

RESUMEN

La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer las emociones tanto propias como ajenas y de gestionar nuestra respuesta ante ellas. (Goleman, 1996, pag.48).

El síndrome de Burnout es el estado de agotamiento mental, físico y emocional producido por el compromiso crónico en el trabajo con situaciones emocionalmente demandantes. (Pines, 1998).

En el presente trabajo de investigación, se aborda la temática de la inteligencia emocional y el síndrome de Burnout en jugadores de fútbol. En este sentido, el principal objetivo de la misma fue describir el nivel de inteligencia emocional y el nivel de síndrome de burnout en los jugadores semiprofesionales del fútbol tarijeño.

La inteligencia emocional y el síndrome de Burnout son aspectos importantes en la vida de los deportistas y toma mayor importancia cuando el deporte se convierte en un trabajo. Se trata de 140 jugadores varones semiprofesionales de fútbol, entre 18 a 35 años. Mismos que conforman cinco equipos de la categoría “Primera A”, que forman parte de la copa Simón Bolívar. El trabajo se tipificó como un estudio descriptivo. La misma hace énfasis en describir las características de las variables de forma independiente en el ámbito deportivo. Se utilizaron dos instrumentos: El inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On, adaptación peruana y el inventario Burnout de Maslach, adaptación española.

Los resultados indicaron que en general, los jugadores semiprofesionales del fútbol tarijeño tienen un nivel bajo de inteligencia emocional. Por otro lado, los jugadores de fútbol tienen un indicio de presencia del síndrome de Burnout.

Este estudio proporciona una comprensión más profunda de la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en los jugadores semiprofesionales de fútbol, lo que puede ser útil para guiar a próximos investigadores que les interese el área de la psicología deportiva y porque no, la implementación de programas que contribuyan al desarrollo de la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en los deportistas profesionales.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el rendimiento deportivo de los deportistas no está ligado tan solo con lo físico, lo mental, asume cada vez un papel más significativo. Sin embargo, el trabajo de habilidades psicológicas en el deporte de alto rendimiento en nuestra ciudad es un tema poco conocido. En este sentido la inteligencia emocional y el síndrome de Burnout son variables de gran importancia, ya que los jugadores de alto rendimiento tienen demandas y exigencias en las competencias que cada vez son mayores. Para estos jugadores el deporte, no es tan solo un simple juego, para ellos es un trabajo, por consiguiente, reciben una remuneración económica y básicamente es su actividad del día a día; donde tienen objetivos tanto personales como grupales, ya que al ser el fútbol un deporte en equipo, las relaciones interpersonales, son de mucha importancia.

La inteligencia emocional tiene que ver con la confianza y seguridad en uno mismo, el control emocional y la automotivación para alcanzar objetivos. Comprender los sentimientos de los demás, manejar las relaciones y tener poder de influencia es básico para conseguir cambios positivos en el entorno. (Goleman, 1996, pag.48).

¿Y por qué la inteligencia emocional? porque en el deporte de alto rendimiento hay que tomar decisiones extremadamente rápidas y adecuadas. Un factor importante, es que, en el alto rendimiento deportivo, las exigencias y demandas de la competencia son cada vez mayores, es por esto que existen numerosos factores que afectan a los deportistas y les vuelven más o menos vulnerables a sufrir el síndrome de burnout. Las fuentes de estrés que producen el síndrome de burnout varían según las características personales del individuo y de los factores situacionales.

El Burnout es un síndrome psicológico que se debe a un estrés crónico, una pérdida de motivación y de compromiso que producen un estado de agotamiento físico y emocional. (Kentta,2002).

Por último, el estrés psicológico que sufren los deportistas va mucho más allá de la competencia, ya que existen otros factores del día a día en el entrenamiento que también pueden generar estrés, como la aceptación de los compañeros, la presión de realizar cada ejercicio adecuadamente o el miedo al fracaso. La presencia de síndrome de burnout en los

jugadores de fútbol afecta directamente al rendimiento deportivo, pudiendo llegar a ser causa de abandono del mismo.

Es en este sentido, ante las ideas que fueron planteadas y con la pretensión de aportar con información que contribuya a conocer ciertos aspectos de la inteligencia emocional y síndrome de burnout en el ámbito del fútbol tarijeño, se realizó el trabajo de investigación que tiene como objetivo principal “Describir el nivel de inteligencia emocional y síndrome de burnout de los jugadores semiprofesionales del fútbol tarijeño en la gestión 2024”. Para dar cumplimiento al objetivo y una comprensión exitosa de la estructura de la investigación, se presenta la descripción de los capítulos del trabajo realizado:

En el primer capítulo se describe el “**Planteamiento del problema y justificación**” de la investigación.

En el segundo capítulo, se expone el “**Diseño teórico**” que contiene la pregunta problema, los objetivos: general y específicos, la hipótesis y la operacionalización de variables.

En el tercer capítulo, se explica el “**Marco teórico**” que sustenta la investigación mediante la revisión bibliográfica sobre la importancia de la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en futbolistas.

El capítulo cuatro, el “**diseño metodológico**”, implica las características y la estructura general del estudio realizado como ser el área de investigación, tipo de estudio, población beneficiaria del estudio, metodología de investigación, instrumentos que se utilizaron, procedimiento y cronograma para llevar a cabo la investigación.

En el capítulo cinco, se explica el “**análisis e interpretación de los resultados**” que se obtuvo durante el trabajo de investigación.

En el capítulo seis, se describe las “conclusiones y recomendaciones” de la investigación para dar un cierre a la misma.

Por último, se añade la bibliografía que fue marco de referencia de la investigación y los anexos de los instrumentos que se utilizaron para llevar a cabo la investigación.