Emocional

Anexo N° 3: Inventario de Burnout de Maslach

Anexo N°4: Matriz de datos