

**FACULTAD PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PREGRADO
BOGOTÁ D.C.**

AÑO DE ELABORACIÓN: 2016

TÍTULO: GAME-MOVER: HERRAMIENTA GAMIFICADA PARA DIAGNÓSTICO DEL SÍNDROME DE BOREOUT

AUTOR (ES): BELTRAN GOMEZ, Karen Andrea; CONTRERAS PALACION, Brayan Ricardo; FORERO PALACIO, Lesly Paola y GARCIA CABRERA, Ana Maria

DIRECTOR(ES)/ASESOR(ES):

MONTEJO ANGEL, Fernando Augusto

MODALIDAD:

PÁGINAS: 142 **TABLAS:** 16 **CUADROS:** 0 | **FIGURAS:** 25 **ANEXOS:** 14

CONTENIDO:

Resumen, 14
Justificación, 15
Necesidad, 15
Marco teórico, 17
Psicología positiva, 18
Variables de la psicología positiva, 21
Aplicación de la psicología positiva en las organizaciones, 23
La felicidad en el trabajo y la satisfacción laboral, 24
Calidad de vida laboral, 27
Motivación, 29
Motivación laboral, 33
Modelo integrado de motivación ASH-MOT, 34
Boreout, 36
Monotonía vs variedad en las labores, 38
Autoeficacia, 39

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE –



Desarrollo profesional,	40
Autoconcepto,	41
Estaticidad Vs Dinámica en el trabajo,	42
Gamificación,	43
Teoría clásica de los test,	54
Metodología,	56
Población,	56
Método,	56
Etapas,	57
Estudio de mercado,	57
Objeto de estudio:,	57
Objetivo General:,	58
Objetivos específicos:,	58
Presentación del producto,	58
Análisis de la demanda,	59
Comportamiento de la demanda,	59
Identificación y evaluación de los segmentos de mercado,	60
Tamaño del mercado,	60
Delimitación geográfica y descripción del mercado,	62
Análisis de la oferta,	63
Comportamiento de la oferta y estructura del sector,	63
Análisis del producto,	66
Análisis de distribución,	67
Análisis de proveedores ,	68
Análisis de costos,	69
Resultados,	77
Nivel 0: Bienvenida e ingreso de información,	79
Descripción,	79
Justificación psicológica ,	80
Justificación gamificada.,	80
Nivel 1: Cruce de laberinto ,	81
Descripción,	81
Justificación psicológica del nivel ,	82
Justificación gamificada,	83
Nivel 2: Cruce de piso falso,	84
Descripción ,	84
Justificación psicológica ,	85
Justificación gamificada,	85
Nivel 3: Rompecabezas en cerradura de puerta,	87

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE -



Descripción	,87
Justificación psicológica	,88
Justificación gamificada	,88
Nivel 4: Recolecta objetos	,90
Descripción	,90
Justificación psicológica	,91
Justificación gamificada	,91
Nivel 5: Combinación de llaves para activación de puentes colgantes.	,93
Descripción	,93
Justificación psicológica	,94
Justificación gamificada	,94
Nivel 6: Patrón de luces	,96
Descripción	,96
Justificación psicológica	,97
Justificación gamificada	,97
Nivel 7: Ascenso de pared por escaleras	,99
Descripción	,99
Justificación psicológica	,100
Justificación gamificada	,100
Nivel 8: Cruce de abismos con lianas	,101
Descripción	,101
Justificación psicológica	,102
Justificación gamificada	,102
Nivel 9: Evadir obstáculos	,104
Descripción	,104
Justificación psicológica	,105
Justificación gamificada	,105
Nivel 10: Descifrar criptex	,107
Descripción	,107
Justificación psicológica	,108
Justificación gamificada	,108
Nivel 11: Descifrar recorrido de transformación	,110
Descripción	,110
Justificación psicológica	,111
Justificación gamificada	,111
Discusiones y conclusiones	,115
Referencias	,117

PALABRAS CLAVES: PSICOLOGÍA POSITIVA, MOTIVACIÓN LABORAL, MODELO ASH-MOT, GAMIFICACIÓN, CALIDAD DE VIDA LABORAL, FELICIDAD EN LAS EMPRESAS, ABURRIMIENTO LABORAL.

DESCRIPCIÓN: Esta propuesta se presenta debido a la necesidad que tienen las empresas actuales en identificar aquellos síndromes que pueden afectar directamente su productividad. Dentro de estas problemáticas se ha identificado el Boreout, el cual se caracteriza básicamente porque el empleado entra en un estado crítico de aburrimiento en su lugar de trabajo, lo que genera consecuencias negativas tanto para la salud emocional del empleado como el desempeño de la empresa. Game- Mover es una herramienta gamificada basada en el modelo de motivación ASH-MOT, el cual está diseñado con el objetivo de brindar un diagnóstico a las empresas sobre esta problemática en las empresas.

METODOLOGÍA: Esta herramienta de diagnóstico se desarrolló inicialmente teniendo en cuenta las implicaciones psicológicas que genera el síndrome dentro de las organizaciones, el cual fue identificado por medio de una extensa revisión bibliográfica, posterior a esto se realizó un estudio de mercado que permitió evidenciar cuáles son los aspectos más relevantes en el mercado actual y cuáles son las herramientas más novedosas y efectivas para implementar el proyecto. Posterior a esto, se realizó todo el diseño metodológico de la prueba la cual fue basada en la teoría clásica de los test y por último se diseñó la gamificación.

CONCLUSIONES:

El síndrome de Boreout no ha sido estudiado a profundidad debido a que es un síndrome identificado hace poco.

La gamificación permite ilustrar de manera didáctica procesos los cuales están directamente relacionados con temas motivacionales.

FUENTES:

Arias, W., Masias, A. & Justo, O. (2014). Happiness burnout and coping styles in a private Company. *Av. psicol.* 22(1). 75-84. Recuperado de <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2014/AVANCES.W.Arias.pdf>

- Bakker, A., Rodriguez, A. & Derks. D. (2012). La emergencia de la psicología de la salud ocupacional positiva. *Psicothema*. 24(1). 66-72. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/3980.pdf>
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: an agentic perspective. *Annu. Rev. Psychologist*. 52(1). 1-26. Recuperado de <https://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/Bandura2001ARPr.pdf>
- Beza, O. (2011). Gamification – how games can level up our everyday life?. University Amsterdam. 3-15. Recuperado de <http://www.cs.vu.nl/~eliens/create/local/material/gamification.pdf>
- Borrero, F.; San Juan, P. & González, G. (2015). Gamification techniques in tourism, application test, Casa Mosquera Museum. *Sistemas y telemática*. 13(33). 63-76. Recuperado de http://www.icesi.edu.co/revistas/index.php/sistemas_teleomatica/article/view/2081
- Bruhlmann, T. (2015). Fatigue in burnout and boreout. *Rev Med suisse*. 11(471). 923-926. Recuperado de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26072599>
- Cabrera, L. (2014). Síndrome de Boreout: diseño, confiabilidad y validación preliminar de un instrumento para su medición. *Revista de la universidad industrial de Santander*. 46(3). 259-265. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/suis/v46n3/v46n3a06.pdf>
- Chacón, A. & Pérez, J. (2008) Master en Estudios Avanzados en Cerebro y Conducta. Diseño y medición de programas de intervención neuropsicológica: aspectos fundamentales. Universidad de Sevilla. Versión online.
- Chiavenato, I. (2009). Comportamiento organizacional, la dinámica del éxito en las organizaciones. Mexico. Mc Graw Hill. Recuperado de

- http://www.academia.edu/8122275/Comportamiento-Organizacional-Idalberto-Chiavenato-Mc_Grawhill-2da-Edicion
- Contreras, F. & Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas: perspectivas en psicología*. 2 (2). 311-319.
Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v2n2/v2n2a11.pdf>.
- Cuadra, A., Veloso, C., Moya, Y., Reyes, L. & Vilca, J. (2010). Efecto de un programa de psicología positiva e inteligencia emocional sobre la satisfacción laboral y vital. *Revista salud & sociedad*, 1(2), 101-112.
Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4016531>
- Dinero. (2014). Aliadas estratégicas. *Revista online*, recuperado de <http://www.dinero.com/especiales-comerciales/consultoria/articulo/empresas-consultoria-colombia/196119>.
- Dutschke, G. (2013). Factores condicionantes de felicidad organizacional. Estudio exploratorio de la realidad en Portugal. *Revista de Estudios Empresariales*. (1). 21-43.
<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/REE/article/view/819/805>
- Esnaola, I., Goñi, A. & Madariaga, J. (2008). El autoconcepto: perspectiva de investigación. *Revista de psicodidáctica*. 13(1). 179-194. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Igor_Esnaola/publication/238088669_EL_AUTOCONCEPTO_PERSPECTIVAS_DE_INVESTIGACION_Self-concept_research's_issues/links/5624cdae08aed8dd19493921.pdf
- García, A. E. (2008). Motivación individual.: http://grupos.emagister.com/documento/administracion_motivacion_y_organizacion_/1048-38669
- Gomez, I. (2015). Gamificación como recurso de la ingeniería en comunicación social. *Razón y palabra*. 90(1). 1-24. Recuperado de

http://www.razonypalabra.org.mx/N/N90/Monotematico/08_Gomez_M90.pdf

- González, J, Núñez, J., G. Pumariega, S & García, M. (1997) .Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. *Psicothema*, 9(2), 271-289 Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=97>
- Granados, I. (2011). Calidad de vida laboral: historia, dimensiones y beneficios. *Revist IIPSI*. 14(2). 271-276 Recuperado de http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion_psicologia/v14_n2/pdf/a14v14n2.pdf
- Harju, L., Hakanen, J. & Schaufeli, W. (2014). Job borebom and its correlates in 87 finnish organizations. *joem*. 56(9). 911-918 Recuperado de <http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/424.pdf>
- Hamari, J.; Koivisto, J. & Sarsa, H. (2014). Does gamification work?. 47th Hawaii international conference on system science. 3025-3034. Recuperado de <http://ieeexplore.ieee.org/stamp/stamp.jsp?tp=&arnumber=6758978>
- Hervas, H. (2009). Psicología positiva: Una introducción. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*. (66). 22-41. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3098194>
- Hevia, E., Martínez, F. & Martí, M. (2006). Una revisión crítica del debate sobre las necesidades humanas desde el Enfoque Centrado en la Persona. *Polis, Revista de la Universidad Bolivariana*. 5(15). 1-18. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/305/30517306006.pdf>
- Kapp, K. (2012) *The gamification of learning and instruction, Game-based Methods and Strategies for Training and Education*. San Francisco. ED. ASTD
- Juul, J. (2007). *Without a goal: on open and expressive games*. Recuperado de <https://www.jesperjuul.net/text/withoutagoal/>

- Lopez, E., Sepulveda, C. & Arenas, H. (2010). La consultoría de gestión humana en empresas medianas. *Estudios gerenciales*. 26 (114). 149-168.
Recuperado de
https://bibliotecadigital.icesi.edu.co/biblioteca_digital/handle/10906/2240?mode=full
- Lupano, M. & Castro, S. (2010). Psicología positiva: Análisis desde su surgimiento. *Ciencias. Psicológicas.*, 4(1), 43-56. Recuperado de
<http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v4n1/v4n1a05.pdf>
- Manso, J. (2002). El legado de Frederick Irving Herzberg. *Revista Universidad EAFIT*. 128(1). 80-86. Recuperado de
<http://publicaciones.eafit.edu.co/index.php/revista-universidad-eafit/article/view/849/757>
- Muniz, J. (2010). Las teorías de los tests: teoría clásica y teoría de respuesta a los items. *Papeles psicológicos*. 31(1). 57-67. Recuperado de
<http://www.papelesdel psicologo.es/pdf/1796.pdf>.
- Naranjo, M (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo Educación, Universidad de Costa Rica San Pedro, 33(2). 153-170. recuperado de
<http://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf>
- Navarro, A & Fuentes, J. (2013). Sistemas de promoción utilizados por pymes constructoras en Castilla La Mancha (España). ¿Afectan a la satisfacción laboral del ingeniero de edificación? *Revista de la construcción*. 12 (1). 109-118. Recuperado de <http://www.scielo.cl/pdf/rconst/v12n1/art11.pdf>
- Navarro, J., Yepes, M., Ayala, Y. & Quijano, S. (2011). An integrated model of work motivation applied in a multicultural sample. *Revista de la Psicología de las organizaciones*. 27(3). 177-190 Recuperado de

<http://www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/trabajo/tr2011v27n3a2.pdf>

Núñez-Cacho, P., Grande-Torrалеja, F., & Pedrosa-Ortega, C. (2012). Nuevos retos en el desarrollo de carrera profesional: el modelo boundaryless career. *Universia Business Review*. (14). 14-35.

<http://www.redalyc.org/pdf/433/43323196001.pdf>

Olivari, C. & Urra, E. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. *Ciencia y enfermería*. 13(1). 9-15 recuperado de

<http://www.scielo.cl/pdf/cienf/v13n1/art02.pdf>

Park, N., Peterson, C. & Sun, J. (2013). La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia Psicológica*, 31(1), 11-19. Recuperado de

<http://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v31n1/art02.pdf>

Perandones, M., Lledó, A. & Grau, S. (2010). Contribuciones de la Psicología Positiva al ámbito de la profesión docente. *Internacional Journal of Developmental and Educational Psychology*, 22, 1 (1), 17-24. de

http://dehesa.unex.es:8080/xmlui/bitstream/handle/10662/2885/0214-9877_2010_1_1_17.pdf?sequence=2

Posek, B. (2006) Psicología Positiva: Una nueva forma de entender la psicología.

Revista del consejo general de psicólogos. (27). 3-8. Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1120.pdf>

Quijano, S. & Navarro, J. (1998). Un modelo integrado de la motivación en el

trabajo: conceptualización y medida. *Revista de psicología en el trabajo y en las organizaciones*. 14(2). 193-216. Recuperado de

https://www.researchgate.net/publication/249963243_Un_Modelo_Integrado_de_la_Motivacion_en_el_Trabajo_Conceptualizacion_y_Medida

- R.A.E. (2016). Diccionario de la real academia española. Versión online.
Recuperado de <http://www.rae.es/>
- Robbins, S. (2004). Comportamiento organizacional, México, Pearson educación
- Rothlin, P. & Werder, P. (2011). El nuevo síndrome laboral boreout: recupera la motivación. España. Debolsillo
- Ruizalba, J. , Navarro, F. & Jimenez, S. (2013). Gamificación como estrategia de marketing interno. Intangible capital. 9(4). 1113-1144. Recuperado <http://upcommons.upc.edu/bitstream/handle/2117/80994/Jose%20Luis%20Ruizalba%20Robledo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Russel, A. (1963). Psicología del trabajo. España, Ediciones Morata.
- Sanchez, J., Gutierrez, C., Carballo, T., Quintana, R., & Caggiano, V. (2010). El emprendedor desde el enfoque de la psicología positiva. International Journal of Developmental and Educational Psychology. 1(1). 35-42.
Recuperado de http://dehesa.unex.es/xmlui/bitstream/handle/10662/2915/0214-9877_2010_1_1_35.pdf?sequence=1
- Scorsolini, F. & Dos Santos, M. (2010). El estudio científico de la felicidad y la promoción de la salud: revisión integradora de la literatura. Revista latinoamericana de Enfermegem. 18(3). 192-199. Recuperado de http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n3/es_25.pdf
- Segurado, A. & Argullo, E. (2002). Calidad de vida laboral: hacia un enfoque integrador desde la psicología social. Psicothema. 14(4). 828-836.
Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/806.pdf>
- Tarragona, M. (2013). Psicología positiva y terapias constructivas; una propuesta integradora. Terapia psicológica. 31(1). 115-125. Recuperado de <http://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v31n1/art11.pdf>

- Teixes, F. (2014). Gamificación: fundamentos y aplicaciones. Catalunya. Editorial UOC.
- Trechera, J. L. (2005). Saber motivar: ¿El palo o la zanahoria? Consultado el 27 de abril del 2016, de: <http://www.psicologia-online.com/articulos/2005/motivacion.shtml>
- Valda, F. & Arteaga, C. (2015). Diseño e implementación de una estrategia de gamificación en una plataforma virtual de educación. Fides el ratio. (9) . 65-80. Recuperado de http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rfer/v9n9/v9n9_a06.pdf
- Navarro. J., Quijano. S, & Barnett. C. (2003). Percepciones de autoeficacia y de instrumentalidad: relaciones entre procesos cognitivos determinantes de la motivación en el trabajo. Encuentros de psicología social. 1(1). 265-269.
- Warr, P. (2013). Fuentes de felicidad e infelicidad en el trabajo: una perspectiva combinada. Rev. Psicología del trabajo y de las organizaciones. 29 (3) 99-106. Recuperado de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Des](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Deshttp://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S157659622013000300002&script=sci_arttext&tlng=3Des)
- Zambrano, A. (2013). Sistema general de riesgos laborales en Colombia: Una mirada a las locomotoras de la economía desde la perspectiva de los riesgos laborales. Fasecolda. Recuperado de

http://www.fasecolda.com/files/2813/9101/0320/parte_i.captulo_5_el_sistema_general_de_riesgos_laborales_en_colombia.pdf

Zichermann, G. & Cunningham, C. (2011). Gamification by desing. California.

Oreilly. Recuperado de

https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=zZcpuMRpAB8C&oi=fnd&pg=PR7&dq=gamification&ots=UtQ7-4y83d&sig=XYFAuHG1Omx6YckLyVmVUShp4&redir_esc=y#v=onepage&q=gamification&f=false

LISTA DE ANEXOS:

- Apéndice A. Algoritmo Nivel inicial, 124
- Apéndice B. Algoritmo Nivel 1, 125
- Apéndice C. Algoritmo Nivel 2, 126
- Apéndice D. Algoritmo Nivel 3, 127
- Apéndice E. Algoritmo Nivel 4, 128
- Apéndice F. Algoritmo Nivel 5, 129
- Apéndice G. Algoritmo Nivel 6, 130
- Apéndice H. Algoritmo Nivel 7, 131
- Apéndice I. Algoritmo Nivel 8, 132
- Apéndice J. Algoritmo Nivel 9, 133
- Apéndice K. Algoritmo Nivel 10, 134
- Apéndice L. Algoritmo Nivel 11, 135
- Apéndice M. Formato de validación por jueces, 136
- Apéndice N. Plantilla de evaluación de ítems, 138