

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales en
estudiantes de 4° y 5° de secundaria de un colegio de la ciudad
de Abancay, 2025**

Samantha Estrada Villafuerte

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

Cusco, 2025

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

A : Decano de la Facultad de Psicología
DE : Verónica Luna Ccoa
Asesor de trabajo de investigación
ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación
FECHA : 4 de Diciembre de 2025

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para informar que, en mi condición de asesor del trabajo de investigación:

Título:

“Adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025”

AUTORA :

1. Samantha Estrada Villafuerte – EAP. Psicología

Se procedió con la carga del documento a la plataforma “Turnitin” y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 19% de similitud sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores
N° de palabras excluidas (**en caso de elegir “SI”**): 20 SI NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

En consecuencia, se determina que el trabajo de investigación constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad Continental.

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo de investigación sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI y en la normativa de la Universidad Continental.

Atentamente,


 **Dra. Verónica Luna Ccoa**
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 19570

Asesor de trabajo de investigación

DEDICATORIA

A Dios, por ser fuerza, esperanza y por recordarme que todo tiene un propósito.

A mis padres, por ser mi ejemplo, por enseñarme con su vida que los sueños se alcanzan con perseverancia, humildad y amor.

A mí misma, por creer en mí incluso cuando las dudas eran más grandes. Esta meta es también una muestra de mi crecimiento y valentía.

AGRADECIMIENTO

A mis padres y hermanos, por su amor incondicional, paciencia y constante apoyo a lo largo de este proceso.

A mi asesora de tesis, por su guía y compromiso durante el desarrollo de esta investigación.

A la universidad, por brindarme los recursos y conocimientos necesarios para crecer.

A mis amigos, quienes compartieron conmigo esta etapa, su compañía y su aliento.

A todos los colegas y colaboradores que contribuyeron con la elaboración de esta tesis.

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo identificar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales de estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay en el año 2025. La muestra estuvo conformada por 169 estudiantes a las que se les aplicó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA). Esta investigación presenta una metodología de tipo básico con un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental, correlacional y transversal. En cuanto a los resultados, la hipótesis de la investigación logra confirmarse, encontrando que existe una correlación significativa y positiva entre las variables, ello a partir del estadístico rho de Spearman que arrojó un 0.744. Los hallazgos de esta investigación permiten demostrar que la adicción a las redes sociales se asocia con las dificultades interpersonales en las adolescentes, subrayando la importancia de promover un uso consciente de las redes sociales y fortalecer las habilidades sociales.

Palabras clave: redes sociales, dificultades interpersonales, adolescentes.

ABSTRACT

The purpose of this study is to identify the relationship between social media addiction and interpersonal difficulties among fourth- and fifth-year secondary school students at a school in the city of Abancay in 2025. The sample consisted of 169 students who were given the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) and the Adolescent Interpersonal Difficulties Assessment Questionnaire (CEDIA). This research presents a basic methodology with a quantitative approach and a non-experimental, correlational, and cross-sectional design. In terms of results, the research hypothesis was confirmed, finding that there is a significant and positive correlation between the variables, based on Spearman's rho statistic, which yielded a value of 0.744. The findings of this research demonstrate that social media addiction is associated with interpersonal difficulties in adolescents, underscoring the importance of promoting conscious use of social media and strengthening social skills.

Keywords: social media, interpersonal difficulties, adolescents

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	xi
CAPÍTULO I	14
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	14
1.1. Planteamiento del problema.....	14
1.2. Formulación del problema	20
1.2.1. Problema general	20
1.3. Objetivos de la investigación	20
1.3.1. Objetivo general	20
1.3.2. Objetivos específicos.....	21
1.4. Justificación de la investigación.....	21
1.4.1. Justificación práctica	21
1.4.2. Justificación teórica	22
1.4.3. Justificación metodológica	23
1.5. Importancia de la investigación.....	23
CAPÍTULO II.....	25
MARCO TEÓRICO.....	25
2.1. Antecedentes.....	25
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	25
2.1.2. Antecedentes nacionales	26
2.1.3. Antecedentes locales.....	32
2.2. Bases teóricas	33
2.2.1. Adicción a las redes sociales	33

2.2.2. Dificultades interpersonales	42
2.2.3. Relación entre adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales	49
2.3. Definición de conceptos y términos básicos	50
CAPÍTULO III.....	52
HIPÓTESIS Y VARIABLES	52
3.1. Hipótesis de la investigación.....	52
3.1.1. Hipótesis general	52
3.1.2. Hipótesis específicas.....	52
3.2. Variables de la investigación	53
3.2.1. Variable 1: Adicción a las redes sociales	53
3.2.2. Variable 2: Dificultades interpersonales	53
3.3. Matriz de operacionalización de variables	54
3.3.1. Adicción a las redes sociales	54
3.3.2. Dificultades interpersonales	55
CAPÍTULO IV.....	57
METODOLOGÍA.....	57
4.1. Tipo de investigación	57
4.1.1. Enfoque de investigación.....	57
4.2. Población y muestra	58
4.2.1. Población	58
4.2.2. Muestra	59
4.3. Técnica e instrumentos.....	59
4.3.1. Técnica.....	59

4.3.2. Instrumento.....	59
4.4. Procedimiento de recolección de datos	62
4.5. Análisis estadístico de datos.....	63
4.6. Aspectos éticos.....	63
CAPÍTULO V.....	65
RESULTADOS	65
5.1. Resultados descriptivos.....	65
5.1.1. Nivel de relación entre ambas variables	65
5.1.2. Nivel de adicción a las redes sociales.....	66
5.1.3. Nivel de dificultades interpersonales.....	66
5.1.4. Estadísticos de Correlación	67
5.2. Resultados inferenciales.....	69
5.2.1. Prueba de normalidad	69
CAPÍTULO VI.....	71
DISCUSIÓN	71
CONCLUSIONES	78
RECOMENDACIONES.....	80

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable adicción a las redes sociales	54
Tabla 2. Operacionalización de la variable dificultades interpersonales	55
Tabla 3. Población.....	58
Tabla 4. Correlación entre adicción a redes sociales y las dificultades interpersonales	65
Tabla 5. Niveles de adicción a las redes sociales.....	66
Tabla 6. Niveles de dificultades interpersonales.....	66
Tabla 7. Correlación entre la dimensión obsesión a redes sociales y las dificultades interpersonales	67
Tabla 8. Correlación entre la dimensión falta de control de las redes sociales y las dificultades interpersonales	68
Tabla 9. Correlación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y las dificultades interpersonales	68
Tabla 10. Prueba de normalidad de las variables	69

INTRODUCCIÓN

La sociedad actual es una época que se encuentra significativamente influenciada por la tecnología digital y, aún más, por el uso ininterrumpido de plataformas sociales que se han vuelto indispensables para sobrellevar las cotidianidades del día a día. Esta situación es especialmente evidente entre los adolescentes, quienes han crecido en un entorno donde estar conectados a internet es parte habitual de su vida diaria, al punto que, en muchos casos, no han experimentado lo que significa estar desconectados de la red.

Esto es totalmente comprensible debido a que el internet y las plataformas sociales brindan diversas ventajas; entre ellas, la disponibilidad de información, la libertad para expresarse y la facilidad para mantener la comunicación con otros. No obstante, su uso puede resultar perjudicial cuando se convierte en excesivo o inapropiado, particularmente durante la adolescencia, que es una etapa crucial para formar la identidad, adquirir habilidades sociales y establecer relaciones significativas.

Esta situación se puede ver extendida en diferentes ámbitos donde resalta el terreno educativo. Cada vez más estudiantes emplean las redes sociales no solo para divertirse o informarse, sino también como un medio para interactuar y comunicarse. Sin embargo, como ya se hizo mención, muchos de estos adolescentes no tienen control sobre un uso consciente y este puede volverse excesivo. Esto puede afectar un punto sumamente importante, que es su habilidad para desarrollar y sostener relaciones interpersonales adecuadas.

Dicho esto, resulta necesario investigar cómo el uso excesivo y recurrente de las redes sociales, que puede traducirse en una conducta adictiva hacia las mismas, está asociado a las dificultades en las relaciones interpersonales, entendidas como complicaciones para comunicarse de manera asertiva, manejar conflictos o establecer vínculos significativos.

La razón para llevar a cabo este estudio surge del diagnóstico sobre los adolescentes que exhiben comportamientos como el aislamiento, el mal humor al separarse del teléfono, la inquietud por estar constantemente conectados y una fuerte inclinación hacia la comunicación en línea en lugar de establecer una comunicación más directa y personal, como es la interacción cara a cara. Estos comportamientos impactan, sobre todo, en los vínculos familiares y las amistades de este grupo etario.

Por tal circunstancia, el objetivo de esta investigación se basa en explorar, en mayor profundidad, si existe relación entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay en el año 2025. Se busca determinar si, a medida que aumenta el nivel de adicción a las redes sociales, también se incrementan las dificultades interpersonales y viceversa. Todo ello mediante el uso de cuestionarios validados y confiables que permitieron medir y examinar objetivamente esta relación.

Finalmente, esta investigación no pretende satanizar el uso de redes sociales, sino más bien fomentar la reflexión y el análisis sobre la forma en que se emplean estas herramientas y, a su vez, cómo se relaciona con las dificultades en la interacción con los demás. Adicionalmente, se espera que los resultados de esta investigación ayuden a que la institución educativa, los profesionales en salud mental, los padres y los adolescentes tomen conciencia sobre este fenómeno y se motiven a adoptar enfoques preventivos y educativos que faciliten un uso saludable de las redes sociales, al mismo tiempo que fortalezcan sus habilidades interpersonales.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

En la era digital actual se observa un incremento exponencial del uso de internet y, consecuentemente, de las redes sociales. En un contexto global, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), casi un 11 % de los adolescentes presenta comportamientos problemáticos en las redes sociales, razón por la cual no controlan su tiempo y manifiestan problemas en su vida diaria. Este fenómeno es más común en chicas (13 %) que en los chicos (9 %). A su vez, el 36 % de los adolescentes menciona estar conectado a redes sociales manteniendo comunicación continua con amigos, siendo un dato aún más alto entre las chicas de 15 años (44 %).

Estas cifras no solo reflejan un amplio uso de las redes sociales, sino que también ponen en evidencia una notable susceptibilidad psicosocial entre los adolescentes, ya que la utilización de estas plataformas va más allá de la mera interacción social digital y se convierte en una forma adictiva de comportamiento. Además, que este fenómeno se manifieste de manera más significativa en las chicas que en los chicos, lleva a considerar ciertos factores de riesgo relacionados con el género.

En el contexto latinoamericano, una revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes reportó que el 44 % presentaba problemas asociados al uso excesivo de redes sociales con consecuencias, no solo psicológicas, sino también sociales (Colonio, 2023). De manera complementaria, el Digital 2022 Global Overview Report indicó que Argentina, Chile y Perú mostraron un considerable interés en el uso de redes sociales, destacándose Perú como el país con el mayor aumento en la adopción de estas plataformas (Alvino, 2021, como se citó en Quintana, 2023).

En consonancia, a nivel nacional, un estudio realizado en Perú por Datum Internacional evidenció que el 80 % de las personas encuestadas, especialmente adolescentes, señalan que el teléfono inteligente es la forma más común de conectarse a internet (Fowks, 2015). Esto se debe al avance de las nuevas tecnologías en los dispositivos móviles, lo que ha posibilitado un estado de conectividad casi permanente.

En la misma línea, los datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2023), confirman esta tendencia, pues hasta el tercer trimestre del 2023, el 90,2 % de la población que está entre 12 y 17 años accedió a internet a través de sus teléfonos celulares. Este acceso continuo a la red, principalmente a redes sociales, se vincula con la comprensión de las dificultades emocionales e interpersonales que enfrentan los adolescentes. Según la Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU, 2023), en la Encuesta Demográfica y Salud Familiar (ENDES, 2022), informaron que el 32,3 % de los jóvenes de 15 años en adelante han experimentado algún tipo de dificultad mental en el último año, siendo más común en mujeres que en varones.

Ahora bien, en el contexto local, desde hace 15 años, aproximadamente, no se ha realizado una investigación estadística centrada en la población adolescente. La última investigación, llevada a cabo en el 2010, no abordó directamente el tema de este estudio, sino que se enfocó en la situación de la salud mental en la región de Apurímac. Esto pone en evidencia, tal como lo señala el Instituto Nacional de Salud Mental (ISNM, 2010), que la salud mental y su relación con el desarrollo humano individual como colectivo han tenido escasa relevancia en la agenda político-social regional y local.

En este marco, para llevar a cabo esta investigación, se llevó a cabo una entrevista personal a la directora del colegio donde se efectuó la investigación. En esta conversación, ella confirmó que se han evidenciado casos en el que las adolescentes utilizan el teléfono móvil de manera

desmedida; incluso es parte de las normas del colegio regularizar este uso y limitarlo exclusivamente a casos de emergencia. Asimismo, se obtuvo una entrevista personal con la psicóloga del colegio que, de acuerdo con los registros internos institucionales, es decir, los informes trimestrales del área psicológica del colegio, se evidencia que aproximadamente la mitad de los casos individuales (50 %) corresponden a problemas de interacción con sus compañeras, asociados al uso desmedido de redes sociales (Comunicación personal, 21 abril 2025).

Por lo tanto, estos datos, además de evidenciar que el uso intensivo de las redes sociales en el Perú está asociado con dificultades emocionales y de interacción social en los adolescentes, brindan una base sólida para centrar la investigación en adolescentes dentro de un rango de edad específico y un género de interés. A saber: entre 14 y 16 años, quienes, por lo general, se encuentran cursando grados de cuarto y quinto de secundaria. También se encuentra el género femenino.

Asimismo, el estudio se justifica porque, en esta etapa, el uso intensivo de dispositivos móviles y redes sociales coincide con una mayor vulnerabilidad a experimentar dificultades emocionales e interpersonales. Tal y como lo señala el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef, 2021), en esta etapa, denominada como adolescencia media, la necesidad de amigos se incrementa y la búsqueda de autonomía es esencial, además de que es sumamente fácil caer en situaciones de riesgo.

Sin embargo, aunque Unicef señala que en la adolescencia media la necesidad de amigos se incrementa, en la actualidad la forma en que muchos adolescentes buscan esta interacción se limita, en gran medida, al ámbito digital a través de las redes sociales. Un uso desmedido e inapropiado de estas plataformas constituye, por tanto, una situación de riesgo evidente. En este sentido, es un grupo que, por sus características de desarrollo y el entorno social en el que se desenvuelve, representa un escenario fundamental para indagar la relación entre el uso de las redes

sociales y las dificultades interpersonales. De manera análoga, la entrevista a la directora y la psicóloga de la institución educativa ofrece una idea inicial sobre el uso excesivo de redes sociales y los problemas interpersonales como un tema importante dentro de este colegio, lo que remarca la importancia de la investigación en este contexto.

En este mismo sentido, Lucano y Tamariz (2023) definen la adicción a las redes sociales como un consumo excesivo de plataformas digitales que impacta de forma adversa en el bienestar de los individuos. De manera análoga, Klimenko et al. (2021) señalan que estos dispositivos digitales se han convertido en elementos absolutamente esenciales para la vida del siglo XXI, incluso afectando a quienes no tienen acceso a ellos. Por ende, se reconoce que han favorecido el aprendizaje autónomo e independiente, la participación en espacios digitales y el acceso ilimitado a recursos educativos, además de facilitar la rapidez en la obtención de información y nuevas opciones de entretenimiento. No obstante, se ha evidenciado también un impacto negativo considerable derivado del uso excesivo, especialmente en la población adolescente. Al respecto, diversos estudios señalan que, precisamente, son los adolescentes quienes presentan un patrón de uso excesivo de las redes sociales e internet con un incremento en las horas de conexión y en la proporción de usuarios activos (Muller et al., 2016, como se citó en Peris et al., 2019).

Además, el incremento masivo del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes no solo implica cuestiones de conectividad, sino que también genera consecuencias significativas en su desarrollo psicosocial. De hecho, como se analiza, la literatura científica sugiere que la utilización de estas plataformas tiene diversos impactos en la adaptación psicosocial en la adolescencia, resaltando que el uso excesivo de estas es el más problemático en este aspecto (Pellegrino et al., 2022).

Si bien, como indica Cortés (2019), en la actualidad las redes sociales poseen el potencial de fortalecer ciertas relaciones interpersonales, facilitando la comunicación con distintas personas del mundo y ofreciendo a adolescentes con timidez nuevas vías para conectar y conocer gente, es importante entender que esta ilusión de conexión permanente puede, irónicamente, intensificar la sensación de soledad y deteriorar el valor de las interacciones en persona, las cuales son aspectos esenciales para un crecimiento psicosocial adecuado.

En consecuencia, las repercusiones señaladas se relacionan principalmente con la interacción presencial, debido a que la influencia más significativa se observa en el ámbito comunicativo. En este contexto, la manera en la que los adolescentes interactúan se vuelve cada vez más impersonal, lo que provoca un descuido en el contacto cercano y cálido con las personas que los rodean o con quienes tienen frente a ellos (Borda y Muñoz, 2019).

Por consiguiente, en la actualidad es posible evidenciar una comunicación digital entre los adolescentes que prioriza lo visual e inmediato, caracterizada por el uso de un lenguaje más informal y simple, compuesto por *emojis*, *stickers* e incluso frases populares de TikTok. Aunque este tipo de comunicación resulta atractivo, puede llegar a pasar por alto los fundamentos esenciales de una comunicación efectiva, ya que, a menudo, el mensaje llega alterado al destinatario (Borda y Muñoz, 2019). Este estilo comunicativo también puede tener repercusiones en contextos de interacción significativos, como el familiar, tal como lo evidencia el estudio realizado por Chira (2020), el cual reveló que la dependencia a la tecnología está vinculada a la facilidad de comunicarse, lo que genera problemas en la interacción familiar.

De manera similar, se observa que el abuso de las redes sociales no solo impacta negativamente en la calidad de las relaciones familiares, sino que también expone a los adolescentes a otros riesgos. Al pasar más tiempo conectados, tienden a distanciarse de la realidad

y descuidar la comunicación con sus pares (Correa y Díaz, 2020, como se citó en Quintana, 2023), lo que puede generar, otras formas de dificultades interpersonales.

Ahora bien, estas dificultades interpersonales se entienden como los problemas que puede experimentar una persona en diferentes ámbitos de su vida, afectando la manera en que se relaciona con los demás (Inglés et al., 2001, como se citó en Garces y Rivas, 2021). Esto se puede evidenciar en la Encuesta Nacional de Convivencia Escolar y Violencia en la Escuela (ENCEVE, 2019), donde se señala que un 20.3 % de los adolescentes que cursan la secundaria percibe que sus compañeros no muestran interés por ellos.

Ante esta situación, el objetivo de la presente investigación surge de la necesidad de indagar cómo el incremento en el uso de las plataformas sociales se relaciona con las dificultades interpersonales en la adolescencia media, la que incluye a personas en un rango de edad entre 14 y 16 años. Es así como se busca identificar la relación entre ambas variables: adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay en el año 2025.

De esta manera, se propone brindar a los lectores una visión clara que sirva como antecedente para el diseño de intervenciones educativas y psicosociales, las cuales podrán ser implementadas por profesionales especializados o por la misma institución educativa. Dicho esto, los resultados de este estudio podrán servir como base para mejorar la habilidad de los adolescentes para desarrollar un manejo adecuado de redes sociales y forjar o mantener relaciones interpersonales efectivas.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cuáles son los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025?
- ¿Cuáles son los niveles de dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión obsesión a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión falta de control de las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

El objetivo general de la investigación propone determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.
- Identificar los niveles de dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.
- Determinar la relación entre la dimensión obsesión a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.
- Determinar la relación entre la dimensión falta de control de las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.
- Determinar la relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Justificación práctica

El análisis e investigación sobre las variables relacionadas con la adicción a las redes sociales y las dificultades en las relaciones entre estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria en un colegio de la ciudad de Abancay proporciona un fundamento esencial para el diseño de prácticas de intervención concretas. Esta indagación facilitará la identificación de patrones de conducta asociados al uso desmedido de las redes sociales y cómo estos se relacionan con la capacidad de forjar vínculos saludables entre las estudiantes.

En principio, los resultados del estudio podrán ser utilizados como fundamento para la creación de un programa de prevención dentro del colegio, con el propósito de fomentar el uso adecuado de las redes sociales y fortalecer sus habilidades interpersonales. Asimismo, puede servir como material de apoyo para la creación de talleres psicoeducativos y actividades grupales, el cual podrá ser utilizado por docentes, directores y psicólogos escolares para tratar directamente las necesidades emocionales y sociales de las estudiantes, fomentando la reflexión crítica acerca del uso de la tecnología en la adolescencia y cómo se relaciona con las dificultades interpersonales.

Finalmente, los resultados permitirán al colegio crear y poner en marcha un sistema de seguimiento escolar, con el objetivo de detectar a tiempo a las estudiantes que presenten señales de uso desmedido de redes sociales o dificultades interpersonales. Esto ayudará a la toma de decisiones por parte de la administración y el personal docente en el manejo de situaciones complicadas, garantizando la derivación oportuna a los servicios de orientación psicopedagógica de la institución.

1.4.2. Justificación teórica

La presente investigación contribuirá al desarrollo del conocimiento en el campo de la psicología educativa y en otras áreas afines, al analizar de manera teórica y empírica la relación entre las variables: adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria. A partir de fuentes de información primarias y secundarias, así como de una revisión bibliográfica rigurosa, se presenta una mejor comprensión de las dimensiones que conforman ambas variables, como la obsesión, la falta de control y el uso excesivo de redes sociales, la asertividad, las relaciones heterosexuales, la interacción entre pares, los vínculos familiares y el desenvolvimiento en público, permitiendo sustentar la problemática estudiada.

Además, el uso de herramientas estadísticas permitirá obtener datos fiables que respalden los hallazgos y contribuyan con evidencia sólida al debate académico. Los resultados podrán generalizarse a contextos educativos con características similares y podrá servir como base para futuras indagaciones que deseen profundizar o dar continuidad a este tema. Sumado a ello, aporta pautas para la elaboración de lineamientos y protocolos de intervención psicológica y social que favorezcan la detección de conductas adictivas a redes sociales y reduzcan las dificultades interpersonales en estudiantes.

1.4.3. Justificación metodológica

La presente investigación aporta una clara utilidad metodológica al implicar la revisión de los instrumentos psicológicos empleados: Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA), mediante la descomposición de las variables de estudio, lo que potencia la capacidad de estos recursos informativos para medir con precisión las dimensiones de adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio en Abancay.

De esta manera, se asegura una eficaz y eficiente recolección de datos, garantizando la validez y confiabilidad de los resultados en el contexto local. Asimismo, sienta un valioso precedente para futuros proyectos que requieran estas herramientas en entornos escolares similares, facilitando la continuidad y mejora permanente del conocimiento en la materia.

1.5. Importancia de la investigación

Es crucial entender este fenómeno, ya que el uso excesivo de plataformas sociales está relacionado con efectos negativos en la salud emocional y la habilidad para establecer relaciones sociales en los adolescentes. Esto se ve evidenciado en un análisis bibliométrico realizado por

Pellegrino, Stasi y Bhatiasevi en el año 2022, en el que destacan que el uso problemático de las redes sociales se asocia con una disminución de la calidad de las relaciones interpersonales y un aumento de sentimientos de soledad y aislamiento entre los adolescentes.

De igual manera, investigaciones que se basan en evidencia subrayan la importancia y urgencia de mitigar el impacto negativo de la adicción a las redes sociales, para preservar un adecuado desarrollo de habilidades comunicativas y afectivas en esta etapa crucial (Amirthalingam y Khera, 2024). Por lo tanto, resulta urgente investigar de manera seria y detallada las repercusiones profundas de su uso desmedido, debido a que la investigación científica evidencia claramente el deterioro de la calidad de las relaciones personales y el aumento de la sensación de soledad en los adolescentes; por lo que pasar por alto esta realidad representaría un error con consecuencias graves para el bienestar emocional y el desarrollo social de las generaciones venideras. Es esencial fomentar una comprensión crítica sobre el uso de las plataformas e implementar métodos que reduzcan sus efectos negativos, priorizando conexiones auténticas y presenciales en el entorno real.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

En un estudio realizado por Peñalba e Imaz (2019), se analizan las dificultades en las relaciones interpersonales (*fear of missing out*) y el riesgo de adicción a las redes sociales, con el objetivo de comprobar si las dificultades interpersonales y el grado de FoMO actúan como factores predictores del riesgo de adicción a estas plataformas en adolescentes de España. El estudio fue de tipo no experimental, transeccional correlativo y contó con la participación de 240 individuos de un instituto público. Entre los hallazgos, se reportó que el 34,5 % de las estudiantes de género femenino, con edades entre 15 y 16 años, presentaron riesgo de adicción a redes sociales, siendo este el porcentaje más alto al considerar la edad y el género. Este resultado, a pesar de que el estudio contempló otras dos variables importantes, refleja la fuerte presencia de la adicción a redes sociales en este grupo poblacional, tanto en lo que respecta a la edad como al género, así como la forma en que esa condición interactúa con los procesos de socialización propios de la adolescencia.

Por otro lado, una investigación llevada a cabo por Zapata (2023) se desarrolla sobre las habilidades sociales y las relaciones interpersonales de los estudiantes de octavo año de EGB de la ciudad de Latacunga en Ecuador con el objetivo de analizar el nivel del desarrollo de las habilidades sociales y su influencia en las relaciones interpersonales. Se llevó a cabo con un enfoque mixto, exploratorio, descriptivo y correlacional, en el que participaron 109 estudiantes. Se obtuvo que el 49.5 % de los estudiantes presentaron una dificultad máxima en sus relaciones interpersonales, mientras que el 22 % presentó una dificultad alta. Este hallazgo refleja que más de dos tercios de los adolescentes evaluados presentan limitaciones en su habilidad para interactuar

correctamente con sus pares y su entorno cercano, resaltando la importancia del problema en una etapa clave del desarrollo, en la que las destrezas y habilidades sociales cumplen un papel fundamental y son esenciales para la integración social.

Por su parte, un estudio realizado por Ramírez (2022), sobre la adicción a las redes sociales y su conexión con la adaptación interpersonal en los adolescentes, tuvo como objetivo determinar la relación entre adicción a las redes sociales y la adaptación interpersonal en los adolescentes de la ciudad de Ambato, Ecuador. Con un tipo de estudio cuantitativo, no experimental, de alcance descriptivo correlacional de corte transversal, se contó con la participación de 285 estudiantes de la Unidad Educativa San Pío. Se obtuvo que el máximo de los participantes ($n=72$) presentaron un nivel moderado alto de adicción a las redes sociales; asimismo, que una mayoría de estos ($n=110$) presentaron una elevada dificultad en las relaciones interpersonales; finalmente, en base a la relación de ambas variables, se encontró una correlación baja positiva entre las mismas, encontrándose entre 0,1 y 0,3, lo que es poco significativa. Sin embargo, se resalta que la correlación, aunque sea baja, es relevante, indicando que conforme crece la dependencia de las redes sociales, también pueden aparecer retos en la interacción con los demás.

2.1.2. Antecedentes nacionales

En otro estudio realizado por Cortés (2019), quien investigó sobre las dificultades interpersonales y la adicción a las redes sociales en adolescentes escolares en Lima, se plantea describir la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de un colegio público en Lima, Perú. La metodología fue de tipo cuantitativo, correlacional, transversal, en donde participaron un total de 200 estudiantes de secundaria. De acuerdo con los hallazgos, se obtuvo que, en el análisis descriptivo, los promedios de las dimensiones de las dificultades interpersonales se encuentran por debajo del valor promedio,

que es dos. Además, se observa una variación (CV) del 30 % en las dimensiones, por lo que existiría mucha variabilidad entre los estudiantes; es decir, algunos tienen dificultades y otros menos. De acuerdo con la adicción a las redes sociales, también se obtuvo un puntaje por debajo del promedio (2), lo que evidencia que no es extrema la adicción, pero que hay casos en los que se muestra un uso excesivo.

Por otro lado, la correlación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de comunicación presencial ($r = .20^{**}$, $p < .01$) revela una correlación positiva y significativa, pero baja. Esto sugiere que, a mayor dificultad de comunicación presencial, se evidenciará mayor adicción a las redes sociales. Asimismo, la correlación de adicción con la dimensión de asertividad ($r = .13^*$, $p < .05$) revela una correlación positiva, pero baja de igual manera, lo que indica que, a menor asertividad, mayor tendencia a la adicción, aunque la relación sea débil. Finalmente, se concluye que la hipótesis del estudio se cumple de manera parcial; si bien se encontró una relación significativa entre la adicción y algunas dimensiones de las dificultades interpersonales, estas no son especialmente fuertes; en particular, la adicción a redes sociales parece estar más relacionada con dificultades para expresarse de forma directa que con otras dimensiones sociales.

Siguiendo esta línea, Borda y Muñoz (2019) hicieron un trabajo sobre el uso excesivo de las redes sociales y las relaciones interpersonales en estudiantes del nivel secundario, con el objetivo de analizar y describir el comportamiento interpersonal de los adolescentes con relación al uso excesivo de las redes sociales. La metodología fue de tipo cuantitativa, correlacional-descriptiva y transversal, contando con la participación de 389 estudiantes que cursaron de tercero a quinto grado de secundaria del distrito de Paucarpata, Arequipa. Según los resultados, se evidenció que el género femenino presentó una mayor frecuencia en el uso excesivo de las redes sociales, alcanzando un 59.7% al considerar los niveles altos y máximos. En cuanto a las

dificultades interpersonales, el 41 % de las mujeres presentó un nivel máximo de dificultad, evidenciando una mayor afectación en comparación con los varones. Por otro lado, en lo referente a la correlación entre ambas variables, las dificultades interpersonales consideradas en su conjunto mantienen una correlación significativa y positiva con la dimensión obsesión por redes sociales ($r = .128$). Esto indica que los estudiantes con mayores dificultades en sus relaciones sociales tienden a mostrar una mayor obsesión por el uso de las redes sociales. Se concluye que, aunque no se halló una correlación estadísticamente significativa entre todas las dimensiones de las variables analizadas, sí se identificó una tendencia positiva. Además, los resultados sugieren que las mujeres estarían en mayor riesgo de presentar dificultades en el control y uso excesivo de las redes sociales.

Por su parte, un estudio realizado por Salazar (2022), nombrado *la adicción a las redes sociales y las relaciones interpersonales en los estudiantes de 5to año de secundaria de la Institución Educativa Las 200 Millas del Callao*, busca establecer la relación entre ambas variables en los estudiantes. Se empleó un enfoque cuantitativo, no experimental, correlacional-transversal, en una población de estudio de 90 estudiantes de ambos sexos. Por un lado, en sus resultados, la mayoría de los encuestados (51.2 %) manifiesta que “rara vez” experimenta adicción a las redes sociales, lo que implica que ocasionalmente sienten obsesión, falta de control o uso excesivo de las mismas, mientras que un 29.3 % admite que “a veces” experimenta dichas sensaciones, lo que sugiere que la mayoría experimenta adicción solo de forma ocasional. Por otro lado, una gran mayoría de los encuestados (70.7%) manifiesta que “a veces” muestran dificultades en sus habilidades interpersonales, lo que quiere decir que es un problema en los estudiantes, pero no es una situación constante.

Adicionalmente, el análisis de correlación muestra que existe una relación positiva moderada (W de Kendall = 0.653) entre ambas variables, lo que significa que a medida que

aumenta la adicción a las redes sociales, también aumentan las dificultades interpersonales y viceversa. Además, entre la dimensión de obsesión a las redes sociales y las dificultades interpersonales se evidencia una correlación positiva moderada (W de Kendall = 0,617). Entre la dimensión falta de control y las dificultades interpersonales se evidencia una correlación positiva moderada (W de Kendall = 0,598), y entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y las dificultades interpersonales se evidencia una correlación positiva moderada (W de Kendall = 0,605). En conclusión, el estudio demuestra una relación significativa y directamente proporcional entre ambas variables y rechaza su hipótesis nula.

En otro estudio ejecutado por Lucano y Tamariz (2023), sobre la adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de secundaria en Caraz, se plantea como objetivo principal determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en los estudiantes. Su diseño fue de enfoque cuantitativo, no experimental-transversal y de nivel correlacional, en el que participaron 125 alumnos de 4to y 5to. En relación a sus resultados sobre la correlación entre ambas variables, obtuvieron que el valor del coeficiente fue de .482, lo que indica una correlación positiva moderada; sin embargo, no es cercano a 1, lo que sugiere que la relación no es perfecta, pero es lo suficientemente significativa para considerarse importante. De igual manera, el valor p es menor a .001, lo que indica que es muy poco probable que esta relación se deba al azar, por lo que se puede concluir que existe una relación real entre ambas variables de estudio, además de que, a mayor adicción a las redes sociales, mayores dificultades en sus relaciones interpersonales.

De igual manera, Morales (2024) investigó la adicción a redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Chiclayo, el cual tuvo como objetivo determinar la relación entre adicción a redes sociales y dificultades

interpersonales en estudiantes. Su diseño fue de tipo descriptivo, correlacional y cuantitativo, contando con un total de 91 adolescentes escolares de 4to y 5to grado de nivel secundaria. Los resultados arrojaron que el coeficiente “r” fue de .734 que es un valor bastante cercano a 1, por lo que se puede determinar que existe una asociación muy marcada entre las variables; de igual manera, el valor de $p = .000$, que es menor del 0.01, significa que la correlación es altamente significativa. En base a los resultados obtenidos midiendo las tres dimensiones de la variable de adicción a las redes sociales, se encontró que la mayoría de los estudiantes se encuentran en un nivel bajo (48.4 %) o medio (47.3 %) de adicción, por lo que se puede concluir que no presentan niveles preocupantes de adicción, pero sí riesgos de dependencia moderada y comportamientos problemáticos que podrían escalar si no se interviene adecuadamente.

Por su cuenta, un estudio realizado por Yauri (2024), sobre *adicción a redes sociales y las dificultades interpersonales en adolescentes de una escuela pública de San Martín de Porres*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4to y 5to de secundaria. El estudio fue de alcance correlacional y diseño no experimental de corte transversal en el que se encuestaron a 126 escolares de ambos sexos. Los resultados principales indican que no se evidenció que exista una relación positiva entre las variables de estudio, debido a que $r = 0.00$, lo que refiere una correlación básicamente nula, y $p = 0.95$, que indica que no es significativa. Por otro lado, la dimensión de uso excesivo de redes sociales y la dimensión de hablar en público obtuvieron una $p = 0.00$, lo que demuestra una relación significativa y una $r = 0.23$, lo que refiere que es una correlación positiva débil. Esto quiere decir que mientras más se usan las redes sociales, los estudiantes tienen mayor dificultad para hablar en público; mientras tanto, la dimensión de obsesión por redes sociales y la dimensión de relaciones familiares obtuvo un $P = 0.03$ y un $Rho = 0.20$, lo que indica una correlación negativa débil, por

lo que en este estudio encontraron que, a mayor obsesión por redes sociales, menor dificultad en las relaciones familiares. Finalmente, se concluye que, aunque no se demuestre una relación clara entre las variables estudiadas, existen otros factores que se relacionan significativamente con la adicción a las redes sociales.

A su vez, Ortiz (2024) investigó acerca de la adicción a redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de secundaria de una institución pública en Tumbes durante el año 2021, en el cual se propuso como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en los estudiantes de educación secundaria. El diseño de la investigación fue no experimental, de tipo correlacional descriptivo y transversal. En el estudio se obtuvo que la correlación de ambas variables obtuvo un valor de $Rho = 0.363$, indicando una correlación positiva baja, y un $p = 0.000$, lo que quiere decir que hay menos del 1 % de probabilidad de que esta correlación ocurriera por azar; por lo tanto, aunque la correlación sea baja, sugiere que existe una tendencia a que, entre más estudiantes usan más redes sociales, también tienden a presentar más dificultades al interactuar con los demás. Además, según la variable de adicción a las redes sociales, un 28.7 % de los estudiantes predominan en un nivel alto, mientras que, en la variable de dificultades interpersonales, un 42.7 % de los estudiantes predominan en un nivel medio.

Ahora bien, en base a los resultados de las dimensiones de la adicción a las redes sociales con las dificultades interpersonales: la dimensión de obsesión obtuvo un Rho de 0.359, lo que indica una correlación baja a moderada; en la dimensión de falta de control obtuvieron un $Rho = 0.288$ que evidencia una correlación positiva baja; y, en la dimensión de uso excesivo se obtuvo un Rho de 0.342, indicando una correlación positiva baja a moderada. Finalmente, en todas las dimensiones se obtuvo un $p = 0.000$ que detalla una relación estadísticamente significativa, por lo

que, un pensamiento obsesivo sobre las redes sociales, dificultades para controlar el tiempo y un uso prolongado de redes sociales ocasionan dificultades para interactuar y comunicarse con los demás. Se puede concluir que, aunque la relación no es fuerte, es consistente, debido a que el uso problemático de redes puede contribuir a que los adolescentes tengan más dificultades para establecer relaciones interpersonales sanas.

2.1.3. Antecedentes locales

Por otro lado, Landio (2023) llevó a cabo una investigación sobre el riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de nivel secundario de la IE Inmaculada de Curahuasi en el 2021. El objetivo propuso determinar niveles de riesgo de adicción a redes sociales en las estudiantes de séptimo ciclo. A nivel metodológico, se trata de un estudio cuantitativo transversal de tipo diagnóstico, teniendo como participantes a 168 estudiantes de tercer a quinto grado de secundaria. Aquí, se obtuvieron los siguientes resultados: en relación con la dimensión de obsesión, el 57.1 % de los estudiantes presentan riesgo leve; asimismo, de acuerdo con la dimensión de control personal del uso, el 41.7 % de los estudiantes presentan riesgo leve; de igual manera, para la dimensión de uso excesivo, el 49.4 % de los estudiantes presentan un riesgo leve. Esto indica que más de la mitad de los estudiantes piensan ocasionalmente en redes sociales y pueden sentir cierta incomodidad si no las usan; además, ya presentan señales de perder el control sobre el uso de las redes sociales, al igual que ya dedican un tiempo significativo a redes sociales, aunque no de forma alarmante. Sin embargo, podemos concluir que la mayoría de los estudiantes está empezando a incorporar el uso continuo de redes sociales como parte constante de su día, por lo que se refuerza la necesidad de implementar estrategias educativas y preventivas sobre el beneficio digital y sus consecuencias.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Adicción a las redes sociales

El origen y evolución de las plataformas sociales en línea surge de la relación con el avance de internet. En los años recientes, estas herramientas han ayudado en la comunicación y la divulgación de datos, además de fomentar el establecimiento de comunidades en el entorno virtual. Según Salazar (2022), para varios usuarios este fenómeno resulta ser moderno y de corta trayectoria, ya que el aumento de su popularidad se intensificó en años recientes; sin embargo, la realidad es que su inicio data de más de diez años atrás.

Además, con el avance de la sociedad industrializada y la llegada de la era digital, comenzaron a surgir las plataformas de interacción en la web. En 1997, se lanzó Six Degrees, desarrollada por la empresa Macroview, considerada pionera en el campo de las redes sociales, tal como lo entendemos en la actualidad, ya que posibilitaba la creación de perfiles y grupos de contactos (Borda y Muñoz, 2019). Más tarde, en 2003, surgieron Hi5 y Myspace, redes que generaron un gran impacto en la socialización en línea, sobre todo en los jóvenes y adolescentes.

Años más tarde, en el 2004, se lanza un gigante global: Facebook, originalmente creado como un espacio para unir a estudiantes universitarios. Su origen ocurrió en Harvard, donde más de la mitad de sus 19,500 estudiantes se registraron en el primer mes de su operación (Salazar, 2022). En poco tiempo, la plataforma fue más allá de lo académico y se transformó en una de las redes sociales más poderosas a nivel global.

En esta misma línea, en 2006 se abrió Twitter, estableciendo una forma de comunicación corta y en tiempo real. Luego, en 2010 surge Instagram, centrada en la fotografía y la expresión visual. Según Urueña et al. (2011), en la actualidad, Facebook tiene más de 500 millones de usuarios y, si se considerara un país, ocuparía el cuarto lugar en términos de población a nivel

global. Adicionalmente, los autores indican que la rapidez con la que se generan nuevos datos en internet, especialmente en las redes sociales, es tan elevada que la información se vuelve obsoleta en cuestión de pocas horas.

A partir del desarrollo de las plataformas sociales surge una nueva forma de entender la sociedad. Tal como lo plantea Day (2018), en una reseña sobre el libro del sociólogo *Manuel Castells: Redes de indignación y esperanza* define este fenómeno como la sociedad de red, refiriéndose a una innovadora manera de estructurar la comunidad, fundamentada en corrientes interconectadas de datos. Esta sociedad emerge con la transición del capitalismo industrial hacia un modelo informacional, en el cual la influencia se mueve a través de las corrientes digitales.

En otras palabras, en la sociedad red, tanto el poder como la economía ya no se sustentan en la fabricación de productos tangibles, como ocurría en la época industrial, sino en el manejo de datos y el intercambio de comunicación mediante redes digitales, lo que Castells denominaba capitalismo informacional. Este planteamiento ofrece la oportunidad de reflexionar cómo, en la actualidad, el manejo de la información puede tener, incluso, más peso que la producción de material, afectando de manera directa nuestras interacciones, patrones de consumo y la construcción de identidad.

Ahora bien, la definición de redes sociales, en una era en la que gran parte de nuestras relaciones y comunicaciones cotidianas se dan en espacios digitales, adquiere una gran relevancia. Como se ha mencionado, estas plataformas no solo han transformado la manera en que compartimos información, sino que también han impactado en diferentes áreas de la vida. Comprender su alcance y relevancia en la sociedad contemporánea permite entender mejor a qué nos referimos cuando se habla de ellas.

Siguiendo esta línea, existen diversas explicaciones y conceptos acerca de lo que representan y de lo que no son las redes sociales; sin embargo, aún hay un escaso acuerdo en torno a su definición (Urueña et al., 2011). No obstante, la mayoría de los autores coinciden en que fueron creadas para facilitar la interacción entre individuos, haciendo posible que los datos se transmitan de manera rápida a diferentes ubicaciones en varios momentos (Collantes y Tobar, 2023).

Sin embargo, a diferencia de los encuentros personales, estas plataformas digitales ofrecen la posibilidad de establecer vínculos y crear comunidades, facilitando el diálogo y la conexión entre personas y entidades sin requerir una interacción física (Basterra y Cabrera, 2021). De este modo, transforman a los individuos en emisores y receptores constantes de información y contenido, proporcionándoles rapidez en la difusión de datos y expandiendo el alcance de las relaciones interpersonales fuera del aspecto físico.

Por su parte, en el 2007, un artículo del *Journal of Computer Mediated Communication* definía las redes sociales como plataformas que permiten crear un perfil accesible al público, organizar un listado de contactos y observar o monitorear su red de contactos en la plataforma (Urueña et al., 2011). Además de estas características, estas plataformas suelen incluir funciones de chat en tiempo real, alternativas para compartir y modificar contenido, así como sistemas de reacciones como “me gustas” y “comentarios”, los cuales fomentan la interacción constante y refuerzan un comportamiento de búsqueda social y gratificación instantánea.

Ahora bien, para conocer los tipos de redes sociales, es necesario revisar la literatura que clasifica estas plataformas sociales basándose en su composición y objetivo. Actualmente, existen numerosas redes sociales que ofrecen una gran diversidad de servicios según las necesidades de sus usuarios; algunas de estas son: Facebook, Twitter, Instagram, LinkedIn, WhatsApp, Messenger,

TikTok, entre otras. En un estudio realizado por Media Essentials, a cargo de Aleph en el 2024, se reveló que en Latinoamérica existe una elevada aceptación del consumo de medios digitales. En el caso de Perú, destacó el uso de TikTok, con más del 13 %, superando a los siete países de América Latina incluidos en el estudio, así como el uso de Facebook, con más del 11 %.

Por otro lado, el Observatorio Nacional de Telecomunicaciones e Informática (2011) clasificó las redes sociales en cuatro tipos. Primero, redes directas, en las que los usuarios crean perfiles públicos, comparten información de forma recíproca y controlan su privacidad, como Facebook o Instagram. Segundo, redes indirectas, en las que la interacción se centra en temas concretos sin necesidad de perfiles individuales o visibles, como los blogs o foros. Tercero, redes horizontales, que son dirigidas a público en general sin un enfoque temático específico. Cuarto, redes verticales, orientadas a nichos o intereses particulares, como LinkedIn.

Asimismo, las clasificaciones mencionadas anteriormente consideran dimensiones clave sobre el uso de las redes sociales. Por un lado, se diferencian según su finalidad principal, que puede ser de ocio o profesional. Por otro lado, según su modo de funcionamiento, pueden dividirse en: plataformas de contenido que permiten crear y compartir medios audiovisuales accesibles incluso sin necesidad de registrarse; plataformas basadas en perfiles que requieren crear una cuenta o perfil para usar todas las funciones disponibles; y las redes de *microblogging*, diseñadas para compartir mensajes cortos con la finalidad de publicar y seguir a otras personas de forma rápida y sencilla.

En este sentido, durante la adolescencia las redes sociales juegan un papel clave en el desarrollo de estos. De acuerdo con Merlos y Rivera (2021), los adolescentes se consideran nativos digitales, ya que han nacido y se han desarrollado en un entorno dominado por estas plataformas; lo que les brinda un conocimiento amplio sobre sus servicios y características. Sin embargo,

diversos estudios señalan que niños de entre 7 y 14 años ya hacen uso de las redes sociales, aunque a esa edad aún carecen de la madurez emocional y de la capacidad crítica necesaria para discernir que no toda la información que circula en las redes sociales es confiable (Merlos y Rivera, 2021).

Es por eso que los dispositivos electrónicos se han convertido en la opción preferida de los adolescentes para una de las actividades más importantes de esta fase: relacionarse, incluso fuera de la vigilancia de sus padres. Sin embargo, con la creciente presencia de las redes sociales en su rutina, las estadísticas muestran un incremento en los problemas vinculados a su uso (González, 2024). En este sentido, el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef, 2020) señala que, aunque los adolescentes cuenten con habilidades para manejar los dispositivos y las plataformas digitales, ello no implica necesariamente que posean las habilidades sociales y emocionales necesarias para comunicarse de forma saludable en línea.

Ahora bien, para definir la adicción a las redes sociales como tal, es fundamental conocer el concepto desde el plano psicológico. Ecurra y Salas (2014), definen la adicción psicológica como un hábito repetitivo que inicialmente produce placer, pero que posteriormente genera ansiedad y un impulso incontrolable de continuar realizándolo, no tanto por gusto, sino para evitar el malestar que ocasiona dejarlo. Asimismo, resulta importante aclarar que las adicciones no se restringen al consumo de sustancias químicas. También incluyen aspectos como la ausencia de autocontrol y la necesidad compulsiva (Echeburúa y Fernández, 2006), que pueden manifestarse sin la presencia de un componente químico.

Por su parte, Echeburúa y de Corral (2010), señalan que la adicción a las redes sociales se refiere a un uso desmedido con falta de dominio, la manifestación de signos de abstinencia, el incremento de la tolerancia y la aparición de repercusiones adversas en la vida diaria. De igual manera, Cía (2014), plantea que la adicción a las redes sociales surge cuando su uso supera lo

razonable y se torna incontrolable, generando angustia al no poder utilizarlas; en consecuencia, el individuo siente la necesidad de emplearlas más tiempo para experimentar satisfacción.

En este sentido, una combinación de factores individuales, familiares y sociales suele estar asociada a la aparición de un comportamiento adictivo hacia las redes sociales. Echeburúa y Fernández (2006), identifican ciertos factores psicológicos que predisponen a la adicción, los cuales dividen en dos grupos: variables de personalidad y vulnerabilidad emocional. Por un lado, dentro del primer grupo se incluyen la falta de control, la baja autoestima, el deseo de experimentar novedades, la incapacidad para manejar la frustración y un enfoque ineficaz para enfrentar problemas. Por otro lado, dentro del segundo grupo se destacan la ausencia de afecto, un estado de ánimo negativo, la escasa unión familiar y la falta de vínculos sociales.

Asimismo, Nieves y Ruiz (2018), señalan otros factores individuales previos relacionados con problemas psiquiátricos, como la depresión, el TDAH, la fobia social y la hostilidad, que aumentan la vulnerabilidad al uso desmedido y problemático de las redes sociales. En cuanto a los factores familiares, Echeburúa (2012) advierte que los estilos educativos extremos, uno autoritario y otro excesivamente permisivo, no propician un marco de normas claras y coherentes. En consecuencia, algunos adolescentes pueden rebelarse contra las reglas impuestas por sus progenitores y albergar emociones de resentimiento, mientras que otros pueden presentar dificultades en la formación de hábitos sanos y en el desarrollo de un autocontrol apropiado. Finalmente, respecto a los factores sociales, el aislamiento o la interacción con pares que realizan un consumo excesivo de las tecnologías modernas pueden motivar al adolescente a involucrarse en el uso de las redes sociales (Echeburúa, 2012). Por todo ello, podemos concluir que la adicción a estas plataformas depende tanto de características intrínsecas como extrínsecas.

Recapitulando, las redes sociales pueden llegar a tener consecuencias significativas y peligrosas, especialmente para la población adolescente. Estas implicancias se han vinculado a una amplia variedad de dificultades psicosociales. Particularmente, cuando existe contacto con la violencia en plataformas sociales, se incrementan las conductas hostiles entre los adolescentes en entornos sociales estructurados (Arab y Díaz, 2015). Asimismo, según Borda y Muñoz (2019), permanecer enlazado a la plataforma social —en espera de un “me gusta”, una respuesta, una imagen reciente, un *reel* diario, materiales inapropiados o comentarios—, limita la participación en la interacción social presencial, lo cual constituye un riesgo.

Del mismo modo, existen señales claras que alertan cuando el uso de las redes sociales deja de ser una actividad inofensiva y se convierte en un riesgo latente. Un ejemplo importante, planteado también por Borda y Muñoz (2019), es que la interrupción de actividades cotidianas, como el descanso, o el hecho de evitar encuentros con amigos y familiares con el fin de pasar más tiempo en redes sociales, representan indicadores de una posible adicción a estas plataformas.

Asimismo, existen otras situaciones peligrosas dentro de las redes sociales identificadas por Arab y Díaz (2015). A saber, existe el *grooming*, que consiste en que una persona adulta se hace pasar por adolescente para ganarse la confianza del menor y abusar sexualmente de él; el *ciberbullying*, entendido como la violencia ejercida dentro de lo virtual, especialmente desde el anonimato; y el *sexting*, que se refiere a la práctica de compartir fotografías sexuales propias o ajenas a través de redes sociales. Estas dinámicas en el entorno virtual corren el riesgo de trasladarse al mundo real, ya que las experiencias en línea moldean tanto las percepciones como las expectativas en las relaciones fuera de la red.

Después de la revisión de los antecedentes teóricos, se decidió utilizar como teoría base el modelo de Ecurra y Salas (2014), quienes además son los autores principales del instrumento que

evalúa la adicción a las redes sociales para llevar a cabo esta investigación. Dichos autores sostienen que las conductas repetitivas vinculadas al uso de redes sociales inician con la satisfacción que genera el placer; sin embargo, cuando este uso se convierte en un hábito desmedido y genera una necesidad incontrolable, la conducta ya no se realiza por obtener placer, sino para evitar el displacer que produce no ejecutar la acción. Es decir, al inicio los adolescentes utilizan las redes sociales porque les genera satisfacción, pero cuando el uso se convierte en adictivo, lo hacen para evitar el malestar que experimentan si no las usan.

A partir de lo planteado, este modelo puede comprenderse desde una perspectiva psicoanalítica, específicamente con la que describe Freud (1929), en su libro *Más allá del principio del placer*. En esta obra, Freud señala que el placer y el displacer se relacionan con la cantidad de excitación interna presente en la persona; es decir, el placer se incrementa cuando disminuye la excitación, mientras que el displacer aumenta cuando dicha excitación se acumula y no logra descargarse.

Aplicado al contexto del uso de redes sociales en los adolescentes, esto se traduce en que, al inicio, el uso genera satisfacción y por ello se repite, respondiendo al denominado principio de placer propuesto por Freud. Sin embargo, con el tiempo, este uso se vuelve compulsivo, dejando de ser una búsqueda de placer para convertirse en un medio de evitar el malestar que genera la desconexión. Esto es lo que Freud denomina compulsión de repetición, entendida como un impulso inconsciente que lleva a repetir una conducta, incluso si ha dejado de ser placentera, con el único propósito de reducir el displacer (Freud, 1920).

De esta manera, en consonancia con Escurra y Salas (2014), puede afirmarse que estos mecanismos psicológicos dan lugar a un círculo vicioso que explica el uso excesivo de las redes sociales como una forma de adicción. La diferencia fundamental frente a otras adicciones radica

en que, en este caso, no intervienen sustancias externas, sino procesos psicológicos ligados al hábito y la compulsión. En resumen, el modelo de Ecurra y Salas, complementado con los aportes de Freud, permite comprender que la adicción a las redes sociales constituye un patrón conductual repetitivo que inicia motivado por la búsqueda de placer, pero que posteriormente se mantiene por la necesidad de evitar el displacer.

Por lo tanto, este patrón conductual resulta sumamente perjudicial, razón por la cual Ecurra y Salas (2014) desarrollaron y validaron el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS), el cual evalúa este fenómeno a través de tres dimensiones principales.

- **Obsesión a las redes sociales**

Esta obsesión se traduce en la necesidad constante de conectarse y la ansiedad que aparece cuando no se puede acceder a las redes sociales (Ecurra y Salas, 2014). Un ejemplo de ello es revisar el teléfono inmediatamente al levantarse o antes de dormir, así como sentir angustia y comprobar reiteradas veces si han llegado notificaciones nuevas.

- **Pérdida de control personal**

La falta de control hace referencia a la incapacidad de la persona para detener o limitar el uso de las redes sociales, incluso cuando este interfiere con sus estudios u otras responsabilidades (Ecurra y Salas, 2014). En estos casos, el adolescente suele prometerse que se conectará solo por un momento, pero termina prolongando el tiempo de uso durante horas sin darse cuenta, descuidando responsabilidades y experimentando sentimientos de culpa.

- **Uso excesivo de redes sociales**

El uso excesivo se caracteriza por dedicar más tiempo del planeado a las redes sociales, sin lograr moderar o reducir voluntariamente las horas de conexión (Ecurra y Salas, 2014). Esta conducta genera un círculo negativo, pues cuanto más tiempo se invierte en estas plataformas, más

complicado resulta desconectarse, lo que incrementa las distracciones diarias y deteriora la calidad de las interacciones presenciales con familiares y amigos.

2.2.2. Dificultades interpersonales

El hombre es social por naturaleza, concepto comúnmente atribuido a Aristóteles. Con mucha razón, el filósofo afirma que el ser humano necesita relacionarse con su entorno para desarrollarse. Como indica García (1996), el ser humano no puede alcanzar su máximo desarrollo de manera aislada, ya que requiere de los demás y de su entorno para lograr un crecimiento integral. De hecho, es en el intercambio cotidiano donde se cultivan habilidades de interacción que constituyen pilares fundamentales para el bienestar y aprendizaje mutuo.

Por su parte, Chenche et al. (2023), sostienen que las relaciones interpersonales son habilidades que permiten interactuar y comunicarse con diversas personas en una comunidad, y que deben cultivarse de manera que favorezcan la armonía tanto en el ámbito familiar como en el social y el profesional. Esto demuestra la importancia de fomentar habilidades sociales desde edades tempranas, a fin de facilitar una convivencia armónica en diferentes contextos. De igual manera, De grande (2019) señaló que las interacciones sociales permiten a los individuos incorporarse a grupos más grandes y relacionarse entre sí, lo que les ofrece contextos específicos de entendimiento y acción característicos de cada época y cultura.

También es imprescindible mencionar que, desde un enfoque psicológico de la personalidad, Leary (1957), dedicado al estudio del comportamiento conductual, definió las relaciones interpersonales como cualquier comportamiento vinculado de manera directa, consciente, ética o simbólica con otro ser humano (Cornejo, 2011). Con base en esta definición, se puede afirmar que las acciones conscientes a las que hace referencia este autor incluyen hablar y escuchar atentamente, gesticular para expresar entendimiento, o bien ayudar y colaborar de forma

voluntaria. En definitiva, cualquier acción o expresión dirigida a otra persona constituye ya una interacción humana.

Por ende, el papel de las relaciones interpersonales en la vida humana es crucial y ha sido ampliamente destacado por la psicología. Como se ha mencionado anteriormente, estas no solo resultan beneficiosas, sino que también promueven un aprendizaje colaborativo. Gracias a ellas podemos, por ejemplo, formar nuevas amistades y preservar las que ya tenemos, intercambiar vivencias, aprender a comunicar necesidades, conectar con las experiencias de los demás y abogar por intereses propios (Salazar, 2022). Por el contrario, la ausencia o deficiente práctica de estas habilidades puede generar malentendidos, aislamiento o dificultades para resolver problemas.

Asimismo, Chenche, et al. (2023), indican que el desarrollo de relaciones interpersonales eficientes contribuye a mejorar la satisfacción, la empatía, el compañerismo y la efectividad para alcanzar objetivos. Cabe señalar que estas relaciones no solo facilitan el logro de metas comunes, sino también personales. Tal como lo menciona Salazar (2022), son altamente beneficiosas para el desarrollo individual, pues en cada aspecto de la vida se requiere la oportunidad de interactuar, existir y relacionarse con otros, como la familia, los amigos, los compañeros y los colegas laborales.

De igual modo, la teoría de Maslow (1943), sitúa en el medio de la pirámide las necesidades sociales de amor y pertenencia a un grupo, las cuales son fundamentales para alcanzar la autorrealización individual (Quintero, 2011). Por esta razón, resulta imprescindible fomentar el establecimiento de conexiones cercanas y colaborativas tanto en el hogar como en el entorno educativo y en la sociedad.

En esta misma línea, el desarrollo de las relaciones interpersonales en los adolescentes tiene su origen desde temprana edad en el hogar. Según Toro (2020), este proceso comienza en los

círculos familiares, donde la conexión con los padres es esencial, ya que a partir de allí se da la integración en una esfera social más amplia en la que surgen nuevas formas de acercamiento e interacción. Dicho vínculo inicial no solo facilita el desarrollo de habilidades comunicativas, sino que también fortalece la confianza para establecer relaciones positivas fuera del entorno familiar. Estos aprendizajes adquiridos en la infancia tienden a mantenerse durante la adolescencia; sin embargo, si se desarrollan de manera inadecuada, es posible implementar medidas para optimizar las interacciones, aunque dicho proceso requiere más tiempo y puede generar efectos individuales y en el entorno (Toro, 2020).

Además, durante la adolescencia, etapa crítica en el desarrollo de las relaciones interpersonales, ocurren transformaciones tanto físicas como psicológicas que influyen la manera de interactuar. En esta etapa, los adolescentes desarrollan mayor empatía y conciencia de sí mismos, al mismo tiempo buscan mayor independencia de su entorno familiar (Inglés et al., 2001). Esto significa que, conforme crecen, sus actividades se desplazan progresivamente del hogar al grupo de pares y a la comunidad, lo que los expone a nuevas situaciones sociales.

En este sentido, la transición del hogar al círculo de pares implica la exposición a nuevas dinámicas de interdependencia más complejas. Como señaló Lewin (1978): “el grupo se define por las relaciones entre sus miembros antes que por identificación subjetiva o la similitud objetiva de ellos” (Deutsch y Krauss, 1997, como se citó en De Grande, 2019). Con ello, el autor enfatiza que lo esencial no son las características externas ni el simple sentimiento de pertenencia, sino la red de interacciones, es decir, cómo los miembros colaboran, se apoyan o gestionan conflictos para alcanzar metas comunes.

Asimismo, es importante señalar que los tipos de relaciones interpersonales en la adolescencia se expresan en distintos roles particulares. Entre las más relevantes se encuentran las

del entorno familiar –que constituyen la base y el elemento fundamental en el que se manifiestan el afecto—, las emociones y las preocupaciones. Cuando estas conexiones se complementan de manera adecuada, se establecen vínculos afectuosos sólidos y duraderos (Pingüino digital, 2019, como se citó en Cepeda, 2021).

Luego de estas, surgen las formas de interacción propias de la de amistad y las relaciones románticas. Según Chenche (2023), estas pueden clasificarse en dos subtipos: las íntimas o las superficiales. Las últimas tienen una peculiaridad sobresaliente, son aquellas en las que no hay tanto grado de cercanía como en un subtipo íntimo. No obstante, en este tipo de vínculos se comparten momentos agradables y relajados que, aunque se experimentan de manera diferente, pueden ser el inicio de relaciones íntimas (Nicuesa, 2017, como se citó en Cepeda, 2021).

Por otro lado, se identifica un tipo adicional de relación interpersonal: la rivalidad. Este tipo de vínculo suele ser, en general, desfavorable, ya que afecta emocionalmente en diferentes grados (Chenche, 2023). Sin embargo, a pesar de que estas interacciones puedan ser perjudiciales, cumplen un papel formativo para relacionarse, pues a través de la competencia se aprende a manejar desacuerdos, identificar y regular las propias reacciones emocionales y establecer límites adecuados.

En consecuencia, el hecho de enfrentarse a los conflictos motiva la creación de métodos de solución y potencia la empatía al ponerse en el lugar del otro. De esta forma, incluso los vínculos adversos contribuyen al modo de interactuar, ya que enseñan tanto lo recomendable a evitar como las habilidades necesarias para establecer relaciones más fuertes y equilibradas en el futuro.

Ahora bien, los conflictos interpersonales pueden entenderse como la percepción negativa que tiene un individuo sobre su capacidad para relacionarse con sus pares, ya que la forma en que los afronta influye en cómo se presenta ante ellos (Salazar, 2020). Es preocupante que, cuando

experimentan ansiedad o temor al relacionarse, muchos adolescentes opten por aislarse, negándose a vivir experiencias esenciales para su desarrollo personal y social. Según Reinoso (2019), la carencia de vivencias y destrezas sociales impacta desfavorablemente en los adolescentes, tanto en el entorno educativo como en su vida diaria, pues puede favorecer la aparición de problemas de relaciones, bajo rendimiento escolar y conductas inadecuadas.

En este sentido, los factores que influyen en las dificultades interpersonales surgen de la combinación de elementos individuales y circunstanciales. Según Inglés et al. (2001), los factores individuales incluyen determinantes biológicos, como la pérdida auditiva, rasgos de personalidad como la timidez, y limitaciones fundamentales en el comportamiento como la ausencia de habilidades sociales. Por su parte, los factores circunstanciales abarcan las exigencias del entorno social, como un reproche injustificado, las particularidades de otras personas como pertenecer al sexo opuesto, y el contexto en el que se desarrolla la relación como podría ser el ámbito escolar.

De igual manera, Gil y Ramírez (2015, como se citó en Borda y Muñoz, 2019), sostienen que las relaciones interpersonales son un fenómeno particular influenciado tanto por factores sociales como por aspectos psicológicos. Estas variables interactúan constantemente a lo largo del proceso de aprendizaje del adolescente (Inglés et al., 2001). En otras palabras, las dificultades interpersonales son multifactoriales y no responden a una única causa. Por ejemplo, un adolescente tímido suele evitar entornos sociales difíciles, lo que le impide acumular experiencias agradables de interacción; mientras que otro, con alta inestabilidad emocional, puede afrontar mayores frustraciones en esas mismas situaciones. Este ejemplo evidencia cómo se entrelazan los factores individuales y circunstanciales en la aparición de dichas dificultades.

Después de la revisión de los antecedentes teóricos, se decidió establecer como teoría base la propuesta de Inglés et al. (2001), quienes son los autores principales del instrumento que evalúa

las dificultades interpersonales para llevar a cabo esta investigación. Dichos autores sostienen que, para comprender las dificultades interpersonales, es necesario integrar tanto la teoría de la consistencia en la conducta como la de la particularidad del contexto sobre la conducta. Esta articulación permite explicar las dificultades específicas de cada individuo, al mismo tiempo que reconoce ciertos niveles de consistencia en su comportamiento. En otras palabras, al considerar la tendencia de los adolescentes a actuar de forma similar en diferentes contextos, junto con la influencia que ejerce cada situación particular del contexto, se logra comprender por qué un mismo adolescente puede presentar problemas en determinadas situaciones, pero mantener patrones de conducta relativamente estables en otras.

En palabras más simples, esta teoría hace notar que los adolescentes no se comportan exactamente igual en todas partes. Hay ciertas formas de actuar que se repiten en su vida diaria, como ser reservado, impulsivo o sociable, pero al mismo tiempo, el ambiente en el que se encuentran puede hacer que esas conductas cambien. Por ejemplo, un adolescente que suele ser callado podría mostrarse aún más tímido frente a sus profesores, pero sentirse mucho más seguro y hablar sin problema cuando está con sus amigos de confianza. De esta manera, se entiende que las dificultades interpersonales no aparecen siempre de la misma forma, sino que dependen tanto de cómo es el adolescente en general y de la situación particular en la que se encuentre. Esta manera de ver el comportamiento ayuda a tener una visión más realista de por qué un mismo individuo puede tener conflictos en un lugar, pero desenvolverse mejor en otro.

En este marco, Inglés et al. (2001), definen las dificultades interpersonales en la adolescencia como la percepción que tiene el propio adolescente de lo complicado o peligroso que resulta interactuar con otras personas. No importa si esta dificultad surge de carencias en

habilidades sociales, como la asertividad; o de sentimientos negativos, como la ansiedad, el miedo o la ira, generalmente vinculada a una experiencia previa desagradable.

Por este motivo, los autores desarrollaron el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en Adolescentes (CEDIA), diseñado en coherencia con dicho marco teórico y estructurado en cinco dimensiones que permite evaluar las dificultades.

- **Asertividad**

La asertividad hace referencia a una actitud afirmativa en el adolescente, caracterizada por la capacidad de realizar y expresar peticiones, así como de proteger sus derechos frente al entorno que le rodea (Inglés et al., 2001). Esto no solo implica que el adolescente defienda sus propios puntos de vista, sino también que respeta las opiniones de los demás y evite entrar en conflicto cuando alguien piensa diferente.

- **Relaciones heterosexuales**

Estas relaciones constituyen una habilidad que permite al adolescente relacionarse con personas del sexo opuesto, aspecto fundamental para su crecimiento social (Inglés et al., 2001). A través de estas interacciones, aprende a establecer límites y respetarlos, a lidiar con expectativas imaginarias y a desarrollar mayor empatía hacia los demás.

- **Hablar en público**

Hablar en público se trata de un comportamiento social que se realiza frente a una cantidad de personas o en eventos académicos y culturales (Inglés et al., 2001). Cuando esta conducta se practica con constancia, el adolescente aprende a manejar el nerviosismo, a dominar el espacio y a modular la voz, habilidades comunicativas esenciales para lograr una mejor interacción.

- **Relaciones familiares**

Estas relaciones constituyen el vínculo que se establece entre el adolescente y su núcleo familiar, considerando que es el ambiente fundamental para su desarrollo y evolución personal, ya que en él se transmiten responsabilidades que posteriormente se aplican en la sociedad (Inglés et al., 2001). Este ambiente primario resulta esencial para que desarrolle seguridad y se sienta respaldado, lo cual favorece una mejor expresión comunicativa con su entorno.

- **Relaciones amicales**

Estas relaciones constituyen la capacidad de interactuar y establecer vínculos con otros, formando un grupo de amigos quienes se pueda compartir pensamientos y recibir retroalimentación que fortalezca la integración social (Inglés et al., 2001). Este ambiente secundario refuerza las habilidades de interacción y comunicación, lo que lo convierte en un aspecto especialmente relevante durante la etapa de la adolescencia.

2.2.3. Relación entre adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales

La adicción a las redes sociales puede comprenderse, en parte, a través de la teoría del desplazamiento. Esta plantea que, al dedicar tiempo a interacciones en línea de escasa calidad, los adolescentes sustituyen relaciones significativas y sólidas por conexiones superficiales con personas desconocidas (Valkenburg y Peter, 2007). Es decir, al sumar una nueva actividad, sacrifican tiempo y energía que podrían haberse invertido en vínculos más valiosos. De este modo, el problema no se limita a la cantidad de tiempo en línea, sino también a la calidad de las interacciones que se pierden en el mundo real, debilitando así los lazos sociales más relevantes.

En esta misma línea, Kraut et al. (1998, como se citó en Valkenburg y Peter, 2007), sostienen que el uso excesivo de las redes sociales termina sustituyendo las relaciones en persona, dado que estas plataformas están diseñadas para fomentar conductas compulsivas. Es decir,

mantienen a los usuarios constantemente conectados mediante un flujo de contenido novedoso que genera un ciclo de conexión superficial y de gratificación inmediata. Con el tiempo, esta dinámica debilita la posibilidad de sostener interacciones auténticas y construir vínculos sociales profundos.

Como consecuencia de este patrón de dependencia y conexiones superficiales, comienzan a aparecer efectos negativos en diversas áreas de la vida del adolescente. En la práctica, se ve comprometida el área familiar, académica y emocional. Los problemas de sueño, irritabilidad, cambios de humor y bajo rendimiento escolar son comunes (Domínguez & Ybañez, 2016), lo cual dificulta su integración social. Asimismo, la falta de escucha activa y comunicación asertiva reduce la satisfacción en las relaciones cercanas y complica la resolución de conflictos, afectando su bienestar psicosocial.

2.3. Definición de conceptos y términos básicos

- **Adicción a redes sociales**

Se trata de un patrón de comportamiento repetitivo que inicia con la búsqueda de placer y que posteriormente se mantiene por la necesidad de evitar el displacer (Escurra y Salas, 2014).

Esta cuenta se expresa en tres dimensiones: la obsesión, entendida como la necesidad continua de estar en línea; la falta de control, que refleja la incapacidad de restringir o limitar su uso; y el uso excesivo, referido a la inversión de tiempo en el uso sin moderación (Escurra y Salas, 2014).

- **Dificultades interpersonales**

Se entiende como la percepción de la dificultad para relacionarse con distintas personas sin conocer si esta proviene de limitaciones en las propias habilidades o de sentimientos negativos causados por experiencias pasadas (Inglés et al., 2001).

Esta dificultad se organiza en cinco dimensiones: la asertividad, entendida como la capacidad de defender lo que se piensa con respeto; las relaciones heterosexuales, que son vínculos afectivos con personas del sexo opuesto; el hablar en público, que consiste en expresarse ante otros; las relaciones familiares, basadas en el apoyo emocional y la orientación de padres a hijos; y la relación con los amigos, centrada en el entendimiento mutuo y las actividades compartidas (Inglés et al., 2001).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis de la investigación

3.1.1. *Hipótesis general*

H0: No existe relación entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

Hi: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

3.1.2. *Hipótesis específicas*

Hipótesis específica 1

H0: No existe relación entre la dimensión obsesión a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

Hi: Existe relación entre la dimensión obsesión a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

Hipótesis específica 2

H0: No existe relación entre la dimensión falta de control de las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025

Hi: Existe relación entre la dimensión falta de control de las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025

Hipótesis específica 3

H0: No existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

Hi: Existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

3.2. Variables de la investigación

3.2.1. Variable 1: Adicción a las redes sociales

Definición conceptual

La adicción a las redes sociales es un patrón de comportamiento repetitivo que inicia por la búsqueda de placer y que luego se mantiene por la necesidad de evitar el displacer (Escorra y Salas, 2014).

3.2.2. Variable 2: Dificultades interpersonales

Definición conceptual

Las dificultades interpersonales se refieren a la manera en el adolescente percibe lo complicado que puede resultarle interactuar con los demás, ya sea por falta de habilidades sociales o por emociones asociadas a experiencias previas (Inglés et al., 2001).

3.3. Matriz de operacionalización de variables

3.3.1. Adicción a las redes sociales

Tabla 1

Operacionalización de la variable adicción a las redes sociales

Definición conceptual: La adicción a las redes sociales es un patrón de comportamiento repetitivo que inicia por la búsqueda de placer y que luego se mantiene por la necesidad de evitar el displacer (Escurra y Salas, 2014).				
Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
La variable de adicción a las redes sociales será estudiada mediante el resultado de la aplicación del Cuestionario de Adicción a las redes Sociales (ARS), la cual consta de 24 ítems para medir tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y el uso excesivo de las redes sociales.	Obsesión por las redes sociales.	Compromiso mental con las RS.	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22 y 23.	Ordinal
		Fantasear constantemente con las RS.		
	Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	Preocupación o ansiedad por la falta de acceso a las RS.		
		Preocupación por la falta de control o interrupción del uso de las RS.	4, 11, 12, 14, 20 y 24.	
		Descuido de las tareas y los		

estudios por las RS.

Dificultades para controlar el uso de las RS.

Uso excesivo de las redes sociales.

Exceso en el tiempo de uso de las RS.

1, 8, 9, 10, 16, 17, 18 y 21

Incapacidad de disminución del uso de las RS.

Nota. Elaboración propia.

3.3.2. Dificultades interpersonales

Tabla 2

Operacionalización de la variable dificultades interpersonales

Definición conceptual: Las dificultades interpersonales se refieren a la manera en el adolescente percibe lo complicado que puede resultarle interactuar con los demás, ya sea por falta de habilidades sociales o por emociones asociadas a experiencias previas (Inglés et al., 2001).

Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
-------------------------------	--------------------	--------------------	--------------	---------------------------

<p>La variable de dificultades interpersonales será estudiada mediante el resultado de la aplicación del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA), la cual consta de 36 ítems para medir cinco dimensiones: asertividad, relaciones heterosexuales, hablar en público, relaciones familiares y amigos.</p>	Asertividad	Sentido de la eficacia.	1, 4, 6, 7, 9, 10, 13, 15,	Ordinal
		Control sobre la vida.	17, 18, 24, 28,	
		Confianza en la propia mente.	29, 33, 34 y 35	
	Relaciones heterosexuales	Concertar citas.	2, 8, 11,	
		Hacer cumplidos.	21, 26,	
		Conversaciones.	32, 36	
	Hablar en público	Comportamientos del adolescente ante un grupo numeroso.	3, 5, 14, 16, 20	
	Relaciones familiares	Ámbito familiar.	19, 23, 25, 31	
	Relaciones con amigos	Amigos.	12, 22, 27, 30	

Nota. Elaboración propia.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Tipo de investigación

Esta investigación forma parte de una investigación básica, también llamada pura, ya que se orienta en el deseo de fomentar el interés teórico y la satisfacción de aprender cosas nuevas, sin que necesariamente se busque la aplicación inmediata de sus resultados (Ñaupas et al., 2018).

4.1.1. Enfoque de investigación

Este enfoque de investigación es cuantitativo, debido a que recopila la información para responder preguntas y verificar hipótesis planteadas previamente (Ñaupas et al., 2018). Al concluir, se busca generalizar de los hallazgos y posibilitar la replicación de los resultados.

4.1.2. Diseño de investigación

Este estudio tiene un diseño no experimental y correlacional, debido a que se pretende determinar el nivel de relación existente entre dos variables que no sean interdependientes (Ñaupas et al., 2018). Además, es transversal porque se analizan ambas variables al mismo tiempo durante un solo año, en lugar de realizar un seguimiento a lo largo de varios años (Ñaupas et al., 2018). El esquema es el siguiente:



Donde:

M = Estudiantes de 4° y 5° de secundaria de un colegio de Abancay

O₁ = Adicción a las redes sociales

O₂ = Dificultades interpersonales

r = Relación de las variables de estudio

4.2. Población y muestra

4.2.1. Población

Se entiende por población al total de las unidades de investigación, las cuales incluyen las cualidades necesarias para ser reconocidas como tales (Ñaupas et al., 2018). Por lo tanto, la población de este estudio es de 300 estudiantes en total, comprendidos entre cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay.

Tabla 3

Población

Grado y sección	Número de estudiantes	Porcentaje
4to A	30	12.5%
4to B	30	12.5%
4to C	30	12.5%
5to A	30	12.5%
5to B	30	12.5%
5to C	30	12.5%
5to D	30	12.5%

5to E	30	12.5%
Total	240	100%

Nota. Elaboración propia.

4.2.2. Muestra

Se comprende por muestra a un subcomponente que forma parte de la denominada población (Hernández et al., 2014). Con base en el muestro aleatorio simple, donde se establece que P = cantidad de la muestra; N = población; K = margen de error; p = variabilidad positiva y q = variabilidad negativa; se obtuvo una muestra de 196 estudiantes de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.

4.3. Técnica e instrumentos

4.3.1. Técnica

La técnica consiste en una serie de procedimientos para controlar un proceso específico y lograr un objetivo particular (Ñaupas et al., 2018). En este estudio se emplea la técnica de la encuesta, ya que explora el punto de vista que posee una parte de la ciudadanía respecto a un asunto específico.

4.3.2. Instrumento

Los instrumentos son los recursos físicos, a través de los cuales se obtienen los datos y la información, usando interrogantes que requieren respuestas del sujeto de estudio (Ñaupas et al., 2028). En este caso, serán los siguientes:

- A. Ficha técnica del cuestionario de Adicción a las Redes Sociales**
 - a) Nombre del cuestionario:** Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS).
 - b) Autores:** Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas.

- c) **Procedencia:** Universidad Mayor de San Marcos y la Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú.
- d) **Año:** 2014.
- e) **Administración:** Individual y colectivo.
- f) **Tiempo de aplicación:** Aproximadamente 15 a 20 minutos.
- g) **Dimensiones:** Obsesión por las redes sociales (10 ítems), falta de control personal (6 ítems) y uso excesivo de las redes sociales (8 ítems).
- h) **Número de ítems:** 24 ítems.

Validez del instrumento de adicción a las redes sociales

Para medir la validez del instrumento, inicialmente se estableció mediante la modalidad de evidencia de validez de contenido, a través de juicio de expertos, quienes evaluaron la pertinencia, claridad y coherencia de los ítems con relación al constructo a medir. Posteriormente, se realizó un análisis factorial exploratorio comparando tres modelos teóricos: tres factores independientes, tres factores relacionados y un modelo independiente. Los resultados indicaron que el modelo de tres factores relacionados presentó los mejores índices de ajuste ($\chi^2(238) = 353.27$; $p < \chi^2/df = 1.48$; GFI = .92; RMR = 0.6; RMSEA = .04; AIC = 477.28), superando a los otros dos modelos propuestos. Estos resultados comprobaron que los ítems del instrumento se organizan coherentemente en las tres dimensiones teóricas propuestas, puesto que presentan índices de ajuste que se encuentran dentro de los rangos sugeridos en la literatura, lo que respalda la validez de la estructura teórica del instrumento.

Confiabilidad del instrumento de adicción a las redes sociales

En cuanto a la confiabilidad del instrumento, los resultados se obtuvieron mediante el método de consistencia interna, indicando que se lograron altos coeficientes del alfa de Cronbach,

con cifras que variaron entre .88 y .92, lo que sugiere una notable consistencia interna de las dimensiones analizadas. Según DeVellis (2012), los valores que superan .85 se consideran ideales, por lo que los hallazgos permiten concluir que los elementos de cada factor están fuertemente interconectados y evalúan de manera uniforme el concepto de adicción a las redes sociales. Además, los intervalos de confianza muestran que la estimación de confiabilidad de los puntajes totales permanece en niveles altos (.85 y .95), lo que respalda la exactitud del instrumento en la evaluación.

B. Ficha técnica del cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

- a) **Nombre del cuestionario:** Cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia (CEDIA).
- b) **Autores:** Cándido J. Inglés, María Soledad, Xavier Méndez y María Hidalgo.
- c) **Procedencia:** Universidad Miguel Hernández de Elche y Universidad de Murcia, España.
- d) **Año:** 2001
- e) **Administración:** Individual y colectiva
- f) **Tiempo de aplicación:** Aproximadamente 15 a 20 minutos.
- g) **Dimensiones:** Asertividad (16 ítems), relaciones heterosexuales (7 ítems), hablar en público (5 ítems), relaciones familiares (4 ítems) y relaciones con amigos (4 ítems).
- h) **Número de ítems:** 36 ítems.

Validez del instrumento de dificultades interpersonales

Para evaluar la validez del instrumento se aplicaron dos procedimientos complementarios. En primer lugar, se realizó un análisis factorial exploratorio mediante el método de componentes

principales con rotación oblicua, la cual permite que los factores correlacionen entre sí. Este análisis, apoyado en el criterio de *scree plot*, identificó una solución compuesta por 36 ítems distribuidos en cinco factores, que explicaron en conjunto el 42,86 % de la varianza. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis factorial confirmatorio para contrastar la estructura hallada, comparando tres modelos teóricos: modelo nulo, modelo de un factor y el modelo de cinco factores. Los resultados indicaron que el modelo de cinco factores fue el que presentó los índices de ajuste más adecuados, cumpliendo con los criterios establecidos: $S\text{-RMR} < 0.10$, $GFI > 0.90$ y $AGFI > 0.85$, lo que respalda la pertinencia de esta estructura multidimensional para evaluar las dificultades interpersonales en adolescentes.

Confiabilidad del instrumento de dificultades interpersonales

En cuanto a la confiabilidad del instrumento, los resultados evidencian adecuados niveles de consistencia interna. El coeficiente alfa de Cronbach para la puntuación total del CEDIA fue de 0.90, lo cual se considera excelente debido a que sus ítems están bien relacionados y es coherente para evaluar las dificultades interpersonales en adolescentes. Por otro lado, la fiabilidad test-retest, calculada en un intervalo de dos semanas mediante el coeficiente producto-momento de Pearson fue de 0.78 para la puntuación total del CEDIA. En conjunto, estos resultados confirman que el instrumento presenta confiabilidad aceptable, respaldada tanto por la consistencia interna como por la estabilidad temporal de sus puntuaciones.

4.4. Procedimiento de recolección de datos

Para este procedimiento, en primer lugar, se gestionó ante la dirección de la institución educativa el permiso correspondiente, en el que se expuso el objetivo de la investigación. Posteriormente, se obtuvo el documento de aceptación por parte de la dirección para llevar a cabo la investigación. Luego, se entregó el consentimiento informado a los padres de familia en una

fecha pactada. Finalmente, se brindó el asentimiento informado a las estudiantes participantes para aplicar los cuestionarios pertinentes en el tiempo determinado según las indicaciones.

4.5. Análisis estadístico de datos

Para el análisis estadístico, los resultados obtenidos fueron ingresados en una hoja de cálculo de Excel con el fin de organizar y estructurar una tabla de datos que incluyó todas las respuestas de los cuestionarios, clasificadas según cada variable de estudio. Este procedimiento permitió manejar la información. Posteriormente, los datos fueron importados al software estadístico SPSS, el cual facilitó la realización de análisis más complejos y detallados gracias a su interfaz intuitiva, permitiendo extraer información procesable de manera más eficiente en base a los objetivos de la investigación.

4.6. Aspectos éticos

Para realizar este estudio se siguieron estándares éticos nacionales e internacionales, con el fin de proteger los derechos y el bienestar de los participantes. De acuerdo con las pautas del comité de ética de la Universidad Continental y las normas del colegio, se obtuvo en primer lugar el asentimiento informado de los apoderados de las estudiantes y, posteriormente, el consentimiento informado de las mismas estudiantes. Ambos procesos se llevaron a cabo de manera voluntaria, con plena comprensión por parte de las participantes y sus representantes legales, quienes recibieron información detallada sobre el estudio, incluyendo objetivos, métodos, beneficios y posibles riesgos, garantizando así una decisión libre e informada.

Asimismo, la Declaración de Helsinki (2013), establece que los investigadores deben asegurar la privacidad y confidencialidad de los datos personales de los participantes, siendo cualquier excepción debidamente justificada según las directrices del Consejo de Organizaciones

Internacionales de Ciencias Médicas (CIOMS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016), las cuales enfatizan la necesidad de minimizar riesgos y proteger la confidencialidad.

Finalmente, el Código de Ética para Psicólogos del Perú (2017), señala que los investigadores deben cumplir con las normas internacionales y nacionales que protegen los derechos, la integridad y el bienestar de los participantes.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1. Resultados descriptivos

En este apartado se presentan los resultados obtenidos para cada variable, tras la recopilación y el procesamiento de los datos de la muestra.

5.1.1. Nivel de relación entre ambas variables

Tabla 4

Correlación entre adicción a redes sociales y las dificultades interpersonales

	Dificultades interpersonales	
	r_s	.744**
Adicción a redes sociales	p	.000
	N	169

Nota. Elaboración propia.

De acuerdo con los datos presentados en la tabla 5, se observa que la adicción a redes sociales presenta una correlación positiva y altamente significativa con las dificultades interpersonales ($p = .000$ y $r_s = .744$). Este coeficiente evidencia una relación directa y de alto nivel, lo que significa que a medida que incrementan los niveles de adicción a redes sociales también tienden a incrementarse las dificultades interpersonales, y viceversa. En otras palabras, esta asociación refleja que el uso problemático de redes sociales está vinculado con un deterioro en las habilidades de interacción interpersonal. Además, mientras más deterioradas se encuentren dichas habilidades, mayor será el nivel de uso problemático de redes sociales.

5.1.2. Nivel de adicción a las redes sociales

Tabla 5

Niveles de adicción a las redes sociales

Adicción a las redes sociales	f	%
Bajo	34	20.1%
Promedio	79	46.7%
Alto	56	33.1%
Total	169	100.0%

Nota. Elaboración propia.

De acuerdo con los datos presentados en la tabla 6, se observa que el 46.7 % de las estudiantes alcanzó un nivel promedio de adicción a redes sociales, seguido por un 33.1 % que presentó un nivel elevado y un 20.1 % que se ubicó en nivel bajo. Estos resultados muestran que la mayoría de las estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de Abancay se concentran en un rango de adicción promedio o alto, lo que evidencia una tendencia alarmante hacia un uso problemático de estas plataformas. En este sentido, se puede interpretar que una proporción considerable de adolescentes emplea las redes sociales de manera frecuente e intensa, lo que podría impactar en otras áreas de su vida.

5.1.3. Nivel de dificultades interpersonales

Tabla 6

Niveles de dificultades interpersonales

Adicción a las redes sociales	f	%
Bajo	56	33.1%
Promedio	63	37.3%

Alto	50	29.6%
Total	169	100.0%

Nota. Elaboración propia.

De acuerdo con los datos presentados en la tabla 7, se observa que el 37.3 % de las estudiantes obtuvo un nivel promedio de dificultades interpersonales, seguido por un 29,6 % que presentó un nivel elevado y un 33.1 % se ubicó en un nivel bajo. Estos resultados reflejan que más de las adolescentes evaluadas de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de Abancay presentan dificultades interpersonales en un rango medio o alto, lo que sugiere que enfrentan retos en sus relaciones sociales cotidianas. En este sentido, se puede interpretar que el hecho de que solo un tercio de las estudiantes se ubiquen en el nivel bajo indica que las dificultades interpersonales constituyen un tema a atender esta población, pues podrían afectar más áreas de su vida.

5.1.4. Estadísticos de Correlación

Tabla 7

Correlación entre la dimensión obsesión a redes sociales y las dificultades interpersonales

	Dificultades interpersonales	
	r_s	.737**
Obsesión a redes sociales	p	.000
	N	169

Nota. Elaboración propia.

De acuerdo con los datos presentados en la tabla 8, se observa que la dimensión de obsesión hacia las redes sociales presenta una correlación muy significativa con las dificultades interpersonales ($p= .000$ y $r_s= .737$), de tipo directo y con un nivel alto. Este hallazgo indica que, a medida que aumentan los niveles de obsesión por el uso de redes sociales, también se incrementan en la misma proporción las dificultades interpersonales y viceversa. En otras palabras,

la fijación excesiva de estas plataformas digitales parece asociarse con un deterioro progresivo en interacciones sociales, lo que resalta la importancia de comprender que el uso obsesivo no solo afecta el tiempo disponible para otras actividades, sino que también se relaciona con el deterioro en la calidad de las relaciones interpersonales, y viceversa, limitando la capacidad de los adolescentes para establecer vínculos sólidos y saludables.

Tabla 8

Correlación entre la dimensión falta de control de las redes sociales y las dificultades interpersonales

Dificultades interpersonales		
	r_s	.731**
Falta de control de las redes sociales	p	.000
	N	169

Nota. Elaboración propia.

De acuerdo con los datos presentados en la tabla 9, se observa que la dimensión de falta de control en el uso de las redes sociales presenta una correlación muy significativa con las dificultades interpersonales ($p=.000$ y un $r_s=.731$), de tipo directo y con un nivel alto. Este resultado señala que, a medida que aumentan los niveles de falta de control sobre el uso de redes sociales, también se incrementan la manera proporcional las dificultades interpersonales y viceversa. En otras palabras, la incapacidad para autorregular el tiempo de uso de estas plataformas parece estar asociada con un deterioro en la calidad de las relaciones sociales de las adolescentes, lo que continúa limitando la capacidad de estas de establecer vínculos saludables.

Tabla 9

Correlación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y las dificultades interpersonales

Dificultades interpersonales		
	r_s	.715**
Uso excesivo de las redes sociales	p	.000
	N	169

Nota. Elaboración propia.

De acuerdo con los datos presentados en la tabla 10, se observa que la dimensión de uso excesivo de las redes sociales presenta una correlación muy significativa con las dificultades interpersonales ($p=.000$ y un $r_s=.715$), de tipo directo y con un nivel alto. Este hallazgo indica que, a medida que se intensifica el uso excesivo de las redes sociales, también aumentan de manera proporcional las dificultades interpersonales y viceversa. En otras palabras, la dedicación desmesurada de tiempo a estas plataformas parece asociarse con un deterioro progresivo en la calidad de las interacciones sociales de las adolescentes, ya que reduce el espacio para el contacto presencial y limita el desarrollo adecuado de interrelación.

5.2. Resultados inferenciales

5.2.1. Prueba de normalidad

Finalmente, se presenta el cuadro de normalidad de cada variable, elaborado con el fin de determinar y garantizar la elección del estadístico más adecuado para establecer las correlaciones correspondientes a los objetivos planteados.

Tabla 10

Prueba de normalidad de las variables

Variabes	p	n
Adicción a las redes sociales	.000	169

Nota. Elaboración propia.

De acuerdo con los datos presentados en la tabla 11, se observa que ambas variables obtuvieron una distribución no normal ($p = .000$, $p = .000$). Este resultado indica que los datos de cada variable se desvían significativamente de una distribución normal, lo que implica la necesidad de emplear pruebas no paramétricas para el análisis. En este caso, se optó por el coeficiente de correlación de Spearman, ya que resulta más adecuado para medir la relación entre variables que no cumplen con los supuestos de normalidad. En otras palabras, este hallazgo garantiza que los análisis futuros mantengan su validez y exactitud, previniendo interpretaciones erróneas que podrían ocurrir si se aplicaran pruebas paramétricas inadecuadas.

CAPÍTULO VI

DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación evidencian una relación positiva y significativa entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay. A través del coeficiente de Spearman, se obtuvo un valor de $r_s = .744$, lo que indica una relación alta, acompañado de un valor $p = .000$, lo que significa que, un aumento significativo en la adicción a las redes sociales está relacionado con un incremento en las dificultades interpersonales, confirmando así la hipótesis principal planteada en este estudio.

De manera específica, se encontró una relación significativa y directa entre las tres dimensiones de la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales. La dimensión “obsesión” presentó un $r_s = .737$, la “falta de control” un $r_s = .731$ y el “uso excesivo” un $r_s = .715$, todos con niveles significativos y con un valor de $p = .000$. Estos resultados respaldan las hipótesis secundarias, indicando que la fijación excesiva, el descontrol y un uso desmesurado, también se vinculan con un deterioro en las habilidades sociales de las estudiantes, complicando su capacidad de interacción con los demás.

Estos resultados pueden ser entendidos al integrar las teorías de Eскурra y Salas (2014) junto con Inglés et al. (2001). Según los planteamientos de Eскурra y Salas, los adolescentes inicialmente recurren a las redes sociales porque estas generan placer; sin embargo, cuando su uso se torna excesivo, la conducta se convierte en una manera para prevenir el displacer generado por la desconexión. Esta dinámica puede relacionarse con la aparición de dificultades en la interacción social en los adolescentes, limitando su participación en contextos específicos. Por su parte, la teoría de Inglés et al. ayuda a comprender cómo estas dificultades interpersonales pueden

manifestarse de diversas formas, dependiendo de las características personales y el entorno específico en el que se encuentre el adolescente. De esta manera, la integración de ambos enfoques permite deducir que la adicción a las redes sociales se asocia con dificultades interpersonales, pero la forma en que se expresan estas dificultades podría variar porque no son iguales para todos ni siempre se presentan de la misma forma.

Respecto al objetivo general, al contrastar los resultados de esta investigación con investigaciones previas, se observa una notable similitud con el estudio de Morales (2024), quien también identificó una fuerte relación entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales, obteniendo un coeficiente de $r = .734$ y un $p = .000$, lo que confirma la existencia de una relación sólida entre estas variables. De manera similar, la investigación realizada por Lucano y Tamariz (2023) reveló una correlación moderadamente positiva ($r = .482$; $p < .001$) entre ambas variables, lo que también indica una relación considerable, aunque con menor intensidad en comparación con los resultados del presente análisis.

En contraposición, los hallazgos de este estudio difieren de los resultados reportados por Yauri (2024), en cuyo trabajo no se evidenció una relación positiva entre las variables, dado que el coeficiente de correlación fue $r = .000$ y el valor de significancia $p = 0.95$, lo que indica una asociación nula y llevó al rechazo de su hipótesis inicial. Esta discrepancia podría explicarse por la forma en que se conceptualizan y miden las dificultades interpersonales. Esto respalda la necesidad de considerar tanto las características individuales como las características contextuales al interpretar la relación entre adicción a redes sociales y dificultades interpersonales.

De igual manera, en la investigación realizada por Borda y Muñoz (2019), se halló una relación débil pero positiva entre ambas variables ($r = .128$), lo cual difiere considerablemente con los resultados del presente estudio. Sin embargo, un aspecto relevante de esta investigación es que,

al igual que en el estudio actual, se observa que las estudiantes mujeres presentan un mayor uso excesivo de redes sociales y mayores dificultades interpersonales, lo que sugiere la necesidad de explorar más a fondo el análisis de género como un factor que influye en esta relación.

Adicionalmente, es importante diferenciar los resultados del presente estudio de los resultados obtenidos por Cortés (2019), quien reportó una correlación positiva pero débil entre la adicción a las redes sociales y ciertas dimensiones de las dificultades interpersonales, señalando que la adicción estaba vinculada principalmente con la incapacidad de comunicarse de manera directa y asertiva. En el presente estudio, el análisis se realizó considerando la variable total de dificultades interpersonales, por lo que no sería posible establecer comparaciones precisas a nivel de dimensiones específicas. No obstante, los resultados muestran que la adicción a las redes sociales se asocia significativamente con el conjunto global de dificultades interpersonales, lo que sugiere un problema generalizado que podría estar influenciado por factores contextuales, la cultura digital local o el bajo desarrollo de habilidades sociales en entornos rurales.

Este impacto generalizado se puede entender con base en la teoría del desplazamiento de Valkenburg y Peter (2007), quienes sostienen que dedicar demasiado tiempo a las redes sociales reemplaza las interacciones reales de calidad por interacciones frágiles y poco duraderas. De este modo, la comunicación en línea puede limitar las posibilidades de desarrollar adecuadas relaciones interpersonales auténticas, afectando de manera general la capacidad de los adolescentes para establecer relaciones satisfactorias en su vida diaria.

Respecto al primer objetivo específico, los resultados de esta investigación indican que el 46.7 % de las estudiantes presentan un nivel promedio de adicción a redes sociales. Estos datos son similares a los resultados de Ramírez (2022), quien reportó que la mayoría de los adolescentes evaluados (max = 72) presentaban un nivel moderado-alto de adicción a estas plataformas. De

manera similar, se relacionan con los resultados de Peñalba e Imaz (2019), quienes encontraron que el 34,5 % de las estudiantes presentaron adicción a redes sociales, siendo este el porcentaje más elevado de su muestra. Estos hallazgos sugieren que, más allá de los beneficios comunicativos de las redes sociales, existe un riesgo latente de que estas reemplacen las interacciones presenciales y afecten la calidad de los vínculos interpersonales, evidenciando una problemática consistente.

Respecto al segundo objetivo específico, los resultados de esta investigación indican que un 37.3 % de las estudiantes presentan un nivel promedio de dificultades interpersonales. Este hallazgo resulta relevante y se relaciona con el estudio de Ramírez (2022), en el que un número significativo de participantes (max = 110) presentó un nivel alto de dificultad en sus relaciones interpersonales, lo que sugiere que este tipo de problemáticas no son hechos aislados. Asimismo, la investigación realizada por Zapata (2023), respalda esta línea de resultados, ya que encontró que el 49.5 % de los estudiantes presentaban un nivel máximo de dificultades interpersonales. En conjunto, estos hallazgos coinciden en señalar que un porcentaje considerable de adolescentes enfrenta obstáculos en el establecimiento de vínculos interpersonales efectivos.

De igual manera, Ortiz (2024) descubrió que un 28.7 % de los estudiantes presentaban un alto nivel de adicción a redes sociales y que el 42.7 % presentaba un nivel promedio de dificultades interpersonales. Aunque la correlación entre ambas variables fue baja ($Rho = 0.363$), resultó estadísticamente significativa ($p = .000$), lo que sugiere una tendencia similar a la observada en este estudio: a medida que aumenta el uso de redes sociales, también se agravan las dificultades interpersonales. Por lo tanto, estos hallazgos, corroboran la existencia de una relación entre las dos variables, aunque con diferencias en los niveles más comunes en cada contexto, pero nada alejado de la coherencia general de los resultados.

Desde un enfoque motivacional, estos resultados también pueden entenderse con la teoría de Maslow (1943), quien clasificó las interacciones sociales entre las necesidades fundamentales del ser humano. Cuando los adolescentes no logran satisfacer correctamente sus necesidades de aceptación y afecto en su entorno cercano, tienden a buscar compensar esta carencia mediante las redes sociales. No obstante, esta conexión en línea no reemplaza el contacto personal, y a largo plazo, puede intensificar las dificultades para relacionarse de manera presencial, contribuyendo a una creciente desconexión emocional con su entorno.

Respecto al tercer objetivo específico, que examina la relación entre la obsesión hacia las redes sociales y las dificultades interpersonales, los resultados obtenidos muestran una correlación alta y significativa ($r_s = .737$; $p = .000$). Este resultado es similar con la investigación de Salazar (2022), quien reportó una correlación moderadamente positiva (W de Kendall = .617) indicando que un pensamiento obsesivo hacia las redes sociales eleva las complicaciones interpersonales. De manera similar, Ortiz (2024) encontró una correlación positiva de baja a moderada ($Rho = .359$), lo que sugiere que, aunque la relación no sea alta, existe consistencia en la asociación de la obsesión por las redes sociales sobre las dificultades interpersonales. En comparación, los resultados del presente estudio evidencian una correlación más marcada, lo que refuerza la relevancia de este patrón en el contexto analizado.

Respecto al cuarto objetivo específico, que aborda la correlación entre la falta de control hacia las redes sociales y las dificultades interpersonales, los resultados muestran una correlación alta y significativa ($r_s = .731$; $p = .000$). Esto es consistente con la investigación de Salazar (2022), quien reportó una relación positiva moderada (W de Kendall = .598), lo que sugiere que, a medida que los estudiantes presentan menor control sobre el uso de las redes sociales, también tienden a mostrar mayores dificultades interpersonales. Por otro lado, los resultados del presente estudio

difieren con los resultados de Ortiz (2024), el cual halló una relación positiva débil ($Rho = .288$); aunque significativa, entre esta dimensión y la variable de dificultades interpersonales. Estos hallazgos sugieren que, en el contexto analizado, la falta de control sobre las redes sociales se asocia de manera evidente con la variable en su totalidad, lo que refuerza la relevancia de evaluar la interacción entre la falta de control y las relaciones interpersonales considerando características contextuales.

Respecto al quinto objetivo específico, que examina la relación entre el uso excesivo de redes sociales y las dificultades interpersonales, los hallazgos revelan una correlación alta y significativa ($r_s = .715$; $p = .000$). Esto coincide con los hallazgos de Salazar (2022), quien reportó una correlación positiva moderada (W de Kendall = $.605$), evidenciando que niveles mayores de uso de redes sociales se asocian con mayores dificultades interpersonales. Asimismo, Ortiz (2024) reportó una correlación positiva de baja a moderada ($Rho = .342$) y, a pesar de que las investigaciones no muestran niveles de correlación tan altos como los de este estudio, todas concuerdan y validan la idea general de que un patrón elevado de uso a las redes sociales está relacionado con la forma en que los adolescentes interactúan con su entorno social.

En relación con estos tres últimos objetivos específicos, que abordaron las dimensiones de adicción a las redes sociales, resulta relevante considerar la perspectiva de Ecurra y Salas (2014), que guarda similitud con la teoría de Freud. Estos autores definen la adicción como una conducta repetitiva que comienza con la búsqueda de placer, pero que se mantiene debido a la necesidad de evitar el displacer. Esta visión ayuda a comprender cómo estas dimensiones no solo reflejan una obsesión, falta de control o un uso excesivo, sino también un patrón de evasión psicológica. En particular, la obsesión se relaciona con pensamientos invasivos y persistentes sobre las redes sociales, afectando la capacidad del adolescente para formar conexiones auténticas. La falta de

control refleja una deficiente regulación de los impulsos, lo que puede llevar al aislamiento y a mayores dificultades en interacción interpersonal. Del mismo modo, el uso excesivo por permanecer en línea se vincula con el miedo a perderse algo, favoreciendo la conexión digital por encima de las relaciones interpersonales. Así, estas tres dimensiones pueden verse como mecanismos para evadir las emociones que, al intensificarse, se relacionan con mayores dificultades interpersonales en los adolescentes.

Finalmente, los resultados obtenidos permiten afirmar que la adicción a las redes sociales se encuentra asociada de manera significativa con las dificultades interpersonales, y viceversa. Por ello, se recomienda que estudios posteriores exploren más a fondo la relación entre estas variables, considerando otros factores como la clase de contenido que se consume, la duración de la exposición o la influencia del entorno familiar o educativo.

CONCLUSIONES

Se logró determinar que existe una correlación significativa entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en las estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio de Abancay. Los resultados mostraron una relación alta y directa ($r_s = .744$; $p = .000$), lo que indica que, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también se incrementan las dificultades en las relaciones con los demás y viceversa. Este hallazgo confirma el cumpliendo con el objetivo general planteado en la investigación.

Se identificaron los niveles de adicción a las redes sociales en las estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria, encontrándose que la mayoría se ubica en un nivel promedio (46.7 %), seguido de un nivel alto (33.1 %) y, en menor medida, en un nivel bajo (20.1 %). Estos resultados muestran que, aunque gran parte de las estudiantes mantiene un uso moderado de las redes sociales, existe un porcentaje considerable que ya experimenta un nivel elevado de adicción. En otras palabras, los datos no solo describen una tendencia, sino que también invitan a reflexionar sobre la necesidad de promover un uso más equilibrado de las redes sociales.

Se identificaron los niveles de dificultades interpersonales en las estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria, encontrándose que la mayoría se ubica en un nivel promedio (37.3 %), seguido de un nivel alto (33.1 %) y un nivel bajo (29.6 %). Estos resultados muestran que, si bien muchas estudiantes presentan dificultades interpersonales moderadas, existe un grupo considerable que enfrenta retos marcados en sus interacciones interpersonales. Esta situación puede impactar directamente en la manera en que se relacionan con sus compañeras, docentes e incluso con su entorno familiar, limitando la capacidad de establecer vínculos saludables y de desenvolverse de manera adecuada en diferentes contextos.

Se determinó que existe una relación significativa entre la obsesión a las redes sociales y dificultades interpersonales en las estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria, hallándose una correlación alta y directa ($r_s = .737$; $p = .000$). Este resultado refleja que, a mayor grado de obsesión por estas plataformas, mayor es la probabilidad de que las estudiantes presenten problemas en sus interacciones sociales. En otras palabras, la fijación por las redes no solo implica estar tiempo conectadas, sino que repercute en la manera en que se interrelacionan con los demás dependiendo del contexto.

Se determinó que existe una relación significativa entre la falta de control de las redes sociales y las dificultades interpersonales en las estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria, encontrándose una correlación alta y directa ($r_s = .731$; $p = .000$). Este resultado evidencia que, cuando las adolescentes evidencian un descontrol en el uso de estas plataformas, sus habilidades sociales tienden a verse afectadas de manera negativa. Lo que puede traducirse en una menor capacidad para interrelacionarse con otros adecuadamente, resolver conflictos de manera asertiva o establecer vínculos estables.

Se determinó que existe una relación significativa entre el uso excesivo de redes sociales y las dificultades interpersonales en las estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria, encontrándose una correlación alta y directa ($r_s = .715$; $p = .000$). Este hallazgo sugiere que, a mayor tiempo invertido en redes sociales, mayor es la probabilidad de que se vean afectadas las relaciones con los demás. No se trata únicamente de pasar horas conectadas, sino de cómo ese uso prolongado puede desplazar espacios de interacción con los demás.

RECOMENDACIONES

A los directivos de la institución educativa, se recomienda implementar programas de orientación y prevención que fomenten un uso equilibrado de las redes sociales. Estos programas deberían integrar actividades de educación digital, fortalecimiento de habilidades sociales y promoción de espacios de interacción presencial. Es importante que se generen oportunidades para que las propias estudiantes, a partir de la información adquirida, desarrollen actividades de concienciación que puedan ser replicadas en otras instituciones educativas.

A los docentes de la institución educativa, se recomienda incluir en sus sesiones de clase, espacios de diálogo, debate y reflexión donde se aborden abiertamente las consecuencias de la relación del uso excesivo de las redes sociales y las dificultades interpersonales. Estas sesiones deberían estar enfocadas en mejorar las interacciones entre las alumnas de manera respetuosa y empática, además pueden abarcar ejercicios en grupo, debates dirigidos y dinámicas recreativas que estimulen la cooperación, el manejo de desacuerdos y la formación de lazos constructivos entre las adolescentes.

A los psicólogos de la institución educativa, se recomienda desarrollar programas de psicoeducación y talleres orientados a reforzar las habilidades de autocontrol, manejo del tiempo en redes y competencias socioemocionales. Al mismo tiempo, es esencial llevar a cabo revisiones periódicas del clima social escolar y de las interacciones entre pares, con el fin de identificar señales de dificultades interpersonales asociadas al uso problemático de redes sociales y ofrecer el apoyo necesario. Se propone organizar estos talleres psicoeducativos dirigidos también a sus familias.

A los padres de familia, se recomienda establecer límites claros y consistentes sobre el uso de las redes sociales en el hogar, fomentando prácticas digitales saludables que sean compartidas

por todos los miembros de la familia y que promuevan actividades familiares recreativas que fortalezcan la comunicación directa. Esto no se trata de prohibir el uso de las redes sociales, sino de acompañar y guiar a las adolescentes en un manejo más saludable de estas herramientas.

A los directivos de la institución educativa, se sugiere implementar políticas institucionales que regulen y orienten el uso de dispositivos electrónicos y redes sociales dentro del ámbito escolar. Asimismo, se sugiere impulsar programas integrales de prevención y promoción del bienestar socioemocional que incluyan actividades de convivencia escolar saludable, con el fin de reducir los riesgos asociados al uso problemático de las redes sociales.

A los docentes de la institución educativa, se recomienda incorporar en sus clases actividades que fortalezcan la comunicación asertiva, el trabajo en equipo y la resolución asertiva de conflictos. Además, se sugiere integrar en las dinámicas pedagógicas reflexiones sobre el uso responsable de redes sociales, incentivando un aprendizaje que trascienda lo académico y aporte al desarrollo socioemocional de las estudiantes.

A los psicólogos de la institución educativa, se recomienda implementar programas de intervención preventiva enfocados en la obsesión, el descontrol y el uso excesivo de las redes sociales, junto con la identificación temprana de conductas de riesgo y el fortalecimiento de habilidades socioemocionales. Además, se propone aperturar espacios de contención emocional grupal, así como llevar a cabo sesiones individuales cuando sea necesario.

A los padres de familia, se aconseja fomentar intereses fuera de lo digital para disminuir la obsesión, la falta de control y el uso excesivo de las redes sociales. Del mismo modo, que establezcan horarios concretos para el uso de las mismas y que mantengan actividades en familia para que las ayuden a fortalecer sus habilidades sociales. Además, asistir a las actividades planificadas por la institución educativa para que puedan obtener herramientas más eficaces.

REFERENCIAS

- Aleph Group. (2024). *Media Essentials. Una guía sobre medios, publicidad y compras en mercados emergentes*. https://www.anda.cl/wp-content/uploads/2024/06/LATAM_Regional_Media_Essentials_Espan_ol_1_.pdf
- Amirthalingam, J. y Khera, A. (2024). Understanding Social Media Addiction: A Deep Dive. *National Center for Biotechnology Information*, 16(10). DOI: 10.7759/cureus.72499
- Arab, E. y Díaz, A. (2015). Impacto negativo de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista médica clínica Las Condes*, 26(1).
<https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Basterra, M. y Cabrera, L. (2021). *Las redes sociales y su influencia en trastornos como la depresión en los jóvenes* [Trabajo de fin de grado, Universidad de La Laguna]. Repositorio Institucional RIULL. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/23966>
- Borda, E. y Muñoz J. (2019). *Uso excesivo de las redes sociales y las relaciones interpersonales en estudiantes de nivel secundario* [Tesis de grado, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio Institucional UNSA.
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9453>
- Cepeda, M. (2021). *Las relaciones interpersonales en el desempeño laboral del personal administrativo del Gobierno Autónomo Descentralizado del cantón Otavalo* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte]. Repositorio Institucional UTN.
<https://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10939/2/05%20FECYT%203752%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

- Chenche, F., Llaguno, B., Contreras, J. y Rivera, L. (2023). Relaciones interpersonales en la convivencia personal. *RECIMUNDO*, 7(1), 372-380.
[https://doi.org/10.26820/recimundo/7.\(1\).enero.2023.372-380](https://doi.org/10.26820/recimundo/7.(1).enero.2023.372-380)
- Chira, F. (2020). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio nacional de Huancavelica* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional USIL. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/7a87e31c-7a6b-42d9-ad47-5ebe414796ac/content>
- Cía, A. (2014). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de neuro-Psiquiatría*, 76(4), 210.
<https://doi.org/10.20453/rnp.v76i4.1169>
- Colonio, D. (2023). Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes latinoamericanos entre el 2020-2022. *Propósitos y representaciones*, 11(2).
<https://doi.org/10.20511/pyr2023.v11n2.1759>
- Collantes, K, y Tobar, A. (2023). Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.300>
- Cornejo, M. y Tapia, M. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos en Humanidades*, vol. XII, núm. 24, 2011, pp. 219-229. Fundamentos en Humanidades. <http://fundamentos.unsl.edu.ar/pdf/articulo-24-219.pdf>
- Cortés, F. (2019). *Dificultades interpersonales y adicción a las redes sociales en adolescentes escolares de Lima* [Tesis de grado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas].

Repositorio académico UPC

<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/625727>

Day, M. (2018). *De la Identidad a la Autonomía: Los movimientos sociales en Red en la Obra de Manuel Castells* [Reseña del libro *Redes de Indignación y Esperanza. Los movimientos sociales en la era de internet de Manuel Castells*].

https://www.academia.edu/38643926/Rese%C3%B1a_Red_de_Indignaci%C3%B3n_y_Esperanza_Segunda_Edici%C3%B3n_Manuel_Castells

De Grande, P. (2019). *Sobre la libertad. Estructuras sociales de la autonomía individual*.

Ediciones Universidad del Salvador.

<https://www.aacademica.org/pablo.de.grande/64/5.pdf>

DeVellis, R. (2012). *Scale Development, Theory and Applications*. Los Ángeles: SAGE.

<https://tms.iau.ir/file/download/page/1635238305-develis-2017.pdf>

Domínguez, J. y Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2).

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5693203>

Escurre, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). *Liberat Revista de Psicología*, 20(1), 73-91.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>

Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencia*, 4, 435-448.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4113810>

- Echeburúa, E., y De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Echeburúa, E. y Fernández J. (2006). *Adicciones conductuales: Características y vías de intervención 2da edición actualizada*. Formación Continuada a Distancia - FOCAD. España. https://www.researchgate.net/publication/235779745_Adicciones_sin_drogas
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *Características: ¿Qué cambios y conductas son esperables en la adolescencia?* UNICEF. Uruguay. <https://www.unicef.org/uruguay/media/5416/file/Ficha120Caracter%C3%ADsticadelaadolescencia.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2020). *Redes Sociales y Adolescentes: lo que tenés de saber*. UNICEF. Uruguay. <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/digital/redes-sociales-y-adolescentes-lo-que-tenes-que-saber>
- Fowks, C. (2015). *Internet en el Perú*. Datum Internacional https://www.datum.com.pe/new_web_files/files/pdf/Internet.pdf
- Freud, S. (1920). *Más allá del principio del placer*. Freeditorial. <https://web.seducoahuila.gob.mx/biblioweb/upload/MAS%20ALLA%20DEL%20PRINCIPIO.pdf>
- Garces, E., y Rivas, S. (2021). *Dificultades interpersonales en escolares del nivel secundario de san Martín de Porres, Lima, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28862/Garces%20Osorio%2C%20Ellen%20Sofia%20-%20Rivas%20Sabino%2C%20Silvia%20Andrea.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- García, M. (1996). Comunicación y Relaciones Interpersonales. *Tendencias pedagógicas*, 1-17.
<http://hdl.handle.net/10486/4951>
- González, B. (2024). *Autoestima y uso de redes sociales en adolescentes: Revisión sistemática* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Loja] Repositorio Institucional UNL.
https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/30596/1/BettyEsperanza_GonzalezHerrera.pdf#:~:text=A%20medida%20que%20las%20redes,por%20las%20expectativas%20de%20imagen
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista P. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill Education.
https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Inglés, C., Méndez, X., e Hidalgo, M. (2001). Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia. *Psicothema*, 12(3), 390-398.
<https://www.redalyc.org/pdf/727/72712310.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2023). *Producción Nacional marzo 2023*.
<https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-861-de-la-poblacion-de-6-a-17-anos-hace-uso-de-internet-mediante-el-celular-en-el-tercer-trimestre-de-2023-14668/>
- Instituto Nacional de Salud Mental (2010). *Situación de la Salud Mental en la Región Apurímac*.
<https://www.insm.gob.pe/direcciones/colectiva/proyectoapurimac/saludmental/respuestasocial.html>
- Klimenko, O., Cataño, A., Otálvaro, I. y Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de

- estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 1-33.
<https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- Landio, M. (2023). *Riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de nivel secundario de la IE Inmaculada de Curahuasi 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio Institucional UNAP.
<https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/19676>
- Lucano, A. y Tamariz, J. (2023). *Adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de secundaria, Caraz – 2023* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/135519>
- Merlos, E. y Rivera, N. (2021). *Los jóvenes y las redes sociales*. Fundación Nacional para el Desarrollo - FUNDE. <https://repo.funde.org/1733/1/RSocJ%C3%B3.pdf>
- Ministerio de Educación del Perú. (2019). *Encuesta Nacional de Convivencia Escolar y Violencia en la Escuela 2019 - ENCEVE*.
http://www.siseve.pe/Web/file/materiales/Otrosdocs/Resultados_ENCEVE_2019.pdf
- Morales, L. (2024). *Adicción a redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa de Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad de Chiclayo]. Repositorio Institucional UDCH.
<http://repositorio.udch.edu.pe/handle/123456789/161>
- Nieves, R. y Ruiz E. (2018). La adicción a las redes sociales en una muestra de empleados de varias organizaciones del sureste de Puerto Rico. *Revista Unifé*. 26(2):201-210 DOI: 10.33539/avpsicol.2018.v26n2.1191
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J. y Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis*. Ediciones de la U.

- https://edicionesdelau.com/wp-content/uploads/2018/09/Anexos-Metodologia_%C3%91aupas_5aEd.pdf
- Organización Mundial de la Salud [OMS], (2024). *Adolescentes, pantallas y salud mental*.
<https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health#:~:text=The%20rise%20in%20problematic%20social,overall%20health%20and%20academic%20performance>
- Ortiz, M. (2024). *Adicción a las redes sociales y dificultades interpersonales en estudiantes de secundaria de una institución pública en Tumbes 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Tumbes]- Repositorio Institucional Untumbes.
<https://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/65406>
- Pellegrino, A., Stasi, A. y Bhatiasevi, V. (2022). Research trends in social media addiction and problematic social media use: A bibliometric analysis. *Frontiers in psychiatry*, 13, 1017506. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.1017506>
- Peñalba, A. y Imaz C. (2019). Dificultades en las relaciones interpersonales y Fear of Missing Out: ¿predictores del riesgo de adicción a las redes sociales? *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*, 36(3), 6-20 <https://doi.org/10.31766/revpsij.v36n1a1>
- Peris, M., Maganto, C. y Garaigordobil, M. (2019). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 30-36.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6399729>
- Quintana, A. (2023). Salud mental en adolescentes: Adicción a redes sociales. *Journal of neuroscience and public health*, 3(1), 409-417. <https://doi.org/10.46363/jnph.v3i3.2>

- Quintero, J. (2011). *Teoría de las necesidades de Maslow* [Tesis de posgrado, Universidad de San Felipe] <https://www.sanfelipe.edu.uy/wp-content/uploads/2017/04/Teor%C3%ADa-de-Maslow-de-EVA-Udelar.pdf>
- Ramirez, A. (2022). *Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación interpersonal en los adolescentes* [Tesis de grado, Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional PUCE. <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/7535>
- Reinoso, R. (2019). *Dificultades interpersonales en la adolescencia en alumnado ecuatoriano* [Tesis doctoral, Universidad de Alicante]. <http://hdl.handle.net/10045/102470>
- Salazar, G. (2022). *Adicción a las redes sociales y las relaciones interpersonales en los estudiantes de 5° año de secundaria de la I.E. “Las 200 Millas” del Callao* [Tesis de posgrado, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/9559>
- Secretaria Nacional de la Juventud. (2023). *El 32.3% de jóvenes de 15 a 29 años presentaron algún problema de salud mental*. Ministerio de Educación. <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>
- Toro, L. (2020). *Fortalecimiento de las relaciones interpersonales desde los lenguajes expresivos por medio de estrategias lúdico pedagógicas en la institución educativa Jesús María - El Rosal* [Tesis de pregrado, Institución Universitaria Tecnológico de Antioquia, Colombia]. <https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tdea/781/Relaciones%20interpersonales.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Urueña, A., Ferrari, A., Blanco, D. y Valdecasa, E. (2011). *Las Redes Sociales en Internet. Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (ONTSI)*.
https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos_ficha.aspx?id=3614
- Valkenburg, P. y Peter, J. (2007). Online Communication and Adolescent Well-Being: Testing the Stimulation Versus the Displacement Hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1169-1182. DOI: 10.1111/j.1083-6101.2007.00368.x
- Yauri, J. (2024). Adicción a redes sociales y dificultades internacionales en adolescentes de una escuela pública de San Martín de Porres. *Estudios y perspectivas revista científica y académica*, 4(4), 2662–2682. <https://doi.org/10.61384/r.c.a.v4i4.819>
- Zapata, A. (2023). *Las habilidades sociales y las relaciones interpersonales de los estudiantes de octavo año de EGB de la unidad educativa “Vicente León” de la ciudad de Latacunga* [Tesis de grado, Universidad Técnica de Ambato, Ecuador].
<https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/99b51e57-13b4-46de-bbee-342fb88ef5ca/content>

Anexos

Matriz de consistencia

Consentimiento informado

Asentimiento informado

Instrumento para medir la variable adicción a las redes sociales

Instrumento para medir la variable dificultades interpersonales

Anexo 1. Matriz de consistencia

Problema de Investigación	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>General</p> <p>¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025?</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025? • ¿Cuáles son los niveles de dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025? • ¿Cuál es la relación entre la dimensión: “obsesión a las redes sociales” de adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° de 	<p>General</p> <p>El objetivo general de la investigación es determinar la relación que existe entre las dificultades interpersonales y la adicción a las redes sociales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025. • Identificar los niveles de dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025 • Determinar la relación entre la dimensión: “obsesión a las redes sociales” de 	<p>General</p> <p>Existe relación entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.</p> <p>Específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación entre la dimensión: “obsesión a las redes sociales” de adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025. • Existe relación entre la dimensión: “falta de control de las redes sociales” de adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de 	<p>Variable 1:</p> <p>Adicción a las redes sociales</p> <p>Variable 2:</p> <p>Dificultades interpersonales</p>	<p>Población:</p> <p>La población de este estudio es de 240 estudiantes en total, entre 4° y 5° de secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes de Abancay.</p> <p>Muestra:</p> <p>La muestra será el total de 196 estudiantes de la población.</p> <p>Técnica y tipo de muestreo:</p> <p>La muestra es censal.</p> <p>Técnica de recolección de datos:</p> <p>La encuesta.</p> <p>Instrumento de recolección:</p> <p>Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Cuestionario de evaluación de</p>

<p>secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre la dimensión: “falta de control de las redes sociales” de adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025? • ¿Cuál es la relación entre la dimensión: “uso excesivo de las redes sociales” de adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025? 	<p>adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre la dimensión: “falta de control de las redes sociales” de adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025. • Determinar la relación entre la dimensión: “uso excesivo de las redes sociales” de adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025. 	<p>un colegio de la ciudad de Abancay, 2025.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación entre la dimensión: “uso excesivo de las redes sociales” de adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de un colegio de la ciudad de Abancay, 2025. 	<p>dificultades interpersonales en la adolescencia (CEDIA).</p>
---	---	--	---

Anexo 2. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Propósito del estudio:

Estamos invitando a su menor hija a participar en un estudio para evaluar la correlación que existe entre la adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales. Este es un estudio que será desarrollado por la Facultad de Psicología de la Universidad Continental.

Si decide que su hija participe en este estudio, se realizará lo siguiente:

1. Se aplicará un cuestionario de Adicción a las redes sociales
2. Se aplicará un cuestionario de Dificultades interpersonales

La aplicación de los instrumentos durará en promedio de 30 minutos

Riesgos:

La aplicación del instrumento no demandará ningún riesgo para su salud.

Beneficios:

Se beneficiará de una evaluación clínica, se informará de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan de la prueba realizada. Los costos y el análisis de las mismas serán cubiertos por el estudio y no ocasionarán gasto alguno.

Costos y compensación

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio.

Derechos del participante:

Si decide participar en el estudio, puede retirarse de este en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin que ello ocasione ningún perjuicio para usted.

Una copia de este consentimiento informado le será entregada

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente que mi menor hija participe en este estudio, comprendo las actividades en las que participará si decido que ingrese al estudio, también entiendo que puede decidir no participar.

CONTACTO DEL INVESTIGADOR

Para cualquier consulta relacionada con el presente estudio contáctese con:

Samantha Estrada Villafuerte

922162609

Samesvi00@gmail.com

Nombres y Apellidos

Nombres y Apellidos

Participante

Participante

Fecha y Hora

Fecha y Hora

Anexo 4. Instrumento para medir la variable adicción a las redes sociales

Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS)

A continuación, se presentan 24 premisas referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas incorrectas o correctas. Marque con una (X) en el espacio que corresponda a lo que usted siente, piensa o hace:

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

	DESCRIPCIÓN	S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectada 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 conectada 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 desconectada de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansiosa cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar a las redes sociales me produce alivio y 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 había destinado al principio.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso 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	Aún 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 conectada a las redes sociales.					
18	Estoy atenta 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 conectada a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectada a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, 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 aburrida.					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

Anexo 5. Instrumento para medir la variable dificultades interpersonales

Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en Adolescentes (CEDIA)

FORMA CHICAS

Nombres y Apellidos:..... Grado y sección:.....

Edad:..... Institución Educativa:.....

Las siguientes preguntas se refieren a la dificultad que puedes tener para relacionarte con otras personas. Debes señalar con una (X) el grado de dificultad que, generalmente, te supone cada relación. Nos referimos tanto a aquellas situaciones en las que no sabes cómo responder o actuar (por ejemplo, te callas y te pones roja), como a aquellas en las que crees que te ha excedido con la otra persona (por ejemplo, le faltas el respeto y luego te arrepientes).

MaD = Máxima dificultad	BD = Bastante dificultad	MeD = Mediana dificultad	PD = Poca dificultad	ND = Ninguna dificultad
--------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	-----------------------------	--------------------------------

	¿TIENES DIFICULTAD PARA...	MaD	BD	MeD	PD	ND
1	Decirle a la cajera que te ha devuelto 3 soles menos?					
2	Hacer cumplidos (piropos, etc) a un chico que te interesa?					
3	Exponer en clase un trabajo que has preparado?					
4	Pedir a un camarero que te atienda primero que alguien que llegó después?					
5	Expresar tu opinión en una asamblea de estudiantes cuando no estás de acuerdo con lo que dicen?					
6	Decirle a un desconocido que se mete en la cola que espere su turno?					
7	Preguntarle al profesor en clase cuando no entiendes algo?					
8	Iniciar una conversación con un chico al que conoces en la parada de autobús?					
9	Opinar en contra si no estás de acuerdo con tus padres?					
10	Quejarte a un camarero cuando te sirve la comida en mal estado?					
11	Decirle a un chico que acaban de presentarte que te gusta cómo se viste?					
12	Dar las gracias a tus amigo/as cuándo salen en tu defensa?					
13	Pedirle a un desconocido que apague su cigarrillo porque te molesta?					
14	Vender la lotería por la calle para el viaje de estudios?					
15	Pedirle información a un camarero si tienes dudas sobre el menú?					
16	Salir de voluntaria a la pizarra a pesar de que no te sientes preparada?					
17	Preguntar a un desconocido una dirección cuando te pierdes?					
18	Preguntar en la ventanilla de un banco qué hacer para abrir una cuenta de ahorros?					
19	Decirle a un familiar que te molestan sus bromas pesadas?					
20	Expresar tu punto de vista ante tus compañeros de clase?					
21	Invitar a un chico al cine?					
22	Dar las gracias a un/a amigo/a que te ayuda en tus tareas escolares?					
23	Defenderte cuando tus padres te culpan de algo que no has hecho?					
24	Decirle a un vecino que no te deja estudiar con el ruido que está haciendo?					
25	Defenderte cuando un familiar te acusa de haberle malogrado algo suyo?					
26	Acercarte y presentarte a un chico que te gusta?					
27	Disculparte con un/a amigo/a con quien te pasaste discutiendo?					
28	Devolver un artefacto o prenda defectuosa a la tienda donde lo compraste?					
29	Decir que no a un amigo/a que te pide prestado algo?					
30	Defender a un amigo/a tuyo/a cuando está siendo criticado/a por otros?					
31	Quejarte a tus padres cuando no te dejan ir a un paseo del colegio?					
32	Iniciar una conversación con un chico que te atrae?					
33	Decir que no a un mendigo que te pide dinero?					
34	Pedirle a un desconocido que te ayude si te caes?					
35	Pedirle a un camarero que te cambie una bebida por otra que ya has pedido?					
36	Pedirle salir a un chico?					