

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONOR ORREGO

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y HABILIDADES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL – TRUJILLO**

Área de Investigación:

Salud Mental

Autora:

Bach. Shirla Encinas Torres.

Jurado evaluador:

Presidente: Arévalo Luna, Edmundo Eugenio

secretario: Borrego Rosas, Carlos Esteban

Vocal: Caro Vela, Jorge Miguel

Asesora

Martha Linda Sotelo Sánchez

Código Orcid: 000-0001-7137-2037

TRUJILLO – PERÚ

2021

Fecha de sustentación: 2021/06/18

**“ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y HABILIDADES
SOCIALES EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA ESTATAL – TRUJILLO”**

PRESENTACIÓN

Estimados miembros del Jurado:

De acuerdo a los reglamentos que la universidad Privada Antenor Orrego ha determinado, se presenta ante ustedes la presente tesis: Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo, la cual, se somete a su criterio y consideración, esperando en todo momento, cumpla con todos los requisitos.

DEDICATORIA

A mis padres, José y Miriam porque me enseñaron a seguir luchando sin importar las barreras que se podían presentar.

A mi esposo e hijo ya que me impulsan cada día con sus palabras a seguir adelante, dándome fortalezas.

A mis hermanas que siempre estuvieron apoyando a lo largo de mi carrera.

Trujillo, Junio del 2021.

AGRADECIMIENTOS

En primero doy gracias a Dios por la vida

A mi facultad, docentes por la enseñanza adquirida durante los años académicos.

A mis padres, quienes, con su apoyo incondicional, me han permitido poder concluir mi carrera profesional.

A mi asesora por la paciencia y su tiempo dedicado a mi persona.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN.....	iii
AGRADECIMIENTOS	v
RESUMEN	viii
CAPITULO I:.....	10
MARCO METODOLÓGICO	10
1.1 EL PROBLEMA.	11
1.1.1. Delimitación del problema.	11
1.1.2. Formulación de problema.....	13
1.1.3. Justificación del estudio.	13
1.1.4. Limitaciones.	14
1.2. OBJETIVOS.....	14
1.3. HIPÓTESIS.....	15
1.4. VARIABLES E INDICADORES.	16
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN.....	17
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA	18
1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	20
1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	21
CAPITULO II: MARCO REFERENCIAL TEÓRICO	25
2.1. Antecedentes.	26
2.2. Marco teórico.	29
2.3. Marco conceptual.....	39
CAPITULO III: RESULTADOS	40
CAPITULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS	49
CAPITULO V:.....	55
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	55
CAPITULO VI: REFERENCIAS Y ANEXOS	59
7.1 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	61

INDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Tamaño poblacional de los estudiantes una institución educativa estatal de Trujillo	19
Tabla 2.	Tamaño muestral de los estudiantes una institución educativa estatal de Trujillo.	20
Tabla 3.	Nivel de Adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo	40
Tabla 4.	Nivel de Adicción a las redes sociales según dimensiones, en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo	41
Tabla 5.	Nivel de Habilidades Sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo	42
Tabla 6.	Nivel de Habilidades Sociales según dimensiones, en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo	43
Tabla 7.	Correlación entre Adicción a las redes sociales y Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo	44
Tabla 8.	Correlación entre la dimensión Obsesión por las redes sociales y las dimensiones de las Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo.	45
Tabla 9.	Correlación entre la dimensión Falta de control personal en el uso de las redes sociales de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones de las Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo.	46
Tabla 10.	Correlación entre la dimensión Uso excesivo de las redes sociales de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo	47

RESUMEN

En la presente, se propuso determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo. La población estuvo conformada por 454 estudiantes y una muestra de 208 participantes del sexo masculino, entre los 13 a 17 años, del nivel secundario. Se emplearon dos instrumentos de medición el Cuestionario de Adicción a las redes sociales y la Escala de Habilidades Sociales, además se obtuvieron sus índices de confiabilidad, evidenciando que presentan valores considerados como confiables. Los resultados indican una relación inversa y altamente significativa ($p < .00$) entre ambas variables. En relación a los niveles, en la Adicción a las redes sociales se aprecia que el 61.5% presenta nivel bajo; el 28.4% presenta nivel medio y el 10.1% un nivel alto. En las Habilidades Sociales el 54.3% presenta un nivel medio, el 28.4% presenta un nivel bajo y el 17.3% se ubican en un nivel alto.

Palabras clave: Adicción a las redes sociales, habilidades sociales, estudiantes.

ABSTRACT

In the present, it was proposed to determine the relationship between addiction to social networks and social skills in students of a state educational institution - Trujillo. The population consisted of 454 students and a sample of 208 male participants, between the ages of 13 and 17, from the secondary level. Two measuring instruments were used, in addition, their reliability indices were obtained, showing that they present values considered as reliable. The results indicate that there is an inverse and highly significant relationship ($p < .00$) between both variables. In relation to the levels, in the first variable it can be seen that 61.5% present a low level; 28.4% present a medium level and 10.1% a high level. In the second variable, 54.3% present a medium level, 28.4% present a low level and 17.3% are located at a high level.

Keywords: Social media addiction, social skills, students

CAPITULO I: MARCO METODOLÓGICO

1.1 EL PROBLEMA.

1.1.1. Delimitación del problema.

La globalización y el uso diario de la tecnología, han permitido a las personas poder acceder a información, la adquisición de productos y servicios, y sobre todo, a comunicarse de manera rápida y sencilla con personas de diversos lugares y nacionalidades. En este proceso, los adolescentes, por su estilo de vida y su gusto por la tecnología, son quienes hacen uso de este medio para conocer gente, acordar actividades o realizar sus actividades académicas, sin embargo, en ocasiones, su mal uso, conlleva a que experimenten dificultades estudiantiles, bajo rendimiento escolar y un deterioro en sus habilidades de interacción (Romero, 2018).

En relación, al uso de internet, se estima que una persona promedio suele estar entre 6 a 8 horas diarias, conectado a una red social o navegando en diversas páginas virtuales (Globalwebindex, 2018). En relación a los adolescentes, se estima que desde el 2013 el uso de redes sociales aumentó, muchos de ellos pasan gran parte del día en sus móviles y se estima que una cuarta parte de ellos, presenta algún tipo de adicción a redes sociales (TICBeat, 2019). Situación similar se vivencia en los Estados Unidos, en donde al menos uno de cada cuatro adolescentes, refiere que durante el día pasan muchas horas en redes sociales y consideran esto como una dificultad, que repercute en su desempeño escolar y social (Common Sense, 2018).

A nivel nacional, según Comscore (2020) los peruanos pasan en promedio mayor cantidad de horas conectados a diversas redes sociales, superando a países como Colombia y Chile, frente a esto, de 100% de ciudadanos que se conectan, el 30% son jóvenes cuyas edades oscilan de 15 a 24 años, quienes, en promedio, pasan un total de 4 a 8 horas diarias en diversas redes sociales e internet, lo que representan una tercera parte del día. Esto permite reflejar que muchos adolescentes, no suelen tener control sobre su tiempo y uso que dan al internet.

Al hablar de habilidades sociales, son consideradas aquellas capacidades que permiten a los seres humanos poder organizar sus emociones y pensamientos, para poder luego expresarlas correctamente (Braz et al., 2013). Estas habilidades se relacionan además con la autorregulación, el cumplimiento de los roles, la buena autoestima y el buen rendimiento escolar (Díaz y Mejía, 2018).

Por el contrario, una carencia en estas habilidades, está muy relacionada con la poca empatía, indiferencia, el uso de conductas agresivas o violentas como medio para expresar malestar o frustración (Contini, 2015). Aunado a esto, la adquisición de buenas habilidades para la interacción, permiten a los estudiantes desarrollar mayor interés por su entorno, ser más abiertos al conocimiento y cumplir con las normas impuestas (Salas, Asún y Zúñiga, 2018).

A la vez, a nivel nacional, según los datos brindados por el Ministerios de Educación, del 2013 al 2019, en todas las instituciones educativas, se han presentado más de 33mil casos de agresividad o acoso escolar (Rojas, 2019). Estos datos podrían evidenciar carencia en las habilidades sociales en los adolescentes, y por tanto desarrollan conductas pocas asertivas y empáticas.

Tomando en cuenta lo referido, al analizarse la realidad que experimentan los adolescentes de secundaria de la institución educativa seleccionada, se puede asumir, que debido a la etapa de desarrollo cronológico en que se encuentran, tienden a estar expuestos a distintos cambios emocionales, los cuales pueden intensificarse debido a un amplio bagaje de factores, dentro de las cuales destacan las exigencias, propias del rol de estudiantes que asumen, entre las que destacan: adecuación a las normas de conducta impuestas en el contexto educativo; la obtención de notas aprobatorias en cada una de las asignaturas que según el plan curricular de su grado de estudios; la necesidad de interactuar con sus compañeros de clase, para establecer grupos de trabajo; aprender a controlar sus emociones e impulsos, evitando posibles conflictos; discernir

entre lo bueno y lo malo, a la par de reconocer sus fortalezas y debilidades, que les permita tomar adecuadas decisiones. Siendo así, la existencia de conflictos tanto de índole emocional y cognitivo asociados a los factores detallados en líneas anteriores, tenderán a gestar la aparición de conductas disruptivas en este grupo de estudiantes, que involucren tanto la adicción a las redes sociales como una creciente debilidad y fragilidad en el desarrollo de sus habilidades sociales.

En base a lo referido, surge la necesidad de indagar la asociación entre la adicción a las redes y las habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario.

1.1.2. Formulación de problema.

¿Existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo?

1.1.3. Justificación del estudio.

El presente trabajo cuenta con una aportación teórica, ya que brinda información actualizada relacionada a ambas variables en estudio, por ende, contribuyen a que se amplíen las nociones o conocimientos en el estudio de la psicología, para lo cual se brindan definiciones y postulados sobre Adicción a las redes sociales y las habilidades sociales.

Es conveniente, ya que partiendo de los resultados que se brindan, se puede contar con datos estadísticos sobre la relación que existe entre las dos variables de estudio, ampliándose así, datos a nivel local y nacional.

A nivel social, es importante, debido que actualmente hay un incremento significativo de accesibilidad a las redes sociales y esto hace que los adolescentes dejen de lado la interacción con su entorno y el desarrollo de las otras habilidades sociales. Siendo así que dicho estudio permita identificar a los estudiantes que necesiten manejar

adecuadamente el uso de redes sociales y generar estrategias para el desarrollo adecuado de sus habilidades sociales, y a partir de las acciones de prevención e intervención que pueda desarrollarse con los estudiantes para velar por el desarrollo adecuado de sus habilidades sociales y favorecer el uso correcto de las redes sociales, se está favoreciendo además indirectamente al entorno familiar y a nuestra sociedad en general.

A nivel práctico, a partir de resultados muy posiblemente se pueda contribuir con la elaboración de talleres, programas de prevención o charlas de sensibilidad a jóvenes y padres de familia que permitan abordar las habilidades sociales de los estudiantes, a su vez del uso adecuado de las redes sociales.

La relevancia metodológica se traduce desde el uso del diseño de investigación que sigue el procedimiento y lineamientos de la investigación científica, empleando instrumentos válidos para la medición y recolección de información y que pueden tomarse en cuenta para otros estudios similares.

1.1.4. Limitaciones.

La validez externa brindada en la presente, está limitada a poblaciones afines a la muestra evaluada.

Esta investigación tiene como base teórica la propuesta por Ecurra y Salas (2014) para la Adicción a las redes sociales y la indicada por Gismero (1997) para las habilidades sociales.

1.2. OBJETIVOS.

1.2.1. Objetivo general.

Determinar la relación entre adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.

1.2.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.
- Identificar el nivel de habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.
- Establecer la relación entre la dimensión Obsesión por las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales (Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Decir no y cortar interacciones, Hacer peticiones, Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto) en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.
- Establecer la relación entre la dimensión Falta de Control personal en el uso de las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales (Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Decir no y cortar interacciones, Hacer peticiones, Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto) en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.
- Establecer la relación entre la dimensión Uso Excesivo de las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales (Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Decir no y cortar interacciones, Hacer peticiones, Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto) en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.

1.3. HIPÓTESIS.

1.3.1. Hipótesis general.

H_a. Existe correlación significativa entre adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.

1.3.2. Hipótesis específicas.

H₁: Existe correlación entre la dimensión Obsesión por las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales (Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Decir no y cortar interacciones, Hacer peticiones, Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto) en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.

H₂: Existe correlación entre la dimensión Falta de Control personal en el uso de las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales (Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Decir no y cortar interacciones, Hacer peticiones, Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto) en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo.

H₃: Existe correlación entre la dimensión Uso Excesivo de las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales (Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Decir no y cortar interacciones, Hacer peticiones, Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto) en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo.

1.4. VARIABLES E INDICADORES.

1.4.1. Variable 1. Adicción a las redes sociales, que fue evaluado empleando el cuestionario de Ecurra y Salas (2014).

Indicadores:

- Obsesión por las redes sociales.
- Falta de control personal en el uso de redes sociales.
- Uso excesivo de las redes sociales.

1.4.2. Variable 2. Habilidades sociales, que fue evaluado empleándose la escala de Gismero (1997).

Indicadores:

- Autoexpresión de situaciones sociales.
- Defensa de los propios derechos como consumidor.
- Expresión de enfado o disconformidad.
- Decir no y cortar interacciones.
- Hacer peticiones.
- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN.

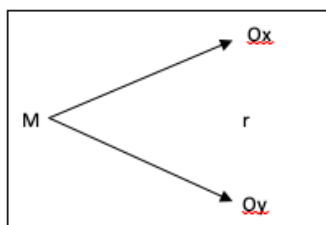
1.5.1. Tipo de investigación.

El tipo de investigación que se presenta es sustantiva cuya finalidad es responder a los problemas y está orientada a describir, explicar y predecir un contexto o características de un grupo social o cultural, para su posterior análisis (Sánchez y Reyes, 2015).

1.5.2. Diseño de investigación.

Se empleó el descriptivo-correlacional, cuya finalidad es comprobar el grado de relación que se da entre las variables estudiadas (Sánchez y Reyes, 2015).

Diseño:



M: Muestra de estudiantes.

Ox: Variable 1 Adicción a las redes sociales

Oy: Variable 2. Habilidades sociales.

r: Relación entre la Variable 1 y Variable 2

1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA

1.6.1. Población

La constituyeron 454 estudiantes de sexo masculino, sus edades fluctuaron de 13 a 17 años, se encontraban cursando del 3º al 5º grado del nivel secundario.

Tabla 1.

Tamaño poblacional de los estudiantes.

Grado	N	%
Tercero	85	18.7
Cuarto	146	32.2
Quinto	223	49.1
Total	454	100,0

Fuente: Datos obtenidos en la institución educativa estatal -Trujillo

1.6.2. Muestra

Para obtener la muestra, se hizo uso de la fórmula propuesta por Cochran:

$$n = \frac{z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(N - 1)(E)^2 + z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

Z: 1.96

p: 0.50 (50% de posibilidad).

q: 0.50 (50% sin posibilidad).

N: tamaño de muestra.

E: 0.05

La muestra, la conformaron 208 participantes. Entre sus características, son de sexo masculino y cursaban los tres grados de nivel secundario seleccionados.

Tabla 2.

Tamaño muestral de los estudiantes, según grado escolar de una institución educativa estatal - Trujillo.

Grado	N	%
Tercero	39	18.7
Cuarto	67	32.2
Quinto	102	49.1
Total	208	100

Fuente: Datos obtenidos en el estudio

Criterios de inclusión.

- Estudiantes que respondan a los instrumentos de forma correcta.
- Estudiantes de tercer a quinto de educación secundaria.

Criterios de exclusión.

- Estudiantes que se encuentren bajo tratamiento psicológico.
- Estudiantes que el día de la evaluación no acudieron al centro educativo.

1.6.3. Muestreo

El muestreo que se utilizó para la realización del estudio, es el no probabilístico por conveniencia, la muestra pudo ser evaluada a partir de la accesibilidad brindada (Alarcón, 2013).

1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

1.7.1. Técnica.

Se empleó la evaluación psicométrica, es aquella que se basa en la recopilación de datos, a través del uso de instrumentos de medición (Aiken, 2003).

1.7.2 Instrumentos:

1.7.2.1. Cuestionario de Adicción a las redes sociales.

Fue elaborado por Escurra y Salas (2014) en Lima, Perú; con la finalidad de medir el comportamiento adictivo hacia el uso de redes sociales; considerándose a partir de un puntaje elevado obtenido por el evaluado, una problemática en torno al poco control y dominio que experimentan cuando hacen uso de las redes.

El instrumento puede ser empleado en aquellas personas que tengan 16 años a más. Se puede aplicar individual o colectiva. Posee 24 ítems, divididos en 3 dimensiones, debido a las pocas preguntas que presenta, se requiere una duración de 10 a 15 minutos para poder ser contestada.

Dicho cuestionario fue adaptado a la población trujillana por Rodríguez (2017) en una muestra de estudiantes del nivel secundario, cuyas edades oscilaron de 11 a 19 años, cuya adaptación fue sometida a un proceso de análisis factorial confirmatorio para la adecuación de aplicabilidad en dicha población, la misma que no cuenta con alguna modificación lingüística, ni de método de aplicación.

Validez

Los autores del instrumento, estimaron su validez, al aplicarlo a 380 estudiantes de cinco universidades de Lima, por medio de análisis factorial exploratorio, señalando 3 factores: Factor 1, con índices entre

.43 y .79; Factor 2, con valores entre .41 y .70 ($p < .05$); y el Factor 3, presenta valores entre .57 y .74.

La adaptación de dicho instrumento realizada por Rodríguez (2017) en relación a la validez, los índices de ajuste productos del Análisis Factorial Confirmatorio muestran valores de 2.56 en los GL, de .97 en GFI y de .96 en NFI. A la vez, presenta cargas factoriales que oscilan de .37 a .78.

Confiabilidad

Escurra y Salas (2014) estimaron la consistencia interna del instrumento, mediante el estadístico alfa de Cronbach, cuyos valores oscilaron entre .88 y .92 en los 3 factores obtenidos por medio del análisis de validez.

En la presente investigación, se halló la confiabilidad, la dimensión general presenta un alfa de .89 y entre sus dimensiones oscila de .64 a .80.

Dentro de la adaptación de Rodríguez (2017), la confiabilidad la obtuvo a través del alfa de Cronbach, presentando entre sus dimensiones valores que varían de .56 a .82.

1.7.2.2. Escala de Habilidades Sociales.

Fue diseñada y validada en Madrid por Gismero en 1997. El objetivo de la escala es medir las habilidades de interacción que presenta la persona y que contribuyen a su adecuado desenvolvimiento, interacción y aprendizaje emocional.

En el Perú, el proceso de estandarización fue realizado por Ruíz y Quiroz en el 2013 para una población trujillana.

La escala evalúa 6 dimensiones, todas ellas relacionadas a las habilidades sociales, presenta además 33 ítems. Su uso está destinado para adolescentes y adultos de ambos sexos; a quienes se les puede administrar de manera individual o en entornos grupales.

Validez

Fue obtenida a partir del AFE alcanzando valores superiores al .77, una adecuada correlación entre los factores ($p < .00$) y 6 factores (Gismero, 2000).

Ruiz y Quiroz (2014) en Trujillo, Perú, empleando el análisis ítem-test, presentó índices entre .25 y .37.

Confiabilidad

La autora de la EHS, estimó un alfa de .88, para la escala total.

En Trujillo, Perú, Ruiz y Quiroz (2014) estimaron la consistencia interna de la EHS, empleando el estadístico KR, presentando índices de .87 y .90, evidenciando así, que el instrumento es confiable.

En la presente investigación, se obtuvo la confiabilidad mediante el alfa de Cronbach. La dimensión general muestra un alfa de .83 y entre sus dimensiones existen valores que oscilan de .50 a .65.

1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos se solicitó previamente entrevista con el director de la institución educativa para explicar el objetivo del estudio y al mismo tiempo hacer entrega de la solicitud formal de la escuela profesional de psicología de la universidad privada Antenor Orrego

Posteriormente se coordinó con los docentes designados las fechas y horas para la aplicación de los instrumentos a los estudiantes , así mismo en la hora establecida se reunió a los estudiantes en una aula amplia la cual contaba con una buena iluminación , ventilación y comodidad , así mismo en la hora establecida se explicó a los estudiantes los objetivos que persigue la investigación y los criterios éticos a seguir que incluye la libertad de participación , el respeto mutuo y la confidencialidad de los datos.

Posterior a esto se entregó a los estudiantes ambos instrumentos de evaluación explicando la forma correcta de responder a los mismos, el

tiempo estimado de aplicación de 15 a 20 min. Previo a ello se explicó a los estudiantes sobre el contenido del consentimiento informado que debían firmar durante la aplicación, se resolvieron aquellas dudas y consultas, que fueron formuladas por los evaluados

Una vez concluida la evaluación se verificó que las pruebas estén debidamente respondidas y se procedió a la codificación de los datos agradeciendo por el apoyo brindado.

1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO.

Después de la aplicación del cuestionario de Adicción a redes sociales y de la escala de Habilidades Sociales en estudiantes de una institución educativa estatal de Trujillo, se construyó la base de datos, aplicando para su procesamiento métodos estadísticos descriptivos e inferenciales. Realizando la verificación del supuesto de normalidad, con la prueba estadística de Kolmogorov-Smirnov (González, Abad, & Levy, 2006); el análisis de los ítems mediante el cálculo de los coeficientes de correlación ítem-test corregidos, tomando en cuenta que el valor mínimo aceptable es de .20, para establecer la contribución del ítem a medir lo que el test pretende medir (Kline, 1982; citado por Tapia y Luna, 2010)

En cuanto a la evidencia de correlación entre la Adicción a las redes sociales y las Habilidades sociales en los referidos estudiantes, se analizó mediante la prueba de correlación rho de Spearman, debido al no cumplimiento del supuesto de normalidad; basándose en la significancia estadística usando a un nivel del 5%. En cuanto a la determinación del grado de correlación, se basó en la magnitud del tamaño de efecto, por medio del coeficiente de rho de Spearman, usando los siguientes rangos de clasificación: “nulo”, “pequeño”, “mediano” y “grande”, considerando como puntos de corte para delimitar el tamaño del efecto a los valores: .10, .30, y .50 (Castillo, 2014; Manzano-Arrondo, 2009).

Finalmente la confiabilidad de ambos instrumentos se estimó puntualmente y por medio de intervalos del 95% de confianza, mediante el

método de consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach, el mismo que califica como aceptable si el valor del referido coeficiente es mayor o igual a .60, como respetable en el intervalo de .70 a menos de .80, como muy buena en el intervalo de .80 a menos de .90, y como elevada si su valor oscila es mayor o igual a .90, según DeVellis (1991) citado por García (2006).

CAPITULO II:
MARCO REFERENCIAL
TEÓRICO

2.1. Antecedentes.

A continuación, se presentan los antecedentes, todos ellos buscaron terminar la relación entre las dos variables seleccionadas a través de diversas plataformas.

A nivel internacional.

Borrero (2019) en Quito - Ecuador, evaluó a un total de 252 estudiantes del nivel secundario, con el fin de determinar el grado de asociación entre la Adicción a redes sociales y las habilidades sociales. Los participantes respondieron a dos instrumentos, la escala de Adicción Redes Sociales y la Lista de Chequeo de las Habilidades Sociales. Los resultados permiten demostrar que existe una influencia inversa y altamente significativa en las dos variables, evidenciando que la presencia de adicción a esa red social, disminuye la capacidad para expresar emociones e interactuar con otros. Aunado a esto, se evidencia que el 52% presenta niveles altos de adicción a la red social y el 46% niveles bajos de habilidades sociales.

Blanco et al., (2017) en Colombia, buscaron hallar la asociación entre el mal uso de redes sociales y las habilidades sociales, evaluaron 114 participantes, quienes respondieron a dos cuestionarios, el primero para medir el Uso excesivo de redes sociales y el segundo para las Habilidades Sociales. Los resultados evidencian una relación inversa y altamente significativa en ambas variables, esto permite percibir que, a mayor uso de redes sociales, esto genera un efecto negativo en las habilidades de interacción entre los estudiantes, limitando su capacidad empática, el solicitar ayuda, escuchar a otros o establecer vínculos sólidos.

Montesdeoca y Villamarín (2017), en Ecuador, buscaron determinar la relación entre la Autoestima y habilidades sociales en 216 estudiantes de nivel secundario; para lo cual emplearon las Escalas de autoestima de Lucy Reidl y de Habilidades Sociales (EHS) de Gismer. Los resultados permiten evidenciar que existe una relación directa y altamente significativa entre ambas variables, es decir, el cariño y aprecio propio, va asociado a las adecuadas habilidades de interacción que tienen los estudiantes.

A nivel nacional.

Feria (2019) en Ayacucho, buscó determinar la relación entre las habilidades sociales y la adicción a redes sociales logró evaluar a 114 estudiantes, quienes respondieron a dos cuestionarios para la medición de ambas variables (la lista de chequeo de habilidades sociales y el cuestionario de adicción a redes sociales). Los resultados evidencian que existe una relación inversa y significativa entre ambas variables, evidenciando que las habilidades sociales suelen ser deficientes cuando el uso de redes sociales es prolongado en los alumnos, lo que limita sus interacciones y vínculos sociales. En relación a los niveles, encontraron una tendencia media en ambas variables.

En Arequipa, Flores y Quispe (2019) se propusieron determinar la relación entre las habilidades sociales y la adicción a redes sociales se permitieron evaluar a 374 estudiantes, las edades entre 15 a 17 años, pertenecientes al quinto de secundaria, quienes además respondieron a dos cuestionarios que evaluaban ambas variables. Se evidencia una relación inversa y altamente significativa entre ambas variables, reflejando así que un uso prolongado de redes sociales, conlleva a que las habilidades sociales en los estudiantes, se vea cada vez más limitada. Asimismo, se presentan niveles medios en su mayoría (56% y 61%) en las variables respectivamente.

A la vez, en Tarapoto, Montes (2019) se planteó como objetivo el determinar la relación entre las habilidades sociales y la adicción a redes sociales, pudo evaluar a 300 participantes de ambos sexos y quienes cursaban del primer al quinto grado de secundaria, quienes respondieron a dos cuestionarios. Los resultados evidencian una relación inversa y altamente significativa entre ambas variables, es decir, frente a un uso prolongado de redes sociales, las habilidades sociales se ven afectadas, generando que el estudiante tenga dificultades para interactuar de manera asertiva y coherente en su entorno.

Romo (2017) en Lima, buscó determinar la relación entre las habilidades sociales y la adicción a redes sociales en una muestra estuvo conformada por 250 estudiantes del nivel secundario (del primer al quinto grado), quienes

respondieron a dos cuestionarios, el primero para pedir la adicción al internet y el segundo para las habilidades sociales. Los resultados, evidencian una relación inversa y altamente significativa entre ambas variables, es decir, a mayor uso de internet y de redes sociales, esto conlleva a que exista un deterioro en las habilidades de interacción.

A nivel Local.

Bravo (2019) se propuso como objetivo principal, determinar la relación entre las el Uso de redes sociales y las Habilidades sociales, empleó una muestra constituida por 93 estudiantes del nivel secundario (de primero a quinto), quienes respondieron a dos instrumentos, el cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales. Los resultados evidencian una relación negativa y significativa entre las dos variables de estudio, reflejando que el uso prolongado y problemático de las redes sociales, las habilidades sociales se ven relacionadas de manera negativa, repercutiendo en la capacidad para interactuar con otros.

Porras (2018) buscó como parte de su investigación, determinar la relación entre la Adicción a las redes sociales y violencia escolar en 377 estudiantes del nivel secundario, quienes respondieron a la Escala de Redes Sociales y al Cuestionario de Violencia Escolar. Los resultados evidencian una relación directa entre ambas variables, es decir, cuanto mayor es la adicción a las diferentes redes, menores son las habilidades de interacción conllevando a que la expresión de emociones o dificultades se de a través de actos violentos.

Damas y Escobedo (2017) se permitieron poder determinar la relación entre la Adicción a las redes sociales y las habilidades sociales, en una muestra conformada por 220 estudiantes del nivel secundario, quienes cursaban del primer al quinto grado, respondieron dos instrumentos, el cuestionario de Adicción a las redes sociales y la escala de Habilidades Sociales. Los resultados permiten evidenciar que existe una relación inversa y altamente significativa entre ambas variables, es decir, una adicción a las redes conlleva a que los adolescentes presenten menos habilidades

sociales, por ende, tienen dificultades para expresar lo que sienten o entablar relaciones adecuadas.

Domínguez e Ybañez (2016), buscaron determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en 205 estudiantes del primer al quinto grado de secundaria, quienes respondieron a la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales – Goldstein y la Escala de Actitudes hacia las redes sociales. Los resultados muestran una relación inversa y altamente significativa es decir, a mayor tiempo en redes, menores habilidades de interacción se presentan en los vínculos interpersonales.

2.2. Marco teórico.

2.2.1. Adicción a redes sociales.

2.2.1.1. Definiciones.

Es aquella tendencia a utilizar de forma constante o reiterativa cualquier medio tecnológico para acceder a una red social, puede conllevar a que la persona desarrolle cualquier otro tipo de adicción (Días y Sánchez, 2017). Se define también como aquella tendencia al uso prolongado de redes sociales, que genera un distanciamiento de otros y un descuido en las actividades que la persona desempeña o debe por obligación realizar (García, 2013).

Es aquella adicción o impulsividad que la persona experimenta por emplear constantemente las redes sociales, generando ansiedad, irritabilidad o estrés en las actividades que realiza o cuando interactúa con otros (Golpe et al., 2017).

Se basa en aquel uso descontrolado de cualquier red social, que conlleva a que la persona a vivenciar sintomatologías relacionadas al decaimiento, tristeza, ansiedad o enojo e intolerancia, deteriorando sus vínculos sociales e importantes (Echeburúa y Corral, 2010). Se asume también, como aquella dificultad que motiva a la persona al aislamiento, el silencio selectivo, el deterioro en el cumplimiento de las actividades y la facilidad para romper lazos amicales (Valencia y Cabero, 2019).

La gran mayoría de nuestros adolescentes dejan evidenciar, estados anímicos, más negativos que positivos, lo cual repercute en la continua baja de autoestima de estos adolescentes, desmotivándola en la gestión de sus metas, todo esto debido a que se pierden en el contexto cibernética.

2.2.1.2. Teorías explicativas.

- **Modelo biopsicosocial.**

Desde este enfoque se asume que la adicción o acto compulsivo aparece con la pérdida de control, la búsqueda desesperada por obtener refuerzos rápidos y sentimientos de malestar si no usa las tecnologías suficientemente (Griffiths, 2013); De tal manera se debe sintetizar los parámetros conductual de una adicción:

A: Saliencia : Se caracteriza ya que el ser humano da una mayor prioridad en pasar el mayor tiempo observando que es lo que hacen los demás en las redes sociales .

B: Cambios de humor: A partir de estos cambios los jóvenes participan de manera activa en las redes sociales y se olvidan de todos los problemas.

C: Tolerancia: Se refiere que la mayoría de los jóvenes mediante las redes sociales buscan pasar más tiempo conectados para así poder sentirse bien.

D: Síndrome de Abstinencia: Los adolescentes si por algún motivo no pueden dedicar su tiempo a participar activamente en las redes sociales puede generar irritabilidad hacia ellos.

E: Conflicto: Los adolescentes al pasar un excesivo tiempo en las redes sociales presentaran problemas con su entorno amical.

F: Recaída: Cuando el adolescente deja un periodo sin estar conectado a las redes sociales y cuando vuelve a retomar su actividad sigue siendo el mismo.

Así mismo permanecer constantes horas en redes sociales, se debe a una influencia del entorno, del que recibe constantes refuerzos positivos como son la popularidad, la facilidad para poder expresar emociones y el poder interactuar con más personas al mismo tiempo (Griffiths, 2013); además, a nivel social, existe una adaptación a las diversas costumbres que en sociedad y cultura se van estableciendo entre los ciudadanos de acuerdo a su edad, gustos, actividades que realizan y sexo (Turel y Serenko, 2012).

Al respecto, entre las consecuencias que se generan a nivel social, radican en la poca capacidad para relacionarse en contextos más serios y estables, las repercusiones en áreas como la autoestima, autoconcepto y habilidades de interacción; reflejando así que muchas veces las presiones que motivan a las personas a pasar horas excesivas a entornos virtuales tienden a perjudicar su estabilidad emocional (Valerio y Serna, 2018).

Es oportuno precisar que muchos adolescentes no fortalecen sus capacidades de comunicación asertiva, porque de alguna manera las redes actúan como un escudo para que los adolescentes expresen sus ideas y sentimientos de manera híbrida, y en muchos casos de manera asincrónica, por la calidad de comunicación que se puede evidenciar. También en muchas oportunidades, prefiere opinar lo que no lo siente antes que salir de las normas de su entorno o contexto social.

- **Enfoque cognitivo conductual.**

Desde este enfoque se considera que esta dificultad se da por un proceso basado en la obtención de placer a partir de la repetición constante en el uso de internet, los cuales se ven reforzados a partir de las diversas gratificaciones o refuerzos positivos que la persona experimenta mientras se encuentra usando cualquier medio tecnológico que le permite estar dentro de una red social (Escurra y Salas, 2014).

En el proceso de repetición y la obtención de placer, la persona refuerza aspectos importantes de su personalidad como lo son la autoestima, su propia percepción, la popularidad y el poder interactuar con otros, es decir el usar constantemente redes sociales permite a la persona poder sentir placer, conllevando a que busque siempre la manera de estar la mayor parte del tiempo conectado (García, 2013).

Desde esta perspectiva, la persona y sobre todo los adolescentes, cuando pasan mucho tiempo conectados, van deteriorando progresivamente su capacidad para relacionarse, expresar sus emociones, ser capaces de resolver dificultades y mostrar empatía, conllevando a que en situaciones cotidianas al momento de interactuar o cumplir con sus obligaciones, experimenten ansiedad o estrés, por la falta de habilidades para sobrellevar estas situaciones (Alfaro et al., 2015).

Hoy en día los adolescentes actúan desde sus perspectivas, perdiendo continuamente la empatía, que más adelante le hará mucha falta en su desarrollo personal y social de manera integral, lo que en si busca es satisfacer una emoción del momento solo en tiempo presente más no piensa a futuro.

2.2.1.3. Dimensiones.

(Escurra y Salas 2014):

a. Obsesión por las redes sociales. El individuo experimenta constante pensamientos y fantasías en torno a sus redes sociales, e incluso experimentan preocupación y ansiedad por su falta de conexión.

Esta obsesión conlleva a que los adolescentes y niños, se vean expuestos a contenido no apropiado, a la influencia de cualquier tipo de material y a la presencia de personas extrañas (Gairín-Sallán y Mercader, 2018).

b. Falta de control personal en el uso de las redes sociales. Inquietud que experimenta el individuo ante la poca capacidad para gestionar sus actividades y pasar gran parte del día en las RS, que lo conlleva a descuidar actividades de mayor trascendencia e importancia.

Un aspecto importante, radica en la permisibilidad que los padres mantienen frente al inadecuado uso de redes sociales, conllevando a que los adolescentes desarrollen poco control y mal uso (VillanuevaBlasco y Serrano-Bernal, 2019).

c. Uso excesivo de las redes sociales. Se presenta poco control sobre el uso de sus redes sociales, traducida en el exceso de tiempo empleado para mantenerse conectado y su poca capacidad para poder controlarse.

2.2.1.4. Adicción a las redes sociales en adolescentes.

La adolescencia se caracteriza por una búsqueda constante de nuevas sensaciones, conocimientos y buscar encajar entre los amigos. En la actualidad muchos de ellos, suelen emplear redes sociales para interactuar con diferentes personas al mismo momento, esto permite que puedan conocer a más personas, aprender y compartir diversas experiencias (Orange, 2018).

Sin embargo, el uso constante y prolongado de redes sociales, puede conllevar a que ellos desarrollen algún tipo de dependencia, buscando siempre la manera de pasar más tiempo conectados, generando consecuencias negativas en su vida personal, dejando de lado la realización de sus actividades escolares, pasan poco tiempo en familia, descuidan sus estudios o experimentan síntomas como la ansiedad, decaimiento o irritabilidad si se les limita el uso (Echeburúa y De Corral, 2010).

Durante la adolescencia, esta dificultad, motiva también al aislamiento, poca inteligencia emocional, un deterioro en el juicio social, poca capacidad para sobrellevar dificultades y encontrar soluciones (Valencia y Cabero, 2019).

Supone una oportunidad para relacionarse con otros, de manera rápida y sencilla; sin embargo, al ser los adolescentes aquellos que en ocasiones representan un grupo de riesgo, pueden verse influenciados por otros de manera negativa, se espera que los padres puedan ejercer un rol activo de control y orientación, que ayude a sus hijos en su desarrollo y aprendizaje (González, Muñoz y Álvarez, 2017). Frente a esto, se recomienda que los padres (Muñoz-Rivas y Graña, 2001):

- Logren establecer tiempos de uso al internet.
- Se supervise siempre aquellos contenidos a los que tienen acceso.
- Los aparatos tecnológicos a través de los cuales acceden a redes sociales deben estar colocados en lugares visibles.
- Promover actividades sociales y culturales que impliquen pasar tiempo en familia y fuera de casa.
- Los padres deben conocer la manera de acceder a redes sociales y el funcionamiento que tienen los aparatos tecnológicos.

2.2.1.5. Consecuencias del uso prolongado de redes sociales.

El uso prolongado de redes sociales, conlleva diversas consecuencias, entre las principales se encuentra, que existe una disminución en las horas del sueño, por ende, la calidad en el descanso es cada vez menor, al ser continuo, genera en los adolescentes la sensación de cansancio y fatiga (Olivares, 2014).

Otra consecuencia, que acarrea su uso, es la sensación de frustración, cada vez son más sensibles los adolescentes, experimentando ansiedad, enojo, tristeza o angustia, cuando no pueden acceder de manera rápida a los dispositivos y estar conectados a sus redes sociales, o cuando han olvidado sus contraseñas o ven perdidas sus cuentas (Osorio et al., 2014). Al respecto, un uso continuo o compulsivo de las RS

Para Araujo (2016) esta dificultad presenta síntomas relacionados a la dependencia de sustancias, como la dependencia, falta de control, irritabilidad y episodios de ansiedad, cuando no se está usando las redes

sociales. A la vez, la adicción, genera sensaciones relacionadas al estrés, resultado de la constante atención que se brinda a las alertas, mensajes y sobre todo, el responder rápido los comentarios o etiquetas, conllevando a que las personas pospongan poco a poco sus actividades (Villalobos y Guadalajara, 2020).

Los estudiantes, no deben posponer las mejores estrategias para acudir a una asistencia profesional y oportuna, en este tipo de adicción, antes de enfrentar las consecuencias de una dependencia a la adicción y las conductas adversas a su salud emocional.

2.2.2. Habilidades sociales.

2.2.2.1. Definiciones.

Son definidas como aquella capacidad que contribuye a las personas a poder manifestar sus emociones, creencias y necesidades con respeto y acorde a la situación (Betina y Contini, 2011). Se les considera como un grupo de aspectos cognitivos y emocionales, que permiten a las personas poder interactuar con otras, alcanzar objetivos y vivir de manera armoniosa (Monjas, 2014).

Consideradas, como aquellas habilidades adquiridas a partir de adecuados estímulos e imitación, que facilitan la convivencia (Jara, Olivera y Elmer, 2018). Son, un grupo de conductas, que permiten la correcta expresión de sentimientos, frustraciones y necesidades en la interacción con otros (Caballo, 2016); además, contribuye a que la persona reciba estímulos positivos o negativos, que refuercen sus acciones (Rich y Schoeder, 2016).

Son aquellas habilidades que se reflejan en cualquier tipo de interacción, permiten de forma asertiva poder expresar emociones (positivas o negativas), relacionarse con otros y sobre todo, contribuyen a la resolución de dificultades (Caballo, 2007). Se asume también, como aquel orden que tiene la persona para poder interactuar de forma congruente y respetuosa con otros (Santoyo y Espinoza, 2006).

Las habilidades sociales son conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación.

2.2.2.2. Teoría del aprendizaje social.

Se pueden explicar desde diferentes concepciones, una de las más aceptadas es la del Aprendizaje Social, desde este enfoque, se asume que las capacidades cognitivas, emocionales y sociales, surgen a partir de la interacción y estimulación brindada por el entorno (Bandura, 1986); siendo la experiencia directa una de las más significativas e influyentes, que estimulan el desarrollo de habilidades básicas y necesarias para poder establecer vínculos con otros.

Por su parte Johnson y Johnson (1997) consideran que se aprenden en el entorno, la persona luego las pone en práctica en su entorno y a la vez, esto genera una influencia sobre otros, generándose así una interacción constante, donde surge el aprendizaje por reforzamiento de manera continua.

Aunado a esto, es a través de las interacciones con otros que los adolescentes construyen sus capacidades, habilidades y formas de expresar emociones, permitiéndoles poder relacionarse o por el contrario buscan el aislamiento, la poca expresión o la inadecuada manifestación de las emociones negativas (Lozano, 2015).

Asimismo, se hincapié, desde la perspectiva de éxitos y fracaso a nivel cognitivo, emocional y social, se deben mayormente a las habilidades para relacionarse, debido a que estas permiten que las personas puedan hacer frente a situaciones estresantes o difíciles, que todos experimentan y a partir de esto, logren seguir aprendiendo, interactuando y desarrollando sus capacidades.

2.2.2.3. Dimensiones.

(Gismero, 2010):

- **Autoexpresión en situaciones sociales:** Son aquellas habilidades que se basan en la escucha activa, la capacidad para poder acercarse a alguien e iniciar una conversación, formular preguntas adecuadas y acordes a la charla, saber dar gracias y hacer cumplidos.
- **Defensa de los derechos del consumidor:** Son aquellas capacidades que permiten a la persona poder defender sus derechos en diversas situaciones donde otros no respeten a los demás.
- **Expresión de enfado y disconformidad:** Son aquellas habilidades que permiten poder expresar emociones como el enojo, ira o enfado de manera asertiva en sus interacciones. Permite, a la persona poder brindar ayuda a otros, controlarse, defender aquello que piensa o siente, responder de forma asertiva a bromas, identificar y evitar dificultades y ser agradecido.
- **Decir no y cortar interacciones:** Se evidencia en la capacidad para hacer frente a situaciones difíciles como a vergüenza, fracaso, temor o ansiedad, el prepararse para situaciones adversas, evitar la persuasión.
- **Hacer peticiones:** Es aquella capacidad que permite a la persona poder manifestar sus deseos, anhelos o peticiones, de manera asertiva y tomando en cuenta el contexto en el que se encuentran.
- **Iniciar interacciones con el sexo opuesto:** Es aquella que le permite al hombre o mujer, tener interacción con personas del otro sexo.

2.2.2.4. Importancia de las habilidades en la etapa escolar.

En los contextos educativos, contribuyen en diversos aspectos. Permite que existan menos manifestaciones de violencia o acoso escolar, generándose en los estudiantes conductas empáticas y de apoyo cuando observan a sus compañeros sufriendo (Mendoza y Maldonado, 2017). Asimismo, estas habilidades son las que permiten a los estudiantes tener una mayor y mejor adaptación en su entorno académico, ser capaces de encontrar soluciones, mostrar motivación y relacionarse mejor con sus compañeros (Esteves, Paredes, Calcina y Yapuchura, 2020).

Permite a los estudiantes poder adquirir mayores conocimientos, al convivir en un entorno basado en el respeto, orden y con disciplina, los docentes pueden realizar mejor sus actividades, los estudiantes pueden participar sin temor a ser juzgados, por ende, presentaran una mejor actitud frente a la enseñanza (García y Méndez, 2017). Las habilidades sociales contribuyen también a que los estudiantes, presenten mayor capacidad para hacer frente a las frustraciones, dificultades y puedan encontrar mejores soluciones (Gutiérrez y Villatoro, 2012).

2.2.2.5. Componentes de las habilidades sociales.

(Caballo, 2007):

a. Conductual. Se compone por:

- Comunicación no verbal. Están inmersas aquellas expresiones dadas a través los gestos, la postura frente a otros, la presencia o apariencia y la sonrisa mostrada.
- Comunicación paralingüística. Es aquella que se aprecia a través del tono de voz empleado, el ritmo al hablar.
- Comunicación verbal. Se aprecia en el humor, el tono empleado y la manera de expresar las emociones.

b. Cognitivo. Este componente se ve muy influenciado por factores externos, sobre los cuales muchas veces no se tiene control. Se compone por:

- Percepciones. Son todas aquellas percepciones que la persona tiene cuando interactúa con otros, como la familiaridad o el grado de amistad y confianza que se tiene con otros. Influye también el ambiente, como la iluminación, la sensación térmica, ventilación y la limpieza.
- Variables cognitivas. Son aquellos aspectos relacionados a los valores personales, las creencias que se tiene sobre la manera en la que se debe interactuar y la capacidad para responder de forma asertiva o correcta a la interacción.

c. Fisiológico. Son todos aquellos aspectos fisiológicos, como el ritmo en la respiración, el ritmo cardíaco, el flujo sanguíneo y la respiración. Influye también si la persona presenta algún tipo de enfermedad, alergia o malestar físico.

2.3. Marco conceptual.

Adicción a redes sociales. Se basa en aquel uso descontrolado de cualquier red social, conlleva a la persona a vivenciar sintomatologías relacionadas al decaimiento, tristeza, ansiedad o enojo e intolerancia, deteriorando sus vínculos sociales e importantes (Escurras y Salas, 2014).

Habilidades sociales. Son aquellas habilidades que se reflejan en cualquier tipo de interacción, permiten de forma asertiva poder expresar emociones (positivas o negativas), relacionarse con otros y contribuyen a la resolución de dificultades (Gismero, 2000).

CAPITULO III: RESULTADOS

3.1. Análisis e interpretación de resultados.

Tabla 3

Nivel de Adicción a las Redes Sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo

Nivel de Adicción a las Redes Sociales	N	%
Bajo	128	61.5
Medio	59	28.4
Alto	21	10.1
Total	208	100.0

Nota: Escala de Adicción a las redes sociales aplicada a estudiantes de una institución educativa - Trujillo

En la tabla 3, se evidencia los niveles de Adicción a las redes sociales en el que se observa como nivel dominante el nivel bajo con un 61.5% de alumnos, mientras que el 28.4% presenta un nivel medio y el 10.1% un nivel alto.

Tabla 4

Nivel de Adicción a las Redes Sociales según dimensiones, en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo

Nivel de Adicción a las redes sociales	N	%
Obsesión por las redes sociales		
Bajo	149	71.6
Medio	44	21.2
Alto	15	7.2
Total	208	100
Falta de control personal en el uso de las redes sociales		
Bajo	121	58.2
Medio	51	24.5
Alto	36	17.3
Total	208	100
Uso excesivo de las redes sociales		
Bajo	112	53.8
Medio	68	32.7
Alto	28	13.5
Total	208	100

Nota: Nivel de Adicción a las redes sociales aplicada a estudiantes de una institución educativa -Trujillo

En la tabla 4, se observa que en las dimensiones de la Adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa estatal –Trujillo, predomina el nivel bajo con porcentajes que fluctúan entre 53.8% al 71.6%, siendo el 71.6% para la dimensión obsesión por las redes sociales, el 58.2% para la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y el 53.8% para la dimensión uso excesivo de las redes sociales. Asimismo, se resalta en dicha tabla que con un nivel alto de obsesión por las redes sociales se identificó al 7.2% de alumnos, en la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales al 17.3% de los alumnos y en la dimensión uso excesivo de las redes sociales al 13.5% de los alumnos que formaron parte de la presente investigación.

Tabla 5

Nivel de Habilidades Sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo

Nivel de Habilidades Sociales	N	%
Bajo	59	28.4
Medio	113	54.3
Alto	36	17.3
Total	208	100

Nota: Escala de habilidades sociales aplicada a estudiantes de una institución educativa - Trujillo

En la tabla 5, se aprecia que predomina el nivel medio de las Habilidades Sociales, representado por el 54.3% de estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo, que presenta este nivel; seguido del 28.4% que presenta nivel bajo y el 17.3% que ostenta nivel alto.

Tabla 6

Nivel de Habilidades Sociales según dimensiones, en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo

Nivel de Habilidades Sociales	N	%
Autoexpresión de situaciones sociales		
Bajo	51	24.5
Medio	126	60.6
Alto	31	14.9
Total	208	100
Defensa de los propios derechos como consumidor		
Bajo	62	29.8
Medio	104	50.0
Alto	42	20.2
Total	208	100
Expresión de enfado o disconformidad		
Bajo	56	26.9
Medio	134	64.4
Alto	18	8.7
Total	208	100
Decir no y cortar interacciones		
Bajo	48	23.1
Medio	123	59.1
Alto	37	17.8
Total	208	100
Hacer peticiones		
Bajo	69	33.2
Medio	98	47.1
Alto	41	19.7
Total	208	100
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto		
Bajo	41	19.7
Medio	138	66.3
Alto	29	13.9
Total	208	100

En la tabla 6, se observa que predomina el nivel medio en las dimensiones de las Habilidades Sociales, con porcentajes de estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo que registran este nivel que oscilan entre 47.1% a 66.3%.

Tabla 7

Correlación entre Adicción a las redes sociales y Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo

	Adicción a las redes sociales (r)	Sig.(p)
Habilidades sociales	-.427	.000**

*Nota: r: Coeficiente de correlación de Spearman
**p<.01; *p<.05*

En la tabla 7, se presenta los resultados de la prueba de correlación de Spearman, donde se puede observar que existe una correlación muy significativa ($p<.01$), negativa y de grado medio, entre la Adicción a las redes sociales y las Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo.

Tabla 8

Correlación entre la dimensión Obsesión por las redes sociales de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones de las Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo

	Obsesión por las redes sociales (r)	Sig.(p)
Autoexpresión de situaciones sociales	-.437	.000 **
Defensa de los propios derechos como consumidor	-.411	.000 **
Expresión de enfado o disconformidad	-.112	.123
Decir no y cortar interacciones	-.342	.000 **
Hacer peticiones	-.318	.000 **
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	-.087	.274

Nota: Coeficiente de correlación de Spearman

***p<.01*

En la tabla 8, se observa que la prueba de correlación de Spearman, identifica la existencia de una correlación muy significativa ($p < .01$), negativa y en grado medio, entre la dimensión Obsesión por las redes sociales de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Decir no y cortar interacciones y Hacer peticiones de las Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo. Asimismo se evidencia que no existe correlación entre la dimensión Obsesión por las redes sociales de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones Expresión de enfado o disconformidad e Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Tabla 9

Correlación entre la dimensión Falta de control personal en el uso de las redes sociales de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones de las Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo

	Falta de control personal en el uso de las redes sociales (r)	Sig.(p)
Autoexpresión de situaciones sociales	-.438	.000 **
Defensa de los propios derechos como consumidor	-.319	.000 **
Expresión de enfado o disconformidad	-.337	.000 **
Decir no y cortar interacciones	-.408	.000 **
Hacer peticiones	-.391	.000 **
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	-.442	.000 **

Nota:

r: Coeficiente de correlación de Spearman

***p<.01 *p<.05*

En la tabla 9, se observa que la prueba de correlación de Spearman, identifica la existencia de una correlación muy significativa ($p<.01$), negativa y en grado medio, entre la dimensión Falta de control personal en el uso de las redes sociales y las dimensiones de las Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo.

Tabla 10

Correlación entre la dimensión Uso excesivo de las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo

	Uso excesivo de las redes sociales (r)	Sig.(p)
Autoexpresión de situaciones sociales	-.339	.000 **
Defensa de los propios derechos como consumidor	-.364	.000 **
Expresión de enfado o disconformidad	-.297	.000 **
Decir no y cortar interacciones	-.134	.056
Hacer peticiones	-.308	.000 **
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	-.058	.477

Nota:

r: Coeficiente de correlación de Spearman

**p<.01 *p<.05

En la tabla 10, se observa que la prueba de correlación de Spearman, identifica la existencia de una correlación muy significativa ($p<.01$), negativa y en grado medio, entre la dimensión Uso excesivo de las redes sociales de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad y Hacer peticiones de las Habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo. A su vez se denota que no existe correlación entre la dimensión Uso excesivo de las redes sociales de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones decir no y cortar interacciones e Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

CAPITULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS

Las habilidades sociales son consideradas como aquellas capacidades que permiten a las personas poder interactuar, expresar emociones y resolver dificultades, sin embargo, durante la adolescencia debido a los diversos cambios físicos y psicológicos, suelen presentar dificultades, entre ellas, la adicción a las redes sociales, que puede generar en ellos un alejamiento de su familia y pares, poco control en sus emociones y dificultades académicas (Romero, 2018). Al respecto, la presente investigación, buscó determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales, los resultados muestran:

En la tabla 3, en relación a los resultados descriptivos, en el nivel de Adicción a las redes sociales, se observa que el 61.5% de estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo, presenta nivel bajo; el 28.4% presenta un nivel medio y el 10.1% un nivel alto. Esto permite evidenciar que en su gran mayoría los estudiantes no presentan una adicción a las redes sociales, logrando controlar su uso a través del involucramiento con otras actividades, recreativas, lúdicas ya que pueden hacer mejor uso de su tiempo. Sin embargo, también se observa que hay estudiantes que presentan dificultades debido al uso de redes sociales, esto puede conllevar a que tengan un distanciamiento de otros y un descuido en sus actividades que desempeñan o deben por obligación realizar (García, 2013). Esto es corroborado por Borrero (2019) quien determinó en dentro de su investigación, altos porcentajes de adicción a las redes sociales en estudiantes del nivel secundario, quienes tenían dificultades para controlar el tiempo y uso correcto de esta herramienta, conllevando a que presenten problemas a nivel educativo, social y familiar.

En la tabla 4, se observa los niveles de Adicción a las redes sociales según sus dimensiones, en la misma que prevalece el nivel bajo en todas las dimensiones, con porcentajes de estudiantes de una institución educativa estatal - Trujillo, que fluctúan entre 53.8% y 71.6%. Permitiendo comprender que hay un grupo de estudiantes que no suele pensar de manera constantemente en emplear las redes sociales, no suelen descuidar el cumplimiento de sus actividades escolares, sociales y logran regular su uso. Esto es corroborado por Echeburúa y De Corral (2010), quienes afirman que no necesariamente la conexión a las redes sociales predispone una obsesión en los adolescentes al

estar conectados ya que estos pueden tener en cierto modo la capacidad de manejo y adaptación asimismo dar un mejor uso a las redes sociales de aprendizaje, indagación y socialización sin involucrar una adicción.

En la tabla 5, referente a los niveles en habilidades sociales, el nivel medio es el de mayor predominancia con un 54.3%, seguido del 28.4% que presenta nivel bajo; y el 17.3% que se ubican en un nivel alto; estos resultados son similares a los encontrados por Flores y Quiste (2019) quienes encontraron una tendencia en niveles medios en habilidades sociales. Reflejándose que existen un gran grupo de estudiantes que logran poder expresar de forma asertiva sus emociones (positivas o negativas), tienen una adecuada capacidad para relacionarse con otros y son capaces de encontrar soluciones en diversas situaciones (Caballo, 2007); a la vez, se podría asumir, que tienen habilidad para ser congruentes, empáticos y respetuosos con otros (Santoyo y Espinoza, 2006).

En la Tabla 6 , se observa que predomina el nivel medio en las dimensiones autoexpresión de situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto de las Habilidades Sociales, seguido de un nivel bajo y con menor prevalencia del nivel alto; denota que los estudiantes cuentan con adecuada capacidad para desarrollar y establecer adecuadas habilidades sociales, no obstante muchos otros estudiantes aun cuentan con poco desenvolvimiento de sus recursos sociales. Esto se asemeja a lo encontrado por Flores y Quiste (2019), quienes determinaron niveles que oscilaban de bajos a altos en estudiantes, permitiendo comprobar que algunos estudiantes tienen facilidades para los vínculos interpersonales estables, sin embargo, existen otros a quienes se les dificulta poder tener relaciones interpersonales establecer, debido a bajos niveles en sus habilidades sociales. Estos datos contribuyen a poder indicar que hay estudiantes que presentan grandes dificultades para expresar sus emociones, llevarse bien con sus docentes y compañeros, mostrar disciplina (García y Méndez, 2017), mantener una conversación fluida y ser empáticos (Mendoza y Maldonado, 2017).

En la tabla 7, se aprecia que existe una relación negativa y altamente significativa ($p < .00$) entre las variables Adicción a las redes sociales y Habilidades sociales bajo estudio. Esto permite apreciar que el uso descontrolado de cualquier red social, conlleva a que la persona pueda vivenciar sintomatologías relacionadas al decaimiento, tristeza, ansiedad o enojo e intolerancia, deteriorando sus vínculos sociales importantes (Echeburúa y Corral, 2010); esto guarda estrecha relación con aquellas habilidades negativas que presentan los estudiantes, no logran expresar de forma asertiva sus emociones (positivas o negativas), tienen poca comunicación y se les dificulta encontrar soluciones (Gismero, 2000). Resultados similares, fueron encontrados por Borrero (2019) en Quito y Blanco et al., (2017) en Colombia, logrando determinar de igual forma una relación inversa entre ambas variables; lo que permite comprender que, a mayor uso de redes sociales, esto genera un efecto negativo en las habilidades de interacción entre los estudiantes, limitando su capacidad empática, el solicitar ayuda, escuchar a otros o establecer vínculos sólidos. Al respecto, desde la teoría del aprendizaje social, las habilidades sociales, se aprenden en el entorno social, forman parte del repertorio de respuesta de las personas y esto a la vez genera influencia sobre otros, que determinan los aspectos a ser reforzados o no (Johnson y Johnson, 1997); permitiéndose comprender que es el entorno quien contribuye a que los estudiantes desarrollen su adicción y mantengan esa práctica constante, que les impide interactuar o realizar sus obligaciones.

En la tabla 8 se aprecia que existe una correlación significativa ($p < .01$) y negativa entre la dimensión Obsesión por las redes sociales con las dimensiones de Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Decir no y cortar interacciones y Hacer peticiones de las Habilidades sociales. Esto permite evidenciar, que cuando los estudiantes experimentan constantes pensamientos y fantasías en torno a sus redes sociales, esto conlleva a que experimenten preocupación y ansiedad por su falta de conexión (Escurra y Salas, 2014), además, esto guarda relación con sus dificultades para defender su opinión de forma asertiva, el no saber interrumpir charlas o situaciones desagradables y la poca capacidad para pedir ayuda (Gismero, 2010). Estos resultados, guardan estrecha relación a lo

encontrado por Feria (2019) y Flores y Quispe (2019) en sus investigaciones realizadas a nivel nacional, quienes lograron evidenciar que las habilidades sociales suelen ser deficientes cuando el uso de redes sociales es prolongado en los estudiantes, lo que limita sus interacciones y vínculos sociales.

En la tabla 9, se aprecia la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$) y negativa entre la dimensión Falta de control personal de la Adicción a las redes sociales y las dimensiones de Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Decir no y cortar interacciones y Hacer peticiones de las Habilidades sociales. Esto permite comprender, que cuando experimentan inquietud por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales, así como descuido en las actividades importantes que deben realizar como el cumplimiento de tareas o estudiar para sus exámenes (Escrura y Salas, 2014), los estudiantes tendrán una mayor dificultad para poder expresar lo que sienten de manera asertiva, poca capacidad para afrontar situaciones, no son capaces de iniciar un lazo de amistad con personas del otro sexo y no logran poner límites en sus interacciones (Gismero, 2010). Esto es corroborado a los encontrado por Montes (2019) y Romo (2017) en sus investigaciones realizadas, concluyendo, que los adolescentes al tener un uso prolongado de redes sociales, sus habilidades sociales se ven afectadas, generando poca capacidad para interactuar de manera asertiva y coherente en su entorno. Pudiéndose concluir que, frente a la poca capacidad para controlar el uso de redes, los adolescentes presentaran las dificultades para relacionarse y emplear de forma asertiva y efectiva sus habilidades sociales.

Además, en la tabla 10 se aprecia una correlación muy significativa ($p < .01$), negativa y de grado medio, entre la dimensión Uso excesivo de las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales. Es decir, cuando los estudiantes tienen poca capacidad para usar de manera responsable y controlada sus redes sociales (Escrura y Salas, 2014); esto a la vez, dificulta que manifiesten en su medio aquello que experimentan, sienten o desean de manera asertiva; tienen poca capacidad para poner límites; expresan abiertamente sus emociones negativas como la ira o enfado, lo que repercute en sus relaciones

interpersonales (Gismero, 2010). Corroborado por Bravo (2019) y Damas y Escobedo (2017) quienes concluyeron con resultados similares, considerando que la adicción a las redes conlleva a que los adolescentes presenten menos habilidades sociales, por ende, tienen dificultades para expresar lo que sienten o entablar relaciones adecuadas. Esto permite evidenciar en base a los resultados, que un uso excesivo, repercute en las capacidades relacionadas a la interacción, limitando la expresión de emociones y el fortalecimiento de vínculos estables.

Estos resultados, ponen en evidencia lo importante que es controlar el uso en torno al tiempo y al tipo de contenido que consumen que los estudiantes cuando usan redes sociales, debido a que un uso prolongado y sin supervisión, puede conllevar a que desarrollen una adicción. Esta problemática, generará que progresivamente sus habilidades para interactuar, expresar lo que sienten, resolver dificultades, comunicarse con sus pares y el sexo opuesto, se vea deteriorada, limitando su entorno social y afectando su estado emocional.

CAPITULO V:
CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

1. Referente al nivel de Adicción a las redes sociales, se observa un nivel bajo (61.5%). En relación a las dimensiones, predomina el nivel bajo en las dimensiones de la Adicción a las redes sociales, en los estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo, que registran este nivel que valores del 53.8% al 71.6%.
2. Se aprecia que el nivel medio de habilidades sociales es el que más se encuentra presente (54.3%) seguido del 28.4% que presenta nivel bajo; y el 17.3% que se ubican en un nivel alto. En relación a las dimensiones, se aprecia que predomina el nivel medio en todas las dimensiones.
3. Se aprecia que existe una relación negativa y altamente significativa ($p < .00$) entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales.
4. Además, se aprecia, una correlación significativa ($p < .01$) y negativa entre la dimensión Obsesión por las redes sociales con las dimensiones Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Decir no y cortar interacciones y Hacer peticiones de las Habilidades sociales.
5. Existe además una correlación altamente significativa ($p < .01$) y negativa entre la dimensión Falta de control personal y las dimensiones Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Decir no y cortar interacciones, Hacer peticiones e Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto
6. Se aprecia, una correlación muy significativa ($p < .01$), negativa y de grado medio, entre la dimensión Uso excesivo de las redes sociales y las dimensiones Autoexpresión de situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad y Hacer peticiones.

RECOMENDACIONES

Con respecto a dichos resultados se recomienda:

- A pesar de que el nivel de adicción a las redes sociales en la mayoría de los estudiantes ha obtenido un nivel bajo se sugiere propiciar su participación en talleres psicoeducativos para fortalecer la toma de decisiones y crear espacios interactivos donde los estudiantes compartan otras actividades recreativas, lúdicas y académicas.
- Para los jóvenes que presentan un nivel alto en adicción a las redes sociales se sugiere intervención individual y grupal de sensibilización sobre el uso razonable de las nuevas tecnologías estableciendo acuerdos con los padres de familia.
- Generar espacios de comunicación con los padres de familia para establecer estrategias de mayor control y uso adecuado de las redes como : limitar las horas de acceso , supervisar los contenidos, estimular el deporte y otras actividades que propicien más tiempo en familia
- Coordinar la planificación con los tutores de sesiones específicas con los estudiantes, informativas y aplicativas enfocadas a mejorar el conocimiento del uso adecuado a las redes sociales y sugerir técnicas de organización del tiempo y establecer normas del uso de los dispositivos y conocer los riesgos a los que pueden estar expuestos (Ciber bullying, grooming o acoso cibernético)
- Ejecutar un programa basado en la psicología positiva orientado a los estudiantes para el fortalecimiento y o desarrollo de sus habilidades sociales incluyendo tanto nivel bajo y alto, donde se busque promover adecuados vínculos interpersonales, basados en el respeto, consideración y cumplimiento de las obligaciones, así como el fortalecimiento de capacidades como la autoestima, auto concepto y resiliencia.
- Ejecutar talleres y programas sobre escucha activa, comunicación asertiva, respetar las opiniones de los demás, expresar emociones para los adolescentes que presenten un nivel bajo en las habilidades sociales, con la finalidad que tenga una mejor interacción y facilidad para expresar sus emociones sin temor al comunicarse con los demás.

- Realizar un taller o programas de manejo y expresión de emociones y habilidades sociales, para el uso de estrategias que faciliten la interacción con sus familiares y círculo de amigos
- Generar un programa psicoeducativo orientado a los directivos y docentes, donde se busque comunicar los resultados obtenidos, y además, profundizar y brindar información actualizada sobre la adicción a las redes sociales y el impacto psicosocial en los jóvenes que permita un mayor entendimiento de la problemática y generen acciones preventivas.

CAPITULO VI: REFERENCIAS Y ANEXOS

6.1 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Aiken, L. (2003). *Test psicológicos y evaluación*. (11° ed.). México: Pearson Educación.
- Alarcón, R. (2013). *Métodos y diseños de investigación del comportamiento*. Lima: Editorial Universitaria.
- Alfaro, M.; Vázquez, M.; Fierro, A.; Herrero, B., Muñoz, M. y Rodríguez, L. (2015). *Uso y riesgos de las tecnologías de la información y comunicación en adolescentes de 1318 años*. *Acta Pediátrica Española*, 73(6), 126–135.
- Araujo, E. (2016). *Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima*. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10,2, 48-58.
- Betina, A. y Contini, N. (2011). *Las habilidades sociales en niños y adolescentes: Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos*. *Fundamentos en Humanidades*, 12(23), 159-182.
- Blanco, C.; Blanco, S.; Ovallos, A. y Carrillo, S. (2017). *Relación entre uso de redes sociales y habilidades sociales en estudiantes universitarios de Cúcuta*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Simón Bolívar, Cúcuta, Colombia.
- Borrero, J. (2019). *Adicción a la red social facebook, y su influencia en el desarrollo de las habilidades sociales, en estudiantes de primer a tercer año de bachillerato, del Colegio Nacional Andrés Bello, en el norte de Quito, en el año 2019*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Tecnológica de Indoamérica, Quito, Ecuador.
- Braz, A.; Cómodo, C.; Prette, Z.; Prette, A. y Fontaine, A. (2013). *Habilidades sociales e intergeneracionalidad en las relaciones familiares*. *Apuntes De Psicología*, 31(1), 77-84.
- Brazo, A. (2019). *Relación del uso de las redes sociales en el nivel de habilidades sociales de los estudiantes de secundaria de una*

Institución Educativa de Trujillo. (Tesis de Maestría). Universidad Cesar Vallejo, Trujillo, Perú.

Castillo, R. W. (2014). Reporte del tamaño del efecto en los artículos de tres revistas de psicología peruanas en los años 2008 al 2012 (Tesis de pregrado). Universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

García, C. H. (2006). La Medición en Ciencias Sociales y en la Psicología, en Estadística con SPSS y Metodología de la Investigación. México: Trillas.

Caballo, V. (2007) Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Madrid: Siglo XXI Editores.

Caballo, V. (2016). Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Valencia: Promolibro.

Common Sense. (2018). Uno de cada cuatro adolescentes reconoce ser adicto a las redes sociales. Recuperado de: <https://www.infotechnology.com/online/Uno-de-cada-cuatro-adolescentes-reconoce-ser-adicto-a-las-redes-sociales-20180912-0008.html>

Comscore. (2020). Peruanos pasan al mes 25 horas en promedio conectados a internet, según Comscore. Recuperado de: <https://www.larepublica.co/globoeconomia/peruanos-pasan-al-mes-25-horas-en-promedio-conectados-a-internet-segun-comscore-2965325>

*Contini N. (2015). Agresividad y Habilidades Sociales en la Adolescencia. Una aproximación conceptual. *Psicodebate*, 15(2), 31-54.*

Damas, F. y Escobedo, L. (2017). Adicción a las redes por internet y habilidades sociales en adolescentes, TRUJILLO-2016. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú.

- Díaz, E. y Sánchez, M. (2017). *Redes sociales y clima familiar en adolescentes de la Urbanización San Elías del distrito de Los Olivos, en el 2016* (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada Telesup, Lima.
- Díaz, M. y Mejía, S. (2018). *La mirada de los adolescentes al modelo de habilidades para la vida. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 16(2), 709-718.*
- Dominguez, J. e Ybañez, J. (2016). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. Propósitos y Representaciones, 1-25.*
- Echeburúa, E. y Corral, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Adicciones, 22 (2), 91 – 95.*
- Escorra, M. y Salas, E. (2014). *Construcción y Validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). Liberabit, 20(1), 73-91.*
- Esteves, A.; Paredes, R.; Calcina, C. y Yapuchura, C. (2020). *Habilidades Sociales en adolescentes y Funcionalidad Familiar. Comuni@cción, 11(1), 16-27.*
- Feria, P. (2019). *Habilidades sociales y uso de redes sociales en estudiantes de la escuela profesional de educación primaria de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2019.* (Tesis de Licenciatura). Universidad de Ayacucho Federico Froebel, Ayacucho, Perú.
- Flores, E. y Quispe, S. (2019). *Adicción a redes sociales virtuales y desarrollo de habilidades sociales en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria del distrito de Paucarpata.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Arequipa, Perú.
- Gairín-Sallán, J. y Mercader, C. (2017). *Usos y abusos de las TIC en los adolescentes. Revista de Investigación Educativa, 36(1), 125-125.*

- García, A. y Méndez, C. (2017). El entrenamiento en habilidades sociales y su impacto en la convivencia escolar dentro de un grupo de primaria. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 16(30), 151 – 164.
- García, J. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Salud y Drogas*, 13(1), 5-14.
- Gismero, E. (2010). *Manual de la Escala de Habilidades Sociales* (3ra ed.). Madrid: Ediciones, S.A.
- Gismero, H. (2000). *EHS Escala de Habilidades Sociales*. Madrid: TEA Ediciones
- González, N., Abad, J. & Lévy, J.P. (2006). Normalidad y otros supuestos en análisis de covarianzas. En Lévy, J. y Varela, J. Modelización con estructuras de covarianzas en Ciencias Sociales (pp. 31-57. España: Gesbiblo, S.L. La Coruña.
- Globalwebindex. (2018). *Social. Obtenido de GlobalWebIndex's flagship report on the latest trends in social media: <https://www.globalwebindex.com/hubfs/Downloads/Social-H2-2018-report.pdf>*
- Golpe, S.; Isorna, M.; Gómez, P. y Rial, A. (2017). Uso problemático de Internet y adolescentes: El deporte sí importa. *Retos*, 31, 52-57.
- González, M.; Muñoz, P. y Álvarez, I. (2017). Factors which motivate the use of social networks by students. *Psicothema*, 29(2), 204-210.
- Griffiths, M. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues *Journal of Addiction Research & Therapy*, 4(5), 101-119.
- Gutiérrez, M. y Villatoro, J. (2012). Desarrollo de habilidades sociales en la escuela: experiencia de una estrategia de prevención. *Revista Iberoamericana sobre Niñez y Juventud en Lucha por sus Derechos*, 5, 34-40.

- Jara, M.; Olivera, M. y Elmer, Y. (2018). Teoría de la personalidad según Albert Bandura. *Revista de Investigación de Estudiantes de Psicología "JANG"*, 7(2), 22-35.
- Johnson, D y Johnson, R. (1997). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós.
- Lozano, A. (2015). Usos sociales de internet entre los adolescentes españoles. *Revista sobre la infancia y la adolescencia*, 8, 1-14.
- Mendoza, B. y Maldonado, M. (2017). Acoso escolar y habilidades sociales en alumnado de educación básica. *Ciencias Sociales*, 24(2), 109-116.
- Manzano-Arrondo, V.(2009). Sobre la acotación de efectos y la existencia de relación.
Recuperado de <http://asignatura.us.es/dadpsico/apuntes/efectos.pdf>.
- Monjas, M. (2014). *Relaciones interpersonales positivas. Aplicaciones de la Psicología Positiva a la convivencia: Bienestar, crecimiento personal y emocional*. Valladolid: CFIE.
- Montes, E. (2019). *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Juan Jiménez Pimentel, Tarapoto 2019*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana Unión, Tarapoto, Perú.
- Montesdeoca, Y. y Villamarín, J. (2017). Autoestima y habilidades sociales en los estudiantes de segundo de bachillerato de la unidad educativa "Vicente Anda Aguirre" Riobamba, 2015-2016. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador.
- Muñoz-Rivas M. y Graña, J. (2001). Factores familiares de riesgo y de protección para el consumo de drogas en adolescentes. *Psicothema*, 13 (1), 87-94.
- Olivares, P. (2014). *Nomofobia: Escalvos del movil. EFE: Salud*. Obtenido de <https://www.efesalud.com/nomofobia-esclavos-del-movil/>

- Orange. (2018). Guía sobre el uso responsable de la tecnología en el entorno familiar. Madrid: Orange
- Osorio, M.; Molero, M.; Pérez, M. y Mercader, I. (2014). Redes sociales en internet y consecuencias de su uso en estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 585-592.
- Porras, D. (2018). *Adicción a las redes sociales y violencia escolar en estudiantes adolescentes del distrito El Porvenir*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada Cesar Vallejo, Trujillo, Perú.
- Rich, F. y Schoeder, A. (2016). *Habilidades Sociales y autocontrol en la adolescencia de Arnold P. Goldstein*. Madrid.
- Rodríguez, C. (2017). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Adicción a redes sociales en adolescentes del distrito de Trujillo*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Trujillo, Perú.
- Rojas, P. (2019). *Al día, 27 niños peruanos son víctimas de violencia escolar, según último reporte del Minedu*. Recuperado de: <https://gestion.pe/peru/al-dia-27-ninos-peruanos-son-victimas-de-violencia-escolar-segun-ultimo-reporte-del-minedu-noticia/?ref=gesr>
- Romero, (2018). *Adicción a las redes sociales en los adolescentes*. (Tesis de Maestría). Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.
- Romo, D. (2017). *Adicción a internet y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa Internacional Elim de Villa El Salvador – 2017*. Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Salas, Asún y Zúñiga, (2018). Construcción de un Cuestionario de Habilidades Sociales para el Contexto Académico (CHS-A). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 55(2), 89-105.
- Sánchez C. y Reyes M. (2015). *Metodología y diseños de la investigación científica*. Lima: Visión Universitaria.

- Santoyo, C. y Espinoza, M. (2006). *Desarrollo e interacción social: teoría y métodos de investigación en contexto*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Tapia, V. & Luna, J. (2010). Validación de una prueba de habilidades de pensamiento para alumnos de cuarto y quinto año de secundaria y primer año de universidad. *Revista de investigación en psicología*, 13 (2), 17 – 59.
- TICBeat. (2019). *Una cuarta parte de los adolescentes tiene adicción a las redes sociales*. Recuperado de <https://www.ticbeat.com/tecnologias/adiccion-redes-sociales-adolescentes/>
- Turel, O. y Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal Of Information Systems*, 21(5), 512-528.
- Valencia, R. y Cabero, J. (2019). La adicción a las redes sociales: validación de un instrumento en el contexto mexicano. *Health and Addictions*, 19(2), 149-159.
- Valerio, G. y Serna, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(3), 19-28.
- Villalobos, J. y Guadalajara, C. (2020). *¿Adicto a las redes sociales? (opinión experta)*. Recuperado de: <https://tec.mx/es/noticias/guadalajara/salud/adicto-las-redes-sociales-opinion-experta>
- Villanueva-Blasco, V. y Serrano-Bernal, S. (2019). Patrón de uso de Internet y control parental de redes sociales como predictor de sexting en adolescentes: Una perspectiva de género. *Revista de Psicología y Educación*, 14(1), 16-16.

6.2 ANEXOS

ANEXO 01. ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS.

Confiabilidad de la Escala de evaluación de las Adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal -Trujillo

	α	n
Adicción a las redes sociales	.89	24
Obsesión por las redes sociales	.80	10
Falta de control en el uso de las redes sociales	.64	6
Uso excesivo de las redes sociales	.73	8

Nota

α : Coeficiente alfa de Cronbach ; n: Número de Ítems

En la tabla 11, se aprecia que la escala general tiene un alfa de .89 y en sus dimensiones de .64 a .80.

ANEXO 2:

Confiabilidad del Inventario de Habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal - Trujillo

	α	n
Habilidades sociales	.83	33
Autoexpresión de situaciones sociales	.65	8
Defensa de los propios derechos como consumidor	.50	5
Expresión de enfado o disconformidad	.53	4
Decir no y cortar interacciones	.61	6
Hacer peticiones	.52	5
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	.60	5

En la tabla 12, se muestran los valores de confiabilidad cuyos valores oscilan de .50 a .65 en sus dimensiones y de .83 en la escala general.

ANEXO 3: PRUEBA DE NORMALIDAD

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones en la Escala de evaluación de las Adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal-Trujillo

	Z de K-S	Sig.(p)
Adicción a las redes sociales	,06	,076
Obsesión por las redes sociales	,09	,000 **
Falta de control en el uso de las redes sociales	,06	,035 *
Uso excesivo de las redes sociales	,07	,019 *

Nota:

N : Tamaño de muestra

KS: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov

**p< .01 *p<.05

Los resultados que se presentan en la tabla 13, se aprecia que la escala presenta una distribución normal ($p>.05$).

Anexo 04 – Consentimiento informado.



UNIVERSIDAD PRIVADA ANTEOR ORREGO
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

CONSENTIMIENTO INFORMADO.

EXPONGO:

Que he sido debidamente INFORMADO por la responsable de la Investigación Científica: Adicción a las Redes Sociales y Habilidades Sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal - Trujillo: siendo importante la participación de mi persona para que el profesional, aplique una encuesta para contribuir en el trabajo de investigación señalado. Confirmando que he recibido explicaciones tanto verbales como escritas, sobre el propósito de la investigación y también he tenido la ocasión de aclarar las dudas que me han surgido.

MANIFIESTO:

Que he entendido y estoy satisfecho de todas las explicaciones y aclaraciones recibidas sobre el mencionado trabajo de investigación y OTORGO MI CONSENTIMIENTO para que sea realizada el cuestionario a mi persona.

Nombre y Apellido .

DNI:

ANEXO 05: ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

Buen día, se te presentan una serie de enunciados que debes responder. Recuerda que no existe pregunta correcta:

Siempre: S Rara vez: RV Casi siempre: CS Nunca: N Algunas veces: AV

Item	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

ANEXO 6: ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

INSTRUCCIONES:

Se te presenta diversas frases, respóndelas con la mayor sinceridad.

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra.

C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así.

D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos.

Marca con un "X" o puedes cerrar la letra que corresponda.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a parecer tonto ante los demás.	A B C D					
2. Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.	A B C D					
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.		A B C D				
4. Cuando en un tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.		A B C D				
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO".				A B C D		
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.					A B C D	
7. Si en un restaurante no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.					A B C D	
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.						A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.						A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo.	A B C D					
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D					
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.		A B C D				
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.			A B C D			
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.				A B C D		
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.				A B C D		
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.					A B C D	
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.						A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.						A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D					

20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D					
21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.		A B C D				
22. Cuando un familiar cercano me molesta , prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.			A B C D			
23. Nunca se cómo “cortar” a un amigo que habla mucho.				A B C D		
24. Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.				A B C D		
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.					A B C D	
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.					A B C D	
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita.						A B C D
28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A B C D					
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo.	A B C D					
30. Cuando alguien se me “cuela” en una fila hago como si no me diera cuenta.		A B C D				
31. Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados.			A B C D			
32. Muchas veces prefiero callarme o “quitarme de en medio “ para evitar problemas con otras personas.			A B C D			
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.				A B C D		
TOTAL						