

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**La soledad y la adicción a las redes sociales
en adolescentes**

Joule Bryan Torres Donayres

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

Huancayo, 2022

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



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

DEDICATORIA

A mis padres y mi familia en general, que fueron el apoyo incondicional, ya que me ayudaron a seguir mi camino.

RESUMEN

La investigación que se presenta tuvo como objetivo determinar la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021 (Junín). El tipo de estudio corresponde a la investigación básica, cuantitativa y transversal. Además, el diseño fue correlacional, siendo la población de 2000 y la muestra de 240 estudiantes en total. Asimismo, los instrumentos con los cuales se recogió la información fueron los siguientes: la escala de soledad de Jon Gierveld y el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Ambos instrumentos con validez y confiabilidad otorgados para efectos de la presente investigación.

Para comprobar la hipótesis se utilizó la prueba Rho de Spearman. Los resultados de la investigación indican que no existe relación significativa entre soledad y adicción a las redes sociales, soledad y obsesión por las redes sociales, soledad y falta de control personal, y soledad y uso excesivo de redes sociales.

Palabras clave: soledad, adicción, obsesión, redes sociales.

ABSTRACT

The research presented was aimed at determining the relationship between loneliness and addiction to social networks in students of a public school in Huancayo, 2021 (Junín Department). The type of study corresponds to basic research, a quantitative and cross-sectional method. The design was correlational and the level was descriptive, with the population of 2000 and the sample of 240 students in total. The instruments with which the information was collected were: the Jon Gierveld loneliness scale and the social media addiction questionnaire (ARS). Both instruments with validity and reliability granted for the purposes of this research.

Spearman's Rho test was used to test the hypothesis. The research results indicate that there is no significant relationship between loneliness and addiction to social networks, loneliness and obsession with social networks, loneliness and lack of personal control, and loneliness and excessive use of social networks.

Keywords: Loneliness, addiction, obsession, social networks.

ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA	2
RESUMEN	3
ABSTRACT.....	4
ÍNDICE DE CONTENIDO	5
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I	12
PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	12
1.1. Planteamiento y Formulación del Problema	12
1.2. Objetivos de la investigación	15
1.2.1. Objetivo general.....	15
1.2.2. Objetivos específicos	16
1.3. Justificación e Importancia de la Investigación	16
1.3.1. Justificación práctica.....	16
1.3.2. Justificación científico-académica	17
1.3.3. Justificación institucional.....	17
1.3.4. Justificación de la muestra	17
1.4. Delimitación de la Investigación.....	18
1.4.1. Espacial.....	18
1.4.2. Temporal	18
1.4.3. Conceptual	18
1.5. Hipótesis	18
1.5.1. Hipótesis general.....	18
1.5.2. Hipótesis específicas	18
1.6. Variables	19
1.6.1. Soledad.....	19
1.6.2. Adicción a las redes sociales.....	19
1.7. Operacionalización de las variables	20
CAPÍTULO II	23
MARCO TEÓRICO.....	23
2.1. Antecedentes del Problema.....	23
2.1.1. Antecedentes internacionales	23
2.1.2. Antecedentes nacionales	28
2.2. Bases Teóricas	30

2.2.1.	Modelo cognitivo de la soledad de Jong Gierveld	30
2.2.2.	Teoría de la adicción a las redes sociales.....	34
2.3.	Definición de Términos Básicos	39
2.3.1.	Adolescencia	39
2.3.2.	Artificialidad.....	39
2.3.3.	Posmodernidad e hipermodernidad.....	40
2.3.4.	Adicción	40
2.3.5.	TIC	41
2.3.6.	Soledad.....	41
2.3.7.	Redes sociales	41
CAPÍTULO III.....		43
DISEÑO METODOLÓGICO.....		43
3.1.	Método y Alcance de la Investigación.....	43
3.1.1.	Diseño de la investigación	43
3.1.2.	Tipo de la investigación	44
3.1.3.	Nivel de la investigación.....	44
3.1.4.	Población y muestra.....	44
3.2.	Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	46
3.2.1.	Instrumento 1: Escala de Soledad de Jong Gierveld.	46
3.2.2.	Instrumento 2: Test de Adicción a las redes sociales (ARS).	48
3.3.	Procedimiento	49
3.4.	Técnicas Estadísticas para el Procesamiento de Información.....	49
3.5.	Aspectos éticos.....	49
CAPÍTULO IV		51
RESULTADOS Y DISCUSIÓN		51
4.1.	Resultados y Análisis del Tratamiento de Información	51
4.2.	Resultados descriptivos generales.....	51
4.3.	Resultados Descriptivos de la Variable Soledad.....	53
4.4.	Resultados Descriptivos de la Variable Adicción a las Redes Sociales.....	53
4.5.	Tablas de Contingencia.....	55
4.6.	Prueba de Hipótesis.....	59
4.6.1.	Prueba de hipótesis general.....	59
4.6.2.	Prueba de hipótesis específica 1 “soledad y obsesión a las redes sociales”	60
4.6.3.	Prueba de hipótesis específica 2 “soledad y falta de control personal”	62
4.6.4.	Prueba de hipótesis específica 3 “soledad y uso excesivo de redes sociales”.....	63
4.7.	Discusión de Resultados	65

CONCLUSIONES	70
RECOMENDACIONES.....	72
Referencias.....	74
ANEXOS	77
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	78
Anexo 2: Autorización para encuesta	79
Anexo 3: Consentimiento informado para padres de familia.....	80
Anexo 4: Carta de compromiso de investigación	81
Anexo 5: Solicitud de evaluación de investigación por el comité de ética	82
Anexo 6: Informe de conformidad asesora	83
Anexo 7: Documento de aprobación del comité de ética.....	84
Anexo 8: Instrumentos de recolección de datos (juicio de expertos).....	85

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de la muestra de acuerdo al sexo.	51
Tabla 2 Distribución de la muestra de acuerdo a la edad.	51
Tabla 3 Distribución de la muestra según el grado.	52
Tabla 4 Distribución de la muestra de acuerdo al equipo que usa.	52
Tabla 5 Niveles de soledad.	53
Tabla 6 Niveles de adicción a las redes sociales	53
Tabla 7 Niveles de obsesión por las redes sociales	54
Tabla 8 Niveles de falta de control personal	54
Tabla 9 Niveles de uso excesivo de redes sociales	55
Tabla 10 Niveles de soledad y obsesión a las redes sociales	55
Tabla 11 Niveles de soledad y falta de atención personal	56
Tabla 12 Niveles de soledad y uso excesivo de redes sociales	57
Tabla 13 Niveles de soledad y niveles de adicción a las redes sociales	58
Tabla 14 Correlación entre nivel de soledad y nivel de adicción	60
Tabla 15 Índice de correlación entre soledad y obsesión a las redes sociales.	61
Tabla 16 Índice de correlación entre soledad y falta de control personal	63
Tabla 17 ÍNDICE de correlación entre soledad y uso excesivo de redes sociales	64

INTRODUCCIÓN

Hoy en día, tras lo acontecido en la pandemia por COVID-19, el mundo ha sufrido muchos cambios que han repercutido directamente en la salud física. Sin embargo, también ha habido cambios que han afectado la salud mental. La soledad ha sido un tema poco recurrente como tema de investigación a través de la historia. Desde hace tiempo, autores como Weiss, Eysenck, Sadler y Young, entre otros, trataron de parametrar lo referido a la soledad y su fenómeno multifacético. Sucede, asimismo, con este fenómeno masivo de la adicción a las redes sociales, cuyo mal se ha extendido gracias al brote COVID-19. Se pueden encontrar autores Andreassen, Malo, Aponte, y otros, que hicieron una revisión teórica y práctica del fenómeno adictivo de las tecnologías y las redes sociales.

En tiempos de pandemia, se ha visto que las personas han ido perdiendo calidad de relaciones sociales y las han reemplazado por las conexiones virtuales. De esa manera, surge un problema referido al uso de las redes sociales, y cómo estos puedan llevar al abuso, es decir, a una eventual adicción a las redes sociales. Ahora que los estudiantes de las escuelas públicas y privadas están obligados a usar las redes sociales como medio para forjar y mantener vínculos que antes eran presenciales, se han visto afectados en sus habilidades sociales, sus emociones u otros. Se sabe que los adolescentes buscan un apego diferente al de sus padres, en esta etapa de su vida, primando a sus compañeros, amigos o pareja, y la aceptación social, lo que los hace más propensos a sufrir de soledad, depresión, aislamiento o conductas desadaptativas.

Tras todo lo que se vive en el día a día de esta sociedad internetizada, es necesario que nuevos investigadores se unan a explorar los nuevos fenómenos que surgen en las puertas que se marcan en este decenio, y como consecuencia, a sus nuevas

problemáticas aún no contempladas bajo una lupa empírica. Esta investigación pretende ser una de las que cimenten bases para futuro proyectos de investigación en el campo de la psicología social, educativa y clínica.

Para ello se utilizó aspectos metodológicos del lado práctico en una muestra estudiantil de una institución educativa en la cual se aplicó los instrumentos confiables y válidos. De tal manera, que bajo un enfoque estadístico fuese posible arribar a resultados exactos respecto a la soledad y las prácticas estudiantiles respecto a las redes sociales. Los alcances de la investigación correlacional no tuvieron significancia por limitaciones que se pueden teorizar, pero no precisar con contundencia. Dicho esto, puede ser que una de ellas sea el poco compromiso de la muestra de estudio por haberse realizado todo desde la virtualidad. También la muestra no fue la suficiente para abarcar números más significativos.

Según lo dicho anteriormente, el presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una escuela pública de Huancayo, 2021.

La investigación está dividida en los capítulos siguientes. En el capítulo I, se planteó el problema actual que atraviesan los adolescentes, asimismo se estableció los objetivos generales y específicos, por los cuales se formuló las hipótesis generales y específicas. De la misma manera, se enfatizó en la importancia del estudio, la justificación para su desarrollo y una breve descripción de las variables.

En el capítulo II, se muestran los antecedentes internacionales y nacionales, junto con las bases teóricas y las bases que avalan la investigación. También se muestra la definición de términos.

En el capítulo III, se precisa el diseño metodológico, el cual engloba el tipo, el enfoque y el diseño. Seguido de ello, se detallan la población, la muestra según los criterios de inclusión y exclusión, así como los instrumentos aplicados y los aspectos éticos.

En el capítulo IV, se muestran los resultados del estudio obtenidos del análisis estadístico, dando a revelar las pruebas de hipótesis, sus relaciones entre variables y su respectiva discusión.

Por último, se especifican las conclusiones, las recomendaciones y los anexos donde se evidencian la bibliografía según APA, las pruebas y los permisos que abarcan la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Planteamiento y Formulación del Problema

Se ha dicho poco sobre el fenómeno que concierne a la soledad, acaso por el poco diálogo que suscita, y además por la complejidad inmersa en la cual se encuentra. A la soledad se la puede entender como un fenómeno imprescindible de los humanos puesto que al nacer lo hacen desuniéndose de la madre a la que estuvieron vinculados. Se sabe, asimismo, que el hombre es un animal que destaca por lo social a pesar de nuestra condición antes mencionada. La soledad no solo es referida al hecho de la lejanía de las personas, de la cuestión física y presencial, sino que también se refiere a la emoción de sentirse ausente o de sentirse emocionalmente fríos con nuestros seres queridos. De todas formas, la diferencia entre estar solo y sentirse solo no es la misma, aunque ambas son dos caras de una misma moneda. Se puede definir a la soledad de una manera que la enmarca con más exactitud: el momento de un sujeto que al estar solo y, por lo tanto, al aferrarse al aislamiento; se encuentra en un estado de separación y a de abandono emocional (Muchnik y Seidmann, 2004).

La soledad del hombre es connatural a nuestra naturaleza, igual a la idea del hombre social. Nos sigue y persigue en todo el trayecto de nuestras vidas. Si nos enfocamos, en la etapa del adolescente, es importante porque es aquí cuando los más jóvenes, apoyados en la artificialidad y la era virtual, tienden a escapar de la sensación de soledad (pues ellos la entienden y sienten como algo negativo). Y lo hacen de formas fáciles, debido a los tiempos que corren y el avance tecnológico de la ilusión de estar en todos lados, pero en ninguno a la misma vez. La principal herramienta no es otra que el uso de las tecnologías de la información y comunicación, es decir, las redes sociales.

La dinámica generada es la del escenario tecnológico que ha causado una serie de situaciones negativas en el mundo real. Y por lo tanto se genera una vida paralela y virtual. La necesidad de estar en línea puede conllevar al impulso de entrar en las redes; a su vez, estos pueden causar signos y síntomas bastante parecidos al abuso de sustancias. Existe una creencia común que nos afirma que el aislamiento y la soledad dañan la racionalidad del ser humano. Puede que por eso ambas generen aversión. La relevancia de los medios internetizados es masiva, y ya cada vez hay menos personas que se resistan a las utilidades magnas de un mundo desbocado por vivir y más importante, sentir (Giddens, 2007).

Hace poco, ha surgido la atención por un nuevo fenómeno social, llamado el Fear of Missing Out (FOMO). Se refiere al miedo a perderse experiencias placenteras, por ello, se hace perenne la necesidad de estar conectado, lo cual puede generar ansiedad eventualmente. Con respecto a un adolescente, es un sujeto que le da importancia primaria al aspecto social; por lo que las redes sociales sirven para mermar la soledad de la que huyen. El escape de la soledad compensa las conductas desadaptadas, la pobre autoestima, los problemas relacionales con familia o amigos, los complejos de inferioridad, o las sintomatologías dependientes, depresivas, y otras.

Se conoce que el 18 % de los adolescentes del Reino Unido son diagnosticados como usuarios patológicos de las redes sociales. Otros estudios internacionales de la organización no gubernamental Protégeles, que es afín a los propósitos de comisión europea, afirma que el 21.3 % de los jóvenes tiende a volverse adictos a las tecnologías del nuevo milenio. Y el 1.5 % de ellos ya lo son.

Las redes sociales son de fácil acceso. Esta es tan adictiva, porque depende del miedo a perderse de una noticia, una notificación o de un suceso al no entrar en la red. En 2018, en España, se informa que el 87 % de la población posee móviles, y los usa

en la mayor parte en horas diurnas. El 80 % de estos sujetos admite que ni bien se levantan cogen su celular. Estos datos son proporcionados por la Sociedad de Información de España. Por último, se afirma que únicamente el 24 % de los españoles tienen las preferencias de intimar en persona con los demás.

Los que por lo general usan estos aparatos son estudiantes de secundaria y los universitarios. De ellos, el 74.3 % hace uso diariamente Internet y si se compara con los últimos años, esta cifra va en aumento en una cifra por 3.2 %. El 89.8 % usa sus dispositivos para estar pendientes a sus conversaciones.

Y por la situación de la reciente pandemia, la situación en Perú ha cambiado de forma imprevista. Según los informes técnicos Estadísticas de las Tecnologías de información y comunicación en los Hogares (INEI, 2020), en el informe, el 40,1 % de los hogares del Perú, tiene acceso a Internet, incrementándose en 3,4 puntos porcentuales comparado al año anterior. De todos los hogares en el Perú, el 94,9 % de los hogares posee al menos una tecnología de la información y el 93,3 % de los hogares existe por lo menos un integrante con un teléfono inteligente.

El ingreso a las Tecnologías de información y comunicación, es común en hogares cuyo superior posee por lo menos la educación secundaria. Por lo que, en los hogares que hay personas con educación superior universitaria el 99,5 % hace uso de alguna TIC. En otros casos como los hogares con superiores que llegaron a una educación superior no necesariamente universitaria, los accesos son de 99,3 %. Y en los hogares que tienen como cabecilla una educación secundaria el 98,4 %. Por último, se registra que la educación primaria o menor tiene un nivel de 86,6 %.

Y es que, siguiendo las palabras de Zygmunt Bauman, “el imperio fundado por Marck Zuckerberg, a pesar de ser millonaria y exitosa, está sustentado por el miedo a la soledad” (Bauman, 2014, párr. 1). La soledad exterior y puede que la interior, se

intenta aplacar con el uso de las redes sociales. Para finalizar, se puede agregar una cosa más a este problema aún no visibilizado y prescindible. Lo siguiente es dicho por la misma Organización Mundial de la Salud: estamos próximos a padecer de una epidemia de soledad en todo el mundo. Esta afirmación no hace más que servir de advertencia, pues, así como vemos expandirse este fenómeno, por consecuencia la gente va a generar maneras de afrontamiento buenas o malas.

Es irónico que en este mundo superpoblado estemos cada vez más solos. Así, la pregunta que es vital hacerla es esta:

Problema general

¿Cuál es la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público de Huancayo, 2021?

Problemas específicos

¿Existe relación entre la soledad y la obsesión a las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público de Huancayo, 2021?

¿Existe relación entre la soledad y la falta de control personal en el uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público de Huancayo, 2021?

¿Existe relación entre la soledad y el uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público de Huancayo, 2021?

1.2. Objetivos de la investigación

1.2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

1.2.2. Objetivos específicos

- Establecer si existe relación entre la soledad y la obsesión por las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.
- Identificar si existe relación entre la soledad y la falta de control personal en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.
- Señalar si existe relación entre la soledad y el uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

1.3. Justificación e Importancia de la Investigación

1.3.1. Justificación práctica

La investigación se realiza porque existe la necesidad de identificar las dependencias que fueron originándose como problemas en este último par de decenios y en especial de este último par de años por el fenómeno de la pandemia COVID-19. También, aunque no sea propósito fundamental, ayudar a otros profesionales en la elaboración de terapias mejor enfocadas y con formas el sustento teórico de poder distinguir casos de soledad y adicción.

Para los propósitos de la investigación se utilizarán modelos estadísticos ya comunes en investigaciones similares. Estos serán recopilados gracias a estos instrumentos: la escala creada por Jong Gierveld y el Test de Adicción a las Redes Sociales. Por tanto, los resultados otorgarán precisión numérica, gracias a ella, será viable sacar conclusiones elaboradas y fundamentadas en evidencia.

De lo anterior, se obtendrá información real para la realización de posteriores estudios en otros trabajos de investigación o instituciones educativas. Asimismo, los resultados permitirán a la institución educativa la implementación de estrategias dirigidas a evitar la soledad y la adicción a las redes sociales, las cuales son tópicos que

interesan al autor a nivel profesional y personal, si bien la variable de la soledad es un estudio retador.

1.3.2. Justificación científico-académica

El presente estudio es relevante para el mundo científico, ya que sus resultados aportarán al campo académico acerca de la situación que atraviesa el mundo y sus personas respecto a las vivencias de la soledad y la adicción a las redes sociales. Conviene decir que en lo que respecta a las ciencias sociales, como el caso de la sociología, podrá ser de utilidad, ya que a través de los datos aportados y sus resultados se podrán especificar y estudiar con mayor eficiencia y eficacia los fenómenos investigados. Además de que el presente estudio pretende ser de los primeros en cimentar las bases de la soledad en materia de estudio estadístico en el campo de la psicología.

1.3.3. Justificación institucional

El desarrollo de esta investigación es de importancia, debido a que servirá como fuente de información valiosa a la propia institución de la cual es parte, para que así profesionales de la psicología, sociología u otros puedan tener a la mano los resultados obtenidos. En la propia institución incita a la promoción de actividades al departamento de psicología o psicopedagogía para intervenir en los adolescentes de tal forma que ello les ayude a mejorar sus estilos de vida, hábitos, y experiencias internas y externas en pro de un carácter de personalidad maduro, productivo y sano.

1.3.4. Justificación de la muestra

En la investigación realizada se usó a sujetos encuestados de una institución educativa pública que reúnen características propicias para un estudio de este tipo y con los instrumentos más adecuados a disposición de investigaciones pasadas. La

investigación se nutre de las experiencias de cada uno y con los resultados a partir de sus vivencias se puede conocer más a fondo la dinámica colectiva que hay en los colegios, tanto cosas buenas como malas. Esto nos llevará a la intervención de la problemática general.

1.4. Delimitación de la Investigación

1.4.1. Espacial

Esta investigación se desarrolló en un colegio público de Huancayo, con los grados 3.º, 4.º y 5.º de secundaria.

1.4.2. Temporal

La propuesta investigativa se desarrolló entre julio y octubre del 2021.

1.4.3. Conceptual

La investigación toma en cuenta lo que es la soledad y la adicción a las redes sociales como base para su desarrollo.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis general

Existe relación directa entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

1.5.2. Hipótesis específicas

- Existe relación directa entre la soledad y la obsesión por las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.
- Existe relación directa entre la soledad y la falta de control personal en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.
- Existe relación directa entre la soledad y el nivel de uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

1.6. Variables

1.6.1. Soledad

La soledad es un constructo complejo referido al estado de estar solo físicamente y las emociones que repercuten en cada persona debido a este suceso.

1.6.2. Adicción a las redes sociales

La adicción a las redes sociales es un tipo de adicción de los últimos años que refiere al hecho de estar conectado a un aparato o dispositivo por mucho tiempo, generando así un hábito excesivo y por lo mismo dañino para la persona.

1.7. Operacionalización de las variables

Título: La soledad y la adicción a las redes sociales en adolescentes			
Variable de estudio: Soledad			
Conceptualización de la variable: “Es un fenómeno multidimensional que varía en intensidad, causas y circunstancias. Es una respuesta frente a la ausencia significativa de relaciones interpersonales, concebido como un sentimiento o experiencia desagradable y subjetiva” (De Jong, 1978).			
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Emocional: “Es la ausencia de relaciones de apego, es decir, de relaciones significativas para esa persona. La ausencia provoca sensaciones de vacío, y el deseo de tener alguien especial con quien compartir la vida” (Weiss, 1973)	<ul style="list-style-type: none"> • Siente una sensación de vacío a su alrededor. • Le gustaría que la gente de su alrededor se preocupe más por él (ella). • En ocasiones se siente abandonado(a). • Siente que estar mucho tiempo solo(a) le hace daño. 	3,8,9,16	Ordinal
Social: “Es la carencia de relaciones afiliativas, cuando existe produce un sentimiento de marginalidad, de no ser aceptado, aislamiento y aburrimiento” (Weiss, 1973).	<ul style="list-style-type: none"> • Cuenta con una persona que le escucha cuando tiene problemas. • Le gustaría tener un buen amigo de verdad. • Tiene varias personas en su vida quienes le ayudan si tiene dificultades. • Suele pensar que tiene pocos amigos. • Tiene mucha gente en la que puede confiar completamente. • Hay suficientes personas con las que tiene una amistad muy cercana. • Puede contar con sus amigos siempre que los necesita. • Le gusta estar solo(a) para reflexionar sobre sí mismo(a). • Cuando le va mal en el colegio, prefiere estar con sus amigos en vez de solo(a). • Le gusta salir con amigos(a). • Cuando se siente solo(a) suele recibir el apoyo de sus amigos. • Le agrada ayudar a sus amigos cuando tienen dificultades. 	1,2,4,5,6,7,10,11,12,13,14,15	Ordinal

Título: La soledad y la adicción a las redes sociales en adolescentes

Variable de estudio: Adicción a las redes sociales

Conceptualización de la variable: “Patrón de comportamientos que afectan a la salud del individuo, relacionadas con un trastorno de impulso y de hábitos, que tienen como consecuencia el uso y abuso de las redes sociales y TIC” (Andreassen, 2015).

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Obsesión por las redes sociales: “patrón de conductas descuidadas en las que prepondera la preocupación sobre el uso de redes, la intolerancia y cambios de humor en periodos de abstinencia” (Andreassen, 2015)	<ul style="list-style-type: none"> • Necesita cada vez más tiempo para atender sus asuntos relacionados con las redes sociales. • El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no le satisface, necesito más. • No sabe qué hacer cuando queda desconectado(a) de las redes sociales. • Se pone de malhumor si no puede conectarse a las redes sociales. • Se siente ansioso(a) cuando no puedo conectarse a las redes. • Puede desconectarse de las redes sociales por varios días. • Aun cuando desarrolla otras actividades, no deja de pensar en lo que sucede en las redes sociales. • Descuida a sus amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. • Su pareja, o amigos, o familiares; le han llamado la atención por la dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. • Cuando está en clase sin conectar con las redes sociales, se siente aburrido(a). 	2,3,5,6,7,13,15,19,22,23	Ordinal
Falta de control personal: “falta de capacidad para regular los impulsos de conducta, que generan desequilibrios personales y sociales” (Andreassen, 2015).	<ul style="list-style-type: none"> • Apenas despierta ya está conectándose a las redes sociales. • Piensa en lo que puede estar pasando en las redes sociales. • Piensa en que debe controlar su actividad de conectarse a las redes. 	4,11,12,14,20,24	Ordinal

- Se propone sin éxito, controlar sus hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.
- Descuida las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.
- Cree que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entra y usa la red social.

<p>Uso excesivo de redes sociales: “patrón de conductas desadaptativas asociadas al mal hábito y frecuencia de entrar a las redes sociales” (Andreassen, 2015).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Siente gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes. • Entrar y usar las redes sociales le produce alivio, le relaja. • Cuando entra a las redes sociales pierde el sentido del tiempo. • Generalmente permanece más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado. • Invierte mucho tiempo del día conectándose y desconectándose de las redes sociales. • Permanece mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. • Está atento(a) a las alertas que le envían desde las redes sociales al teléfono o a la computadora. • Aun cuando está en clase, se conecta con disimulo a las redes sociales. 	1,8,9,10,16,17,18,21	Ordinal
---	--	----------------------	---------

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del Problema

2.1.1. Antecedentes internacionales

En el artículo titulado: “¿Son la soledad y la inteligencia emocional importantes para los adolescentes? La influencia de la victimización por acoso y ciberacoso en la ideación suicida”, Quintana Rey y Neto (2021), se buscó examinar (1) si la soledad mediaba la relación entre dos tipos de victimización entre iguales y la ideación suicida y (2) si la inteligencia emocional (IE) ejercía un papel reductor en una muestra extensa de adolescentes. Se analizaron datos transversales de una muestra de 1929 estudiantes (Edad = 14.65).

Para esto se utilizó un cuestionario de autoinforme para conocer las variables sociales y demográficas tales como sus cursos académicos, edad y sexo), los diferentes tipos de victimización entre pares (cibervictimización y victimización por acoso tradicional), la IE, la soledad y por último la ideación suicida. Los resultados identifican que la soledad solo reduce un poco la relación entre ideación suicida y la victimización por acoso. Por otra parte, la soledad no fue un reductor significativo entre la ideación suicida y la cibervictimización. También, se encontró que la victimización por acoso fue moderada por la inteligencia emocional. Cuanto más es la IE los efectos de la victimización por acoso serán menores en relación con la ideación suicida. Por consiguiente, se concluye que las intervenciones para incrementar las habilidades de inteligencia emocional podrían ayudar a disminuir la soledad y la ideación suicida en adolescentes que suelen ser víctimas de atosigamiento escolar.

Fernandes et al. (2020), en su artículo titulado: “El impacto del confinamiento por la COVID-19 en el uso de Internet y la evasión en los adolescentes”, realizaron un estudio referido a las consecuencias diarias en los adolescentes a causa de la pandemia. El objetivo fue examinar el golpe del confinamiento, comparándolo con hábitos antes de la pandemia. También, estudió la relación entre la adicción al juego, el uso de Internet y las preocupaciones por la COVID-19. A la muestra de adolescentes de varios países (India, Malasia, México y Reino Unido), se les aplicó cuestionarios online distribuidas por redes sociales. Los resultados mostraron que la muestra incrementó su uso de redes sociales. Las puntuaciones obtenidas en niveles altos de adicción al juego, el uso de redes sociales, y el uso abusivo de Internet. Asimismo, se vieron puntuaciones altas en depresión, aversión, soledad, ansiedad respecto a la pandemia, y malos hábitos de sueño. Según lo visto, el confinamiento por COVID-19 tuvo un efecto negativo en el bienestar psicosocial de la muestra, uso de Internet, todo esto sin tomar el lugar de residencia. El estudio hace hincapié en abordar el distrés de la pandemia con el propósito de disminuir el efecto de los afrontamientos desadaptativos.

Malo (2018) tiene una investigación llamada “Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles”. El objetivo fue precisar un perfil psicológico y social de la muestra que hacen uso compulsivo de redes sociales. El 48,1% con edades entre los 11 y los 18 años. La muestra se compuso por estudiantes de cuatro cursos de la enseñanza secundaria obligatoria (n=793), de 1.º y 2.º de bachiller (n=278) y de ciclos formativos (n=31). Las pruebas usadas para identificar el perfil de personalidad fueron los siguientes: NEO FFI, NEO Personality Inventory-Revised y Autoconcepto AF5, este último para el perfil social con dimensiones de tipos de consumo de TIC, apoyo social, y normas de uso de las TIC. El 12,8 % de uso abusivo se dio mayormente en mujeres. En cuestión de personalidad el perfil se calificó por:

impulsividad, neuroticismo, y autoconcepto académico, familiar y emocional. Los resultados mostraron asimismo el uso abusivo de TIC en hermanos y madres de familia; y el hecho de carecer de normas firmes para definir la personalidad social. Los factores protectores en el perfil se caracterizaron por las normas de uso y el hecho de ser varón; y la responsabilidad en el hogar. Por otro lado, los factores de riesgo constan del consumo exagerado de los hermanos y el aprendizaje de los demás hijos, y hacer el uso de redes sociales en tiempos de ocio.

Se concluyó que la muestra estudiada con altos puntajes en neuroticismo usa plataformas como Facebook para mantener el ánimo placentero y para esbozar la idea de que son partes de un grupo con el cual se identifican, así como, altos índices de impulsividad ante estímulos fuertes las cuales desencadenan el uso de las redes sociales. La autoestima es otra variable que evidencia que el grupo de uso exagerado a redes muestra poca valoración de sí mismos en torno a su círculo académico y familiar; y en lo que respecta al nivel de entendimiento de sus emociones y de cómo las muestran a los otros. Las variables de contexto exponen no haber diferencias de grupos de apoyo social de parte de familiares y pares.

Aponte et al. (2017), en el artículo de investigación llamado “Prevalencia de adicción al Internet y su relación con la disfunción familiar en adolescentes”, buscaron determinar la prevalencia de la adicción a las redes y si está relacionada con factores de familia como la disfunción familiar. El diseño fue un estudio descriptivo transversal, realizados en instituciones educativas de Ecuador. Se trabajaron con 390 adolescentes de aproximadamente 15 a 19 años, elegidos de modo aleatorio estratificado en la ciudad de Loja. El instrumento usado fue un cuestionario de caracterización familiar y además sociodemográfico, y además un cuestionario socioeconómico, un test de funcionamiento familiar (FFSIL) y el test de adicción a Internet (IAT). Los resultados

obtenidos dictaron que los adolescentes con adicción a Internet poseían mayor disfuncionalidad de familia siempre y cuando sus familias fueran reducidas ($p < 0,002$), si las redes sociales eran muy habituales ($p < 0,034$) y si su capa socioeconómica fuera medio convencional ($p < 0,025$). Asimismo, se evidenció mayor adicción adolescente en el año primero de bachillerato ($p < 0,003$), los cuales utilizaron como media 17 horas usuales por semana ($p < 0,008$). Por último, se vio no se tuvo en consideración las condiciones de vida de los adolescentes.

En las dimensiones de la funcionalidad familiar, se obtuvo más adicción en adolescentes con baja armonía, baja cohesión y baja comunicación. La conclusión fue que la prevalencia de adictos en Ecuador, en comparación con otros estados, es más alta en cantidad, pero en adicciones de nivel alto fueron bastante proporcionales. Los que mostraron estar en riesgo son quienes vienen de familias de personas reducidas, de zonas económicas medias y con dinámicas disfuncionales. Caso similar que sucede en adolescentes con baja afectividad y poca relación con sus familias y amigos.

Cock et al. (2016) tienen una investigación llamada “Implicaciones del abuso del Internet en la depresión e identidad de los adolescentes mexicanos”. El objetivo de tal investigación fue indagar y verificar si el abuso de Internet tiene repercusión en sus niveles de identidad y depresión. El estudio fue de carácter cualitativo y cuantitativo. La muestra fue de 45 estudiantes de ambos sexos, los cuales oscilaban entre 17 y 18 años. Se utilizó la Escala para el Uso Problemático Generalizado de Internet (GPIUS), el Inventario de Depresión de Beck. Los resultados mostraron que, si la persona más abusa del Internet, tanto mayores son los niveles de depresión que padecerán. Sin embargo, a nivel de inferencia no existe relación entre niveles de depresión abuso de internet. De la misma manera, el abuso a los servicios de red está condicionado por asuntos académicos, asuntos comunicativos y de tipo entretenimiento.

En el trabajo de Benitez et al. (2016), llamado “El aislamiento social como consecuencia del uso excesivo del Internet y móviles en adolescentes”, indagaron las consecuencias que desencadenan el origen de las adicciones o hacen mella en las relaciones interpersonales y por lo tanto en el aislamiento social. Los que participaron en la investigación fueron jóvenes de 14 y 16 años de secundaria Niños Héroes de México. Los participantes fueron seleccionados en forma aleatoria. Luego con todos los datos y aplicadas las escalas de adicción al móvil (Young, 1998), Adicción a Internet (Internet Addiction Test, Young, 1998) y la Escala de Soledad Social (Rubio, Pinel y Rubio, 2010) que se realizó la correlación de Pearson con el programa estadístico SPSS.

Los resultados mostraron, primero, que la relación entre la adicción al móvil y soledad social es baja. No obstante, la adicción a Internet y la soledad social revelaron altas correlaciones. Asimismo, se encontró adicción al móvil y adicción a Internet con relaciones estadísticas significativas. Esto quiere decir que un aparato móvil por sí mismo no es causante del aislamiento social. En cambio, si los móviles o computadoras tienen uso de Internet es posible que los adolescentes se enganchen al uso habitual y por lo tanto generen conductas de aislamiento. También, se observó que los usuarios con puntuaciones encima en adicción al móvil eran de 19.45 %. Respecto al cuestionario de adicción a Internet, el 55 % de los encuestados se encuentran arriba de la puntuación media (44.75 %). Por último, se vio al 60 % de los usuarios se ve con puntajes superior a la media de (13.85 %). Por tanto, se confirmó que no hay relación entre la adicción a Internet y uso de móviles, no obstante, un factor predisponente es la existencia de Internet ilimitado.

El uso descontrolado de los mismos lleva a preocuparse poco por la vida real y darle importancia a la vida virtual.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Inga (2019) realizó una tesis de nombre “Adicción a redes sociales, sentimiento de soledad y cansancio emocional en jóvenes universitarios” que fue transversal y de tipo correlacional. Su objetivo fue relacionar el cansancio emocional y sentimiento de soledad con la adicción a redes sociales. Asimismo, la muestra se conformó con 108 jóvenes, cuyas edades oscilaban entre 18 y 38 años de una universidad de Lima. Los cuestionarios aplicados fueron el Cuestionario de Adicción a redes Sociales, la Escala de Cansancio Emocional y la Escala de soledad. Además, el análisis de resultados arrojó que existe en efecto una correlación significativa entre cansancio emocional y adicción a las redes sociales. En otras palabras, si hay mayor adicción a las redes sociales mayor cansancio emocional habrá. También, se halló una correlación negativa entre adicción a redes sociales y sentimiento de soledad. Esto señala que a mayor adicción a las redes sociales habrá menor sensación de soledad.

Ikemiyashiro (2017) en su investigación: “Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos en Lima”, analizó las redes sociales y su uso excesivo en las distorsiones en las habilidades sociales. Su estudio buscó describir la relación entre el uso de redes sociales y las habilidades interpersonales de adolescentes de Lima. La investigación fue correlacional y los cuestionarios usados fueron los siguientes: el Test Adicción a las redes sociales de Ecurra y Salas (2014) y Escala de Habilidades Sociales de Gismero (2010). Los resultados muestran correlación negativa e inversa entre habilidades sociales y uso de la tecnología de la información.

Padilla y Ortega (2017) cuyo estudio se titula: “Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios”, analizaron la relación entre adicción a redes sociales en estudiantes de Psicología y Sintomatología Depresiva en una

universidad. Los instrumentos en cuestión fueron los siguientes: Cuestionario de Adicción (ARS) y el Inventario de depresión de Beck-Adaptado. De los resultados se desprende que el 38.3 % mostró niveles altos de adicción y síntomas depresivos. Además, se halló la relación que tanto se buscaba entre el incremento de las ambas variables estudiadas. Se concluye que las redes sociales encubren la pobre autoestima estudiantil, y para poder llevar el peso de los síntomas depresivos o el sobrellevar las carencias en las habilidades interpersonales.

Liberti et al. (2017) realizó una investigación llamada “Control psicológico y soledad en adolescentes”, se estudió la relación entre control psicológico parental y soledad en adolescentes de 12 a 17 años de dos colegios privados de Lima. La muestra se conformó por niños y adolescentes que en total fueron 242 participantes con ponderación en los hombres de 54 %. Se usó una Escala de Control Psicológico y la Escala de Soledad para Niños y Adolescentes (LACA). De ellas se hallaron correlaciones significativas en la variable de control psicológico de padre a hijos. La dimensión primera de soledad indica correlaciones significativas. La segunda fue negativa. Sin embargo, la dimensión de afinidad con la soledad se ligó con significancia y positividad con el control psicológico paternal; en tanto que la dimensión de odio a la soledad sólo se relacionó positivamente con el control psicológico maternal.

Reyes y Polín (2016), en su investigación “Riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad del este”, buscaron la relación entre redes y riesgo en cuanto hay compromiso con la adaptabilidad de conducta en los universitarios de primer ciclo. Los estudiantes fueron 350 de los dos sexos, de edades que oscilaban entre 16 a 20 años. Los instrumentos de recolección de datos fueron el Inventario de Adaptación de Conducta y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (2014). Los resultados indican que hay correlación

significativa y negativa entre el riesgo de adicción a las TIC y adaptación de conducta. En lo que respecta a la dimensión de obsesión por las redes sociales y adaptación de conducta se observa relación significativa y negativa. En las dimensiones restantes: falta de control en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales, los resultados son los mismos nombrados anteriormente. Esto significa que a mayor nivel de adicción a las redes sociales menor nivel de adaptación de conducta.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Modelo cognitivo de la soledad de Jong Gierveld

Soledad

La soledad es un constructo o una variable que no ha sido investigada como se debe. La soledad al ser de vocabulario cotidiano es difícil definirla con cabalidad. Según Weiss (1973), “la soledad es una condición altamente distribuida y gravemente preocupante” (p. 4). El hecho de que la soledad es un estado de ánimo y una condición es más severa que la ansiedad que sienten las personas en tanto sea crónica o duradera.

Hay otro autor que indica que la soledad “tan dolorosa y aterradora que las personas harán todo lo posible para evitar la soledad” (Carvajal, 2009, p. 281). Como se ve, la soledad la han definido de manera negativa la mayoría de las veces, aunque no sea siempre así pues “la soledad no es simplemente un deseo de cualquier compañía que uno desea, sino que va más allá hasta llegar a formas específicas de la compañía que uno desea” (Carvajal, 2009, p. 296).

Características

Las características de la soledad son las siguientes:

- Una sensación de vacío alrededor de la persona incluso si se está acompañado.
- Experiencia displacentera o desagradable no aguda sino vaga.

- Carencia de intimidad con familiares o pares.
- Por lo común vienen acompañadas de deficientes habilidades sociales.
- Retraimiento o ensimismamientos excesivos.
- Causan estrés a mediano y largo plazo.
- Percepciones lacerantes en torno a su propio autoconcepto.

Según el modelo de Jong Gierveld, cuanto mayor es la discrepancia entre las relaciones sociales deseadas y las que efectivamente se tienen, mayor es la experiencia de soledad. El postulado cognitivo más relevante es la subjetividad que hace el sujeto hace acerca su situación solitaria. Por supuesto, la evaluación es de determinados factores; y el reto es identificar los factores de precisión, frecuencia e intensidad respecto a la soledad. Parece que lo dicho es resultado de dos tipos de carencias: la primera está asociada con un déficit referido a círculos de apoyo social, y la segunda, vinculada con la carencia de apego. Ambos tipos de soledad son provocados por carencias en el sistema de apego. Ahora bien, la naturaleza de la carencia de relaciones, la clasificación más conocida es la del autor Weiss. Según el autor, la soledad es causante por una figura de apego emocional, y solamente puede remediarse con la incorporación de un apego emocional, o en todo caso, por la reintegración del vínculo que se había perdido. El aislamiento social está ligada a la ausencia de amigos, pares o pareja, y esta ausencia, ergo, se puede remediar por el hecho de tener más redes sociales de confianza. Jong Gierveld, define a la soledad como una experiencia subjetiva y personal. Y al respecto le da relevancia a las percepciones e interpretaciones de uno mismo sobre sus vínculos interpersonal. Los factores a considerar son cuatro: las características de los soportes sociales, las evaluaciones subjetivas de sus soportes interpersonales, las características de la personalidad y las variables demográficas y sociales. La cantidad y calidad de relaciones constituyen la descripción de la red social.

Existe cierto tipo de evidencia en el que la calidad de contactos que uno tenga pueda amainar el sentimiento, al contrario que la cantidad (De Jong, 1978).

El modelo explica que no tienen producto entre la soledad y la cantidad de contactos sociales. Tanto los factores de la situación cuanto los de disposición son la base para evaluar las subjetividades. Jong-Gierveld afirma que los soportes sociales incluyen variables de edad, estado civil, empleo sexo, entre otras como creencias de sus relaciones sociales y estado de vida. El grado de satisfacción con la red social estaría ligada por la evaluación de los contactos que se posee, en relación con los contactos que desearía tener (De Jong, 1978).

Para finalizar, las características de personalidad acerca de este modelo son tres: la introversión-extroversión, el concepto del *yo* y la ansiedad social. En este modelo se hace uso de una escala de privación social para medir la intensidad de la soledad. Se identifican tres tipos de privaciones: la primera es el deseo de un amigo o confidente, la segunda se refiere los sentimientos de vacío y la tercera son las experiencias de abandono. Es importante señalar que la propuesta de Jong-Gierveld es más que un modelo teórico que explica la soledad, es también un esquema de tipo estadístico donde las variables, la insatisfacción con la red social y el deseo de nuevas relaciones, son las que determinan sus diferentes grados de soledad (De Jong y Raadschelders, 1982).

2.2.1.1. Tipos de soledad

En su trabajo sobre los tipos de soledad, Jong-Gierveld y Raadschelders (1982) ofrecieron distinciones que derivan en modelos que explican el fenómeno de la soledad. Los autores identifican diferentes dimensiones relacionadas al objeto de estudio de tal variable: a) evaluación que hace el sujeto sobre su situación social que percibe, b) la clase de déficit social que experimenta y c) la perspectiva momentánea unida a la soledad.

De Jong y Raadschelders (1982) afirman que la evaluación subjetiva de la situación, desde una postura filosófica, a la soledad se la puede identificar de una manera positiva si se la entiende como una oportunidad para reflexionar, ensimismarse y para comunicarse con uno mismo. Tornándose a sí como un medio para fortalecer el carácter individual que permite el uso de cierto tiempo de asilamiento. Por otra parte, existe el lado negativo de la soledad, la cual ha recibido atención acaparadora y ha generado una tradición de tipo investigativa. Desde este apartado, es necesario acotar que el hecho de realizar estudios transculturales que demuestren las singularidades de la soledad y reafirmen su cualidad positiva o negativa en función de las características culturales, puede ayudar a entender el fenómeno contemporáneo de la soledad, sus causas y consecuencias para la vida diaria. Sobre lo dicho, se documentaron algunas diferencias culturales entre estadounidenses y alemanes, por ejemplo, los últimos percibían la soledad (solitud, también dicha) como un fenómeno positivo relacionado a palabras tales como *enérgico, sano y normal*; los primeros la denotaron y clasificaron como altamente negativa y la ligaron con el miedo o el vacío.

Si se habla de la perspectiva temporal o momentánea, la cual se refiere a la duración del fenómeno, Young identificó tres tipos: a) soledad crónica, la cual dura años y la persona se percibe no capaz de establecer relaciones sociales que le resulten placenteras; b) la soledad situacional, ligada por lo general con situaciones estresantes como el duelo de un familiar o la pareja, o problemas de comunicación con las mismas; c) la soledad transitoria, esta es la más usual y se relaciona con episodios cortos del sentimiento de soledad. (De Jong, 1978).

La tipología, explicada por Jong-Gierveld y Raadschelders, se basa en las siguientes variables de soledad: a) características emocionales-afectivas, las cuales hacen referencia a la carencia de la vivencia emocional como la alegría; y la existencia

de emociones displacenteras como la incerteza o miedo. b) Tipo de privación, relacionada a la naturaleza de las relaciones y los apegos. Los autores refieren que las personas deben tener en cuenta las relaciones significativas para su salud mental. Este aspecto puede dividirse, siguiendo con Jong-Gierveld, en tres subcategorías: i) sentimientos de privación relacionados a la ausencia de un apego primario e íntimo; ii) sentimientos de vacío y iii) sentimientos de abandono. c) La perspectiva del ahora también puede dividirse en tres componentes referidas a la proporción en la que el sujeto experimenta la soledad como: i) incambiable, ii) temporal y iii) de resignación.

2.2.2. Teoría de la adicción a las redes sociales

Adicción

La adicción en el comportamiento, especialmente la adicción al móvil, hoy en día, como señalan Kuss y Griffiths (2011), es la gratificación por cometer actividades adictivas donde el implicado buscará mantener y reforzar sus conductas adictivas. La adicción es un hábito y un estilo de vida dañino. Respecto al mundo tecnológico, los aparatos que hasta los niños ya empiezan a hacer uso, son causantes de dependencias precoces en menores de edad, quienes ya no pueden recrearse en otras actividades.

Características

Las características de la adicción son las siguientes:

- Alteraciones del estado de ánimo
- Irritabilidad
- Ansiedad
- Trastorno de sueño
- Preocupación excesiva
- Falta de control de impulsos

- Obsesiones y compulsiones

En la teoría de la adicción a las redes sociales se pueden encontrar un abanico de explicaciones posibles sobre las causas que suscitan este tipo de conductas y comportamientos. Entre ellos los más importantes son las siguientes:

Enfoque neurocientífico. Según Arnao y Surpachin (2016), pertenecientes al Centro de Información y Educación para el Uso y Abuso de Drogas (CEDRO), en su obra titulada “Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes”, hacen pequeña mención al neurocientífico Bill Davidow, quien fundamenta acerca del funcionamiento del cerebro en una situación en la que ya se ha desarrollado la conducta adictiva, es decir, el abuso de Internet o de redes sociales se produce a través de lo que se conoce como circuito de compulsión. Cuando una persona publica una foto o mensaje con la meta de lograr que le lleguen notificaciones y este es recompensado, el proceso de seguir haciéndolo será mayor y es así que un sujeto ingresa a un circuito de compulsión. Debemos decir que, al recibir una recompensa social, se activan las neuronas de placer, sean las dopamínicas las más comunes en los centros de placer del cerebro. El individuo analiza el acto como una fuente de placer una vez que ha ocurrido la recompensa, por ende, muy probablemente se repetirá la situación. Así se llega a convertirse en una obsesión, que generan ideas que conllevan a la realización de conductas impulsivas.

En cuanto al enfoque cognitivo-conductual Keegan (2021), esta se basa en la teoría de Aaron Beck, la que manifiesta que las adicciones deben ser observadas a través de una perspectiva biopsicosocial. Los individuos no nacen adictos, sino que seguramente han estado expuestos a ella durante sus primeros años hasta la adolescencia, por consiguiente, tienen mayor riesgo de ser una persona adicta, que

busca personas similares entre sí misma para naturalizar su comportamiento poco sano, esto significa que existe mayor relevancia cuando los niños pasan a la adolescencia, ya que con seguridad pasen a ser parte del círculo social donde existe la adicción. Desde este modelo también se tiene como respuesta una conducta recompensada; que ocasiona sensaciones en apariencia agradables y, a la vez, reduce las sensaciones displacenteras de la realidad, lo que hace que la conducta adictiva se mantenga.

Según la teoría cognitivo conductual de la adicción se explica que el fenómeno de la adicción al Internet, se expone los siguientes enunciados en cuanto a las adicciones psicológicas:

- a) La conducta adictiva se refuerza con patrones comportamentales sociales.
- b) El incremento de actividades gratificantes por frecuencia se va haciendo mayor con los meses.
- c) Se acrecientan conductas que tenga que ver con la adicción, asimismo el sujeto se le anula los intereses por las actividades que creía eran también gratificantes.
- d) El sujeto implicado no da relevancia a sus actos. Está sumido en la impulsividad y la poca racionalidad. También se activan otros fenómenos como la negación psicológica.
- e) Se producen anhelos frecuentes de aliviar la ansiedad y la tensión que solo se puede aliviar llevando a cabo por la propia adicción.
- f) El comportamiento de la persona se mantiene incluso con las crecientes consecuencias desastrosas que aquejan al sujeto. Se hacen muchas justificaciones para convencer a los demás y persuadirlos de que esta adicción en realidad es muy común.

- g) Los efectos negativos aumentan, pues incluso cuando hace intentos por zafarse de la adicción y de los estímulos que la provocan es incapaz de llevarles la contracorriente. Los intentos se vuelven vanos. La conducta de sí mismo es alarmante, pero no domable.
- h) La conducta adictiva se consolida por el malestar cada vez mayor y no por el placer. En tal caso la dosis de adicción sube y en tanto que el bienestar es poco duradero y poco efectivo.
- i) El sujeto implicado ya no reacciona ante su propia adicción y el malestar generalizado. La situación que afronta lo sobrepasa y no puede disminuirlo, porque son vanas las maneras que puede formularse para quitarse la adicción.
- j) La adicción es mayor. Se produce una crisis por un ámbito de la vida que ha sufrido las consecuencias, estas pueden ser por pérdida laboral, crisis familiar, roturas de vínculos amorosos, estafas y que por eso la familia haga algo para buscar tratamiento y ayuda.

Por consiguiente, se explica que la adicción se vuelve peligrosa por ser automáticas y porque ya no se tiene control sobre ellas y más bien controlan al sujeto como si fuera un parásito en su cerebro. La voluntad se ve reducida y el adicto ya no puede discernir entre lo bueno y lo malo para él mismo. Por tanto, opta por la gratificación que es lo único que puede hacer en su presente, no siendo consciente de las consecuencias a futuro.

Otro autor que aborda el tema de la adicción es Echeburúa (1998), quien sostiene lo siguiente:

La adicción se inicia con la vulnerabilidad psicológica, carencia de actividades placenteras y presión social. La vulnerabilidad psicológica hace relación a la

persona que presenta características de impulsividad, intolerancia a estímulos displacenteros, búsqueda de nuevas sensaciones, etcétera. “Si el sujeto no tiene ningún repertorio de actividades que le produzcan placer inevitablemente caerá en conductas repetitivas en relación con el Internet” (p. 38).

El mantenimiento se produce por el déficit del control de impulsos. Explica que “todas las conductas están determinadas en un inicio por reforzadores positivos, pero acaban siendo controlados por reforzadores negativos. Generalmente buscando alivio del malestar emocional como el aburrimiento o soledad” (Echeburúa, 1998, p. 44).

2.2.2.1. Modelo teórico de Escurra y Salas

Escurra y Salas se basaron en los aspectos teóricos del cuestionario creado por los indicadores del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales de la Asociación Psiquiátrica Americana o DSM-IV para el trastorno de control de impulsos no clasificados y para las adicciones a sustancias. La ludopatía, según el DSM-IV, es definida como un trastorno, “el cual suele presentarse progresiva y crónicamente, debido a que el sujeto que la padece tiene una incapacidad para controlar sus impulsos de jugar, lo que genera en una fuerte excitación previa a la conducta de juego” (APA, 1994). Esto se ha relacionado con el concepto de las tecnologías de la nueva era, las redes sociales y los juegos de computadora. La práctica de los juegos de azar, por ejemplo, es fácil de encontrar en la población, ya que su acceso es fácil y gratuito. De esta se obtiene un refuerzo gratificante luego de tal conducta, de esa manera genera una experiencia falsa de control sobre los resultados una vez acabado el juego, que llega así a convertirse en una adicción. Si la persona ya no tiene control sobre la adicción, suele adoptar conductas repetidas y compulsivas, las cuales generan siempre desequilibrios en la vida cotidiana, comprometiendo su normalidad emocional y conductual, similar a

los episodios depresivos que se hacen se hacen reconocibles por un patrón de comportamientos y pensamientos negativistas o fatalistas rozando el pánico.

Lo mencionado sucede en estadios avanzados del juego patológico. Los indicadores que hacen posible el diagnóstico de la ludopatía son las siguientes: “preocupación por el juego, jugar apostando muchas cantidades de dinero con la que consigue la suma excitación que requiere su cerebro, la ansiedad e irritabilidad si se trata de pausarle el hecho de jugar”, referido por la DSMV (APA, 2013). Estos fueron usados para construir y elaborar los ítems del cuestionario de Escurra y Salas.

2.3. Definición de Términos Básicos

2.3.1. Adolescencia

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano donde se producen cambios no solo biológicos, sino psicológicos emocionales y sociales. Según Amorin (2008), “la adolescencia proviene del latín del vocablo *adolescens* participio presente de *adolescere*: crecer” (p. 121). Para los romanos era ir creciendo e irse convirtiendo en adulto. La OMS considera que la adolescencia se extiende desde los 10 años hasta los 19 aproximadamente. El primer autor citado considera que “la adolescencia media como una etapa donde se destaca el aspecto psicológico, en el cual hay una crisis de identidad o llamado también un segundo nacimiento psicológico”.

2.3.2. Artificialidad

La artificialidad es todo lo que designa a la cultura y evolución tecnológica a lo largo de todo el tiempo del mundo. “Se afirma que el hombre logra domesticar la naturaleza para la conveniencia de su bienestar. Los entes naturales son sustituidos por artefactos, y sus hijos a su vez de mentefacturas previas. Asistimos al triunfo de la idea” (p. 670). Ortega y Gasset decía al respecto que los sujetos no tenemos naturaleza sino Historia. “En esta misma línea, los hombres más allá de tener una intrínseca naturalidad,

en realidad brillamos por nuestra Artificialidad, que es otra manera de decir, cultura” (Denegri, 2011, p. 670).

2.3.3. Posmodernidad e hipermodernidad

La hipermodernidad o el mundo globalizado en el cual vivimos es un mundo inmediato. Según Araujo (2011):

La aparición de un nuevo universo virtual que nos habla de una verdadera mutación civilizatoria que abarca todos los ámbitos. Todo está al alcance de todos. El individuo debe forjar su identidad, lo cual supone mantenerla en la adultez, en una sociedad que no es predecible. Deberá responder a las cuestiones que la sociedad le impone por el simple hecho de convertirse en adulto, cuando a su vez ésta se encuentra en constante cambio y movimiento. La comunicación, como hecho fundamental de esta época, el cual implica un nivel de soledad en el sujeto. La comunicación ha alcanzado niveles tan elevados, así como la facilidad de acceso, lo cual permite que los jóvenes ya no tengan la necesidad de juntarse siquiera para realizar un trabajo del liceo, pudiendo así estar en soledad, pero al mismo tiempo en contacto con todos e incluso en todas partes del mundo (p. 4).

2.3.4. Adicción

La adicción en el comportamiento, especialmente la adicción al móvil, hoy en día, como señala Kuss y Griffiths (2011):

“Son las actividades gratificantes que son siempre adictivas en sí, al menos la persona busca siempre mantener estas actividades siempre que pueda. Los móviles se proliferan ahora hasta en niños pues hay más uso en tiempo de móviles que en el tiempo de recrearse en otras cosas” (p. 9).

2.3.5. TIC

Se entiende por tecnologías de la información y la comunicación (TIC), a los “diversos programas en las que administran, transmiten y comparten la información mediante diversos aparatos tecnológicos. A las TIC se considera todo elemento que esté centrado principalmente en Internet, así como todo dispositivo electrónico en conexión con la red” (Kuss y Griffiths, 2011, p. 10).

2.3.6. Soledad

La soledad es un constructo o una variable que no ha sido investigada como se debe. Si bien es una palabra bastante popular y de uso cotidiano aún ahora no es posible definirla de manera cabal y absoluta. Según Weiss (1973), “la soledad es una condición altamente distribuida y gravemente preocupante” (p. 4). Y Sullivan (1974) concluyó que “el hecho de que la soledad de lugar a las integraciones de ansiedad severa, automáticamente significa que la soledad en sí es peor que la ansiedad” (p. 13).

2.3.7. Redes sociales

El término redes sociales se halla hoy en día referido, según Kuss y Griffiths (2011), a los “espacios virtuales donde los que los usan pueden crear perfiles sobre ellos mismos, interactuar con amigos que también están en línea y compartir determinados intereses” (p. 9). La plataforma más empleada es Facebook y WhatsApp con más de 1300 millones de personas usándolas. El hecho de conectarse a las redes sociales hoy en día está normalizado y es hasta necesario su uso, pues son requisitos para poder acceder a servicios y utilidades eficientes y eficaces. Las redes sociales vendrían a ser, como dijo Marshall (1995), “medios de comunicación del futuro que acentúan las extensiones de nuestros sistemas nerviosos, los cuales pueden ser separados del cuerpo y ser convertidos en colectivos. Especies de extensiones tecnológicas de la conciencia humana de nuestro sistema nervioso. Y ya que ahora los ordenadores y el Internet son

multimedias, también lo son las extensiones. Se puede hablar con una persona que no esté al alcance nuestro haciendo uso de aparatos tecnológicos” (p. 91). La necesidad de que una persona se encuentre cara a cara con la otra es cosa del pasado porque con las nuevas herramientas tecnológicas se puede hacer. Por tanto, se van sustituyendo las relaciones presenciales y dando cabida a la lejanía y frialdad de una cámara o una pantalla.

CAPÍTULO III

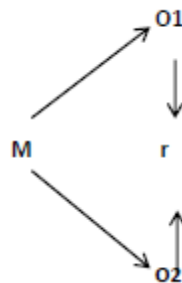
DISEÑO METODOLÓGICO

3.1. Método y Alcance de la Investigación

3.1.1. Diseño de la investigación

El diseño del presente estudio es correlacional y el plan de la estructura de la investigación es concebido de manera que se puedan obtener respuestas a preguntas de investigación. Por tanto, el plan es el esquema o programa general del estudio. Incluye un esbozo de lo que el investigador hará al escribir la hipótesis y sus implicancias operacionales para el análisis de los datos (Kerlinger, 1988).

Se esquematiza de la siguiente manera:



Donde:

M: Estudiantes de colegio de tercero, cuarto y quinto de secundaria.

O1: Soledad

O2: Adicción a las redes sociales

r: Relación

3.1.2. Tipo de la investigación

La presente investigación es de tipo básica, según Hernández et al. (2014), ya que refiere que este tipo está orientada a conseguir nuevos conocimientos de la realidad, usando formas sistemáticas de aproximarse a ellas. Se caracteriza porque se origina en un determinado marco teórico y se aferra a él. Su objetivo es incrementar, producir y revelar luz sobre un fenómeno no necesariamente siendo su fin los aspectos prácticos. El investigador que hace de este enfoque su vía para obtener conocimientos, lo hace porque requiere de conocer todo lo que se amalgame alrededor de un fenómeno más complejo o menos complejo. Para entender la propia realidad hay que indagar en problemáticas, y muchas veces los investigadores para poder cambiar su precaria realidad usan conocimientos básicos o puros para llevarlos recién a la práctica.

3.1.3. Nivel de la investigación

Al respecto, Tamayo y Tamayo (2006) refiere que el nivel de investigación es descriptivo, ya que comprende descripciones, registros e interpretaciones de la naturaleza y de los fenómenos. Dicho enfoque estudia una persona, un grupo sobre el presente. Por eso mismo, trabaja sobre realidades y hace un acercamiento para realizar interpretaciones correctas de la realidad e intenta conocer los aspectos más importantes del fenómeno que le interesa. Su investigación está referida a indagar y responder las siguientes interrogantes: ¿cómo es el fenómeno y cuáles son sus principales características?

3.1.4. Población y muestra

Hernández et al. (2014) refiere que una población es el conjunto de casos que van a coincidir con una serie de especificaciones o características de los cuales se pretende elegir una muestra. La población de esta investigación está conformada por

2000 estudiantes, obtenida de un colegio público de Huancayo, donde encontramos tantos varones como mujeres, cuyas edades oscilan entre 14 a 18 años.

La muestra, por su parte, refiere al subconjunto de la población que es representativa de la misma, es decir, posee características propias de la población, la cual permite generalizar los resultados (Hernández et al., 2014).

En esta investigación la muestra es no probabilística por conveniencia, ya que se tomará el rango de edad permitido, que estuvo conformada por 240 estudiantes, de cuarto y quinto de secundaria que oscilan en distintas edades desde 14 a 18 años, de ambos sexos, de un colegio público de Huancayo.

Criterios de selección

a) Criterios de inclusión

- Estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de un colegio público de Huancayo
- Colaboradores masculinos y femeninos.
- Padres de estudiantes que acepten el consentimiento informado
- Que tenga la facilidad de un equipo en línea y las redes para hacerlo.
- Edades indistintas dentro del rango permitido (14-18)

b) Criterio de exclusión

- Los estudiantes que no están presente el día de la evaluación y los estudiantes que no pertenecen a tercero, cuarto o quinto, o son de otras edades.
- Estudiantes que se rehúsen por distintos motivos a no participar en la investigación.
- Que el estudiante no haga uso de redes sociales.

3.2. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

La técnica usada en la presente investigación es la de la encuesta, la cual es considerada como una técnica de recogida de datos a través de interrogar a los sujetos para obtener medidas de los conceptos que han sido derivadas de una variable construida y que en ocasiones atiende realidades problemáticas. “La recolección de datos se hace a través de la aplicación de un instrumento que precisa ser de medición y la forma tipo protocolo de realizar las preguntas las cuales se registran para ser administradas a la población o una muestra” (Lopez & Fachelli, 2015, p. 35).

3.2.1. Instrumento 1: Escala de Soledad de Jong Gierveld.

Escala de Soledad de Jon Gierveld (Jon Gierveld & Kamphuis, 1987).

FICHA TÉCNICA

Nombre:	Escala de soledad de Jong Gierveld
Autor:	De Jong Gierveld
Año:	1987
Procedencia:	Holanda
Adaptación Perú:	Jose Luis Ventura León & Tomas Caycho (Universidad Privada del Norte)
Aplicación:	Individual o colectivo
Finalidad:	Medición del sentimiento de soledad del individuo para propósitos científicos y de investigación.
Duración:	3-5 minutos
Materiales:	Escala y lápiz. También se toma de forma virtual.

Descripción:

La presente escala fue adaptada por Buz y Prieto del 2013 y es un instrumento de exploración psicológica que puede ser aplicado de forma individual o colectiva. La presente posee una adecuada confiabilidad de 0.83 y una validez de $p=0.04 < 0.05$. Originalmente, la prueba posee 11 ítems, pero llevados al estadístico Alfa de Cronbach, se eliminaron 4 ítems. Asimismo, hubo la necesidad de crear más ítems para que exista representatividad de prueba. La escala por tanto llegó a tener 20 ítems, de los cuales se eliminaron cuatro para subir su porcentaje de confiabilidad, quedando con 16, los cuales llegaron al 0.83. La validez se realizó por juicio de expertos, encontrándose una concordancia de 0.001 en el apartado de “Claridad”, “Coherencia”, “Relevancia” y “Suficiencia”. La prueba se estructura en su estado natural de 11 ítems que no son factorizables, ya que es unifactorial y solamente tiene como objetivo evaluar el nivel de soledad, a pesar de que también hay autores que afirman que la prueba mide la soledad emocional y social.

La manera en cómo se califica es la siguiente: el instrumento tiene como tipo de respuesta la técnica Likert, teniendo como puntuación del 1 a 3 por medio de la siguiente escala: en desacuerdo (1); más o menos (2); de acuerdo (3). Siguiendo las recomendaciones de los autores de la escala, para realizar el cálculo de las puntuaciones, las respuestas deben ser dicotomizadas. Se da puntos a las respuestas “más o menos” o “no” de los ítems 1, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15 (ítems negativos). A los otros ítems, se les atribuye puntos si se responde “más o menos” o “sí”. De esta forma, la escala oscila entre 0 (ausencia de soledad) hasta 48 (soledad máxima). Este cuestionario se ha utilizado en personas dentro del rango de edades de la adolescencia hasta adultos tempranos.

3.2.2. Instrumento 2: Test de Adicción a las redes sociales (ARS).

Instrumento 2: Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) (Escurra y Salas (2014).

FICHA TÉCNICA:

Nombre: Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)

Autor: Miguel Escurra Mayaute & Edwin Salas Blas

Año: 2014

Procedencia: Lima, Perú

Aplicación: Individual o colectivo

Finalidad: Medición de la adicción a las redes sociales

Duración: 10 min. Aproximadamente

Materiales: Escala y lápiz. También se toma vía virtual.

Descripción:

Este instrumento fue adaptado por Edwin Salas Blas en el 2014. La prueba cuenta con la confiabilidad de 0.95 y la validez de $p=0.01 < 0.05$. El presente es asimismo un instrumento de exploración psicológica que se puede administrar tanto en forma individual como colectiva. El objetivo que persigue es evaluar el nivel de adicción a las redes sociales. La prueba consta de 24 ítems, las cuales se componen en tres dimensiones: primera dimensión es obsesión de las redes sociales, 10 ítems. Segunda dimensión: falta de control personal, 6 ítems. Tercera dimensión: uso excesivo de las redes sociales, 8 ítems. Se califica de la siguiente manera: el cuestionario en su versión final consta de 24 ítems que se puntúan en una escala tipo Likert cuyas respuestas van de nunca a siempre (0 a 4 puntos, respectivamente). Un puntaje mayor en una escala significa un nivel más alto de adicción. El instrumento tiene como tipo de respuesta la técnica Likert, teniendo como puntuación del 0 a 4 por medio de la siguiente escala:

nunca (0), rara vez (1), a veces (2), casi siempre (3), siempre (4). Excepto el ítem 13 que se puntúa de manera inversa.

3.3. Procedimiento

Los instrumentos se administrarán de forma colectiva a la totalidad de los sujetos de modo virtual a través de los correos o vía Whatsapp. Una vez que el docente a cargo facilite la nómina con los datos antes mencionados se les enviará el siguiente link que contiene el consentimiento informado para padres de familia: <https://forms.gle/PJqdi46bbL4q74bp8>

Los instrumentos en caso de que el apoderado acepte, se les dará en otro link, que es para los participantes de la investigación: <https://forms.gle/nvAzrh1wPf7Le2vj9>

Los participantes deberán rellenar ciertos datos y marcar sus respuestas personales a cada ítem planteado por el formulario de Google. Una vez se tenga las respuestas se procederá a exportar los datos a una planilla Excel, donde a su vez se tendrá que depurar los datos irrelevantes como la fecha y nombres, para finalmente llevarlos al programa estadístico de SPSS 25.

3.4. Técnicas Estadísticas para el Procesamiento de Información

Se realizó el análisis de datos con el programa estadístico de SPSS versión 25, haciendo un banco de datos vaciados de las encuestas. Se hizo un análisis descriptivo de las variables nominales tales como sexo, edad, entre otros, y se usa la prueba de Rho de Spearman, con una significancia de 0.05 para identificar si la correlación de ambas variables cualitativas de los test de soledad y de adicción a las redes sociales.

3.5. Aspectos éticos

En la presente investigación se consideró los principios éticos:

- Confidencialidad: los resultados fueron reservados.

- Consentimiento informado: hace referencia a la participación voluntaria de cada miembro de la muestra. En el instrumento también se indica que su desarrollo es voluntario. Si desea participar, desarrolla la escala, y si no desea, no responde a la escala.
- Se contó con la solicitud aprobada del director de la institución educativa. Dicho documento se presenta en anexos.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados y Análisis del Tratamiento de Información

A continuación, se presentan los resultados de la investigación. Para ello se darán a conocer primero los resultados descriptivos y posteriormente los resultados inferenciales.

4.2. Resultados descriptivos generales

Tabla 1

Distribución de la muestra de acuerdo al sexo

	Frecuencia	Porcentaje
Varón	143	59.6
Mujer	97	40.4
Total	240	100.0

En la tabla 1 se evidencia, que el 59.6 % de la muestra es varón y el 40.4 % es mujer.

Tabla 2

Distribución de la muestra de acuerdo a la edad

	Frecuencia	Porcentaje
14	3	1.3
15	36	15.0
16	169	70.4
17	28	11.7
18	4	1.6
Total	240	100.0

En la tabla 2 se observa, que el 1.3 % tiene 14 años; el 15 %, 15 años; el 70.4 %, 16 años; el 11.7 %, 17 años; y el 1.7 %, 18 años.

Tabla 3

Distribución de la muestra según el grado

	Frecuencia	Porcentaje
Tercero	27	11.2
Cuarto	99	41.5
Quinto	114	47.3
Total	240	100.0

En la tabla 3 se observa, que el 11.2 % es de tercer grado; el 41.1 %, de cuarto; y el 47.3 %, de quinto.

Tabla 4

Distribución de la muestra de acuerdo al equipo que usa

	Frecuencia	Porcentaje
Celular	100	41.7
Laptop	36	15.0
Computadora	29	12.1
Tablet	75	31.3
Total	240	100.0

En la tabla 4 se observa, que el 41.7 % usa celular; el 15 %, laptop; el 12.1 %, computadora; y el 31.3 %, tablet.

4.3. Resultados Descriptivos de la Variable Soledad

Tabla 5

Niveles de soledad

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	71	30.5
Medio	136	56.5
Alto	33	13.0
Total	240	100.0
	240	100.0

En la tabla 5 se observa que el 29.9 % (72 estudiantes) posee un nivel bajo de soledad; el 56.4 % (136 estudiantes), un nivel medio de soledad; y el 12.4 % (33 estudiantes), un nivel alto de soledad.

4.4. Resultados Descriptivos de la Variable Adicción a las Redes

Sociales

Tabla 6

Niveles de adicción a las redes sociales

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	14	6.2
Medio	101	41.9
Alto	125	51.9
Total	240	100.0
	240	100.0

En la tabla 6 se observa, que el 5.8 % (14 estudiantes) posee un nivel bajo de adicción a las redes sociales; el 41.9 % (101 estudiantes), un nivel medio; y el 51.9 % (125 estudiantes), un nivel alto de adicción.

Tabla 7

Niveles de obsesión por las redes sociales

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	17	7.1
Medio	113	47.3
Alto	110	45.6
Total	240	100.0

En la tabla 7 se observa, que el 7.1 % (17 estudiantes) posee un nivel bajo de obsesión a las redes sociales, el 47.3 % (113 estudiantes) poseen un nivel medio y el 45.6 % (110 estudiantes) poseen un nivel alto de obsesión.

Tabla 8

Niveles de falta de control personal

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	40	17.0
Medio	70	29.1
Alto	130	53.9
Total	240	100.0

En la tabla 8 se observa, que el 17 % (40 estudiantes) posee un nivel bajo de falta de control personal; el 29 % (70 estudiantes), un nivel medio; y el 53.9 % (130 estudiantes), un nivel alto de falta de control.

Tabla 9

Niveles de uso excesivo de redes sociales

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	18	7.5
Medio	74	30.7
Alto	148	61.8
Total	240	100.0

En la tabla 9 se observa, que el 7.5 % (18 estudiantes) posee un nivel bajo de uso excesivo de redes sociales; el 30.7 % (74 estudiantes), un nivel medio; y el 61.8 % (148 estudiantes), un nivel alto de uso excesivo.

4.5. Tablas de Contingencia

Tabla 10

Niveles de soledad y obsesión a las redes sociales

		Obsesión a las redes sociales			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Niveles de soledad	Bajo	Recuento	6	32	34	72
		% dentro de STOTAL	8.3 %	44.4 %	47.2 %	100.0 %
	Medio	Recuento	5	71	62	138
	% dentro de STOTAL	3.7 %	52.2 %	44.1 %	100.0 %	
	Alto	Recuento	6	11	13	30
	% dentro de STOTAL	20.0 %	36.7 %	43.3 %	100.0 %	
Total		Recuento	17	114	109	240
		% dentro de STOTAL	7.1 %	47.9 %	45.0 %	100.0 %

En la Tabla 10, se observa los niveles de soledad y obsesión a las redes sociales; en el nivel bajo de soledad y nivel bajo de obsesión a las redes sociales hay un 8.3 %

(6 estudiantes), en el nivel bajo de soledad y nivel medio de obsesión a las redes sociales se ubica el 44.4 % (32 estudiantes), en el nivel bajo de soledad con el nivel alto de obsesión a las redes sociales se ubica el 47.2 % (34 estudiantes). En el nivel medio de soledad con baja obsesión a las redes sociales se ubica el 3.7 % (5 estudiantes), en el nivel medio de soledad con nivel medio de obsesión a las redes sociales se halla el 52.2 % (71 estudiantes), en el nivel medio de soledad con alta de obsesión a las redes sociales se ubica el 44.1 % (62 estudiantes). En el nivel alto de soledad con baja obsesión tenemos al 20 % (6 estudiantes), en cuanto al nivel alto de soledad con medio nivel de obsesión tenemos al 63.7 % (11 estudiantes) y si se cruza ambas variables de nivel alto tenemos al 43.3 % (13 estudiantes).

Tabla 11

Niveles de soledad y falta de atención personal

		Falta de atención personal			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Niveles de Soledad	Bajo	Recuento	8	25	39	72
		% dentro de STOTAL	11.1 %	34.7 %	54.2 %	100.0 %
	Medio	Recuento	26	39	73	138
		% dentro de STOTAL	17.6 %	28.7 %	53.7 %	100.0 %
	Alto	Recuento	9	6	15	30
		% dentro de STOTAL	30.0 %	20.0 %	50.0 %	100.0 %
Total		Recuento	43	70	127	240
		% dentro de STOTAL	17.2 %	29.4 %	53.4 %	100.0 %

En la Tabla 11, se observa los niveles de soledad y falta de atención personal; en el nivel bajo de soledad y nivel bajo de falta de atención personal hay un 11.1 % (8 estudiantes), en el nivel bajo de soledad y nivel medio de falta de atención personal se

ubica el 34.7 % (25 estudiantes), en el nivel bajo de soledad con el nivel alto de falta de atención personal se ubica el 54.2 % (39 estudiantes). En el nivel medio de soledad con baja falta de atención personal se ubica el 17.6 % (26 estudiantes), en el nivel medio de soledad con nivel medio de falta de atención personal se ubica el 28.7 % (39 estudiantes), en el nivel medio de soledad con alta falta de atención personal se ubica el 53.7 % (73 estudiantes). En el nivel alto de soledad con baja falta de atención personal tenemos al 30 % (9 estudiantes), en cuanto al nivel alto de soledad con medio nivel de falta de atención personal tenemos al 20 % (6 estudiantes) y si se cruza ambas variables de nivel alto tenemos al 50 % (15 estudiantes).

Tabla 12

Niveles de soledad y uso excesivo de redes sociales

		Uso excesivo de redes sociales			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Niveles de soledad	Bajo	Recuento	8	21	43	72
		% dentro de STOTAL	11.1 %	29.2 %	59.7 %	100.0 %
	Medio	Recuento	8	44	86	138
		% dentro de STOTAL	4.4 %	32.4 %	63.2 %	100.0 %
	Alto	Recuento	4	9	17	30
		% dentro de STOTAL	13.3 %	30.0 %	56.7 %	100.0 %
Total		Recuento	20	74	146	240
		% dentro de STOTAL	7.6 %	31.1 %	61.3 %	100.0 %

En la Tabla 12, se observa los niveles de soledad y uso excesivo de redes; en el nivel bajo de soledad y nivel bajo de uso excesivo de redes hay un 11.1 % (8 estudiantes), en el nivel bajo de soledad y nivel medio de uso excesivo de redes se ubica el 29.2 % (21 estudiantes), en el nivel bajo de soledad con el nivel alto de uso excesivo de redes se ubica el 59.7 % (43 estudiantes). En el nivel medio de soledad con baja uso

excesivo de redes se ubica el 4.4 % (8 estudiantes), en el nivel medio de soledad con nivel medio de uso excesivo de redes se ubica el 32.4 % (44 estudiantes), en el nivel medio de soledad con alto uso excesivo de redes se ubica el 63.2 % (86 estudiantes). En el nivel alto de soledad con baja uso excesivo de redes tenemos al 13.3 % (4 estudiantes), en cuanto al nivel alto de soledad con medio nivel de uso excesivo de redes tenemos al 30 % (9 estudiantes) y si se cruza ambas variables de nivel alto tenemos al 56.7 % (17 estudiantes).

Tabla 13

Niveles de soledad y niveles de adicción a las redes sociales

		Niveles de adicción			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Niveles de soledad	Bajo	Recuento	5	31	36	72
		% dentro de STOTAL	6.9 %	43.1 %	50.0 %	100.0 %
	Medio	Recuento	8	56	74	138
		% dentro de STOTAL	4.4 %	41.2 %	54.4 %	100.0 %
	Alto	Recuento	3	14	13	30
		% dentro de STOTAL	10.0 %	46.7 %	43.3 %	100.0 %
Total		Recuento	16	101	123	240
		% dentro de STOTAL	5.9 %	42.4 %	51.7 %	100.0 %

En la Tabla 13, se evidencia los niveles de soledad y niveles de adicción; en el nivel bajo de soledad y nivel bajo de adicción hay un 6.9 % (5 estudiantes), en el nivel bajo de soledad y nivel medio de adicción se ubica el 43.1 % (31 estudiantes), en el nivel bajo de soledad con el nivel alto de adicción se ubica el 50 % (36 estudiantes). En el nivel medio de soledad con baja adicción se ubica el 4.4 % (8 estudiantes), en el nivel medio de soledad con nivel medio de adicción se ubica el 41.2 % (56 estudiantes), en el nivel medio de soledad con alta adicción se ubica el 54.4 % (74 estudiantes). En el

nivel alto de soledad con baja adicción tenemos al 10 % (3 estudiantes), en cuanto al nivel alto de soledad con medio nivel de adicción tenemos al 46.7 % (14 estudiantes) y si se cruzan ambas variables de nivel alto tenemos al 43.3 % (13 estudiantes).

4.6. Prueba de Hipótesis

4.6.1. Prueba de hipótesis general

H0: No existe relación directa entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público, Huancayo, 2021.

H1: Existe relación directa entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público, Huancayo, 2021.

Nivel de significancia

El nivel de significancia de los resultados fue de $(x) - 0.05$ (5 %) $(y) - 0.95$ (95 %).

Criterio para la decisión estadística

P-valor $< x$ – la H1 se aprueba. Es significativa

P-valor $> x$ – la H0 se aprueba. No es significativa.

Coefficiente de correlación

Se expresa numéricamente, tanto en la fuerza como en la dirección de correlación lineal en línea recta. Tales coeficientes de correlación se encuentran por lo general entre -1.00 y 1.00.

Utilización del estadístico de prueba

En la presente investigación se usó el estadístico de prueba Rho de Spearman para correlacionar las variables estudiadas.

Tabla 14

Correlación entre nivel de soledad y nivel de adicción

			STOTAL	ADTOTAL
Rho de Spearman	Soledad Total	Coeficiente de correlación	1.000	-0.012
		Sig. (bilateral)		0.855
		N	240	240
	Adicción Total	Coeficiente de correlación	-0.012	1.000
		Sig. (bilateral)	0.855	
		N	240	240

En la Tabla 14 se evidencia la correlación de Spearman según el nivel de soledad y el nivel de adicción total, donde el coeficiente de Rho Spearman es $\rho = -0.012$, mientras que el p valor es de $0.855 > 0,05$ (alfa). Por lo tanto, no existe relación significativa en el nivel de soledad y nivel de adicción a las redes sociales.

4.6.2. Prueba de hipótesis específica 1 “soledad y obsesión a las redes sociales”

H0: No existe relación directa entre la soledad y la obsesión por las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

H1: existe relación directa entre la soledad y la obsesión por las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

Nivel de significancia

El nivel de significancia de los resultados fue de (x) – 0.05 (5 %) (y) – 0.95 (95 %).

Criterio para la decisión estadística

P-valor $< \alpha$ – la H1 se aprueba. Es significativa

P-valor $> \alpha$ – la H0 se aprueba. No es significativa.

Coefficiente de correlación

Se expresa numéricamente, tanto en la fuerza como en la dirección de correlación lineal en línea recta. Tales coeficientes de correlación se encuentran por lo general entre -1.00 y 1.00.

Utilización del estadístico de prueba

En la presente investigación se usó el estadístico de prueba Rho de Spearman para correlacionar las variables estudiadas.

Tabla 15

Índice de correlación entre soledad y obsesión a las redes sociales

			Niveles de soledad	Obsesión a las redes
Rho de Spearman	Niveles de soledad	Coefficiente de correlación	1.000	-0.043
		Sig. (bilateral)		0.508
		N	240	240
	Obsesión a las redes sociales	Coefficiente de correlación	-0.043	1.000
		Sig. (bilateral)	0.508	
		N	240	240

En la Tabla 15 se evidencia la correlación de Spearman según el nivel de soledad y el nivel obsesión a las redes sociales, donde el coeficiente de Rho Spearman es $\rho = -0.043$, mientras que el p valor es de $0.508 > 0,05$ (alfa). Por lo tanto, no existe relación significativa en el nivel de soledad y nivel de obsesión a las redes sociales.

4.6.3. Prueba de hipótesis específica 2 “soledad y falta de control personal”

H0: No existe relación directa entre la soledad y la falta de control personal en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

H1: Existe relación directa entre la soledad y la falta de control personal en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

Nivel de significancia

El nivel de significancia de los resultados fue de $(x) - 0.05$ (5 %) $(y) - 0.95$ (95 %).

Criterio para la decisión estadística

$P\text{-valor} < x$ – la H1 se aprueba. Es significativa

$P\text{-valor} > x$ – la H0 se aprueba. No es significativa.

Coefficiente de correlación

Se expresa numéricamente, tanto en la fuerza como en la dirección de correlación lineal en línea recta. Tales coeficientes de correlación se encuentran por lo general entre -1.00 y 1.00.

Utilización del estadístico de prueba

En la presente investigación se usó el estadístico de prueba Rho de Spearman para correlacionar las variables estudiadas.

Tabla 16

Índice de correlación entre soledad y falta de control personal

			Nivel de soledad	Falta de control personal
Rho de Spearman	Nivel de soledad	Coefficiente de correlación	1.000	-0.064
		Sig. (bilateral)		0.328
		N	240	240
	Falta de control personal	Coefficiente de correlación	-0.064	1.000
		Sig. (bilateral)	0.328	
		N	240	240

En la Tabla 16 se evidencia la correlación de Spearman según el nivel de soledad y el nivel falta de control personal, donde el coeficiente de Rho Spearman es $\rho = -0.064$, mientras que el p valor es de $0.328 > 0,05$ (alfa). Por lo tanto, no existe relación significativa en el nivel de soledad y nivel de falta de control personal.

4.6.4. Prueba de hipótesis específica 3 “soledad y uso excesivo de redes sociales”

H0: No existe relación directa entre la soledad y el nivel de uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

H1: Existe relación directa entre la soledad y el nivel de uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.

Nivel de significancia

El nivel de significancia de los resultados fue de (x) – 0.05 (5 %) (y) – 0.95 (95 %).

Criterio para la decisión estadística

P-valor $< \alpha$ – la H1 se aprueba. Es significativa

P-valor $> \alpha$ – la H0 se aprueba. No es significativa.

Coefficiente de correlación

Se expresa numéricamente, tanto en la fuerza como en la dirección de correlación lineal en línea recta. Tales coeficientes de correlación se encuentran por lo general entre -1.00 y 1.00.

Utilización del estadístico de prueba

En la presente investigación se usó el estadístico de prueba Rho de Spearman para correlacionar las variables estudiadas.

Tabla 17

ÍNDICE de correlación entre soledad y uso excesivo de redes sociales

			Nivel de soledad	Uso excesivo de redes
Rho de Spearman	Nivel de soledad	Coefficiente de correlación	1.000	0.007
		Sig. (bilateral)		0.912
		N	240	240
	Uso excesivo de redes	Coefficiente de correlación	0.007	1.000
		Sig. (bilateral)	0.912	
		N	240	240

En la Tabla 17 se evidencia la correlación de Spearman según el nivel de soledad y el nivel uso excesivo de redes, donde el coeficiente de Rho Spearman es $\rho = 0.007$, mientras que el p valor es de $0.912 > 0,05$ (alfa). Por lo tanto, no existe relación significativa en el nivel de soledad y nivel de uso excesivo de redes sociales.

4.7. Discusión de Resultados

A partir de los hallazgos encontrados, vemos en primera instancia la hipótesis general, la cual refiere que no existe relación estadística entre la soledad y el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo.

En este cruce de variables de los niveles de soledad relacionados con las dimensiones del cuestionario ARS no hallamos correlación significativa ($P = 0.855$). Al respecto, vemos que en la investigación de Padilla y Ortega (2017), los estudiantes revelaron niveles de adicción bastante altos con síntomas depresivos, correlacionándose estas variables con el abuso de redes sociales. Padilla y Ortega (2017) concluían que las redes sociales se usan para cubrir la baja autoestima y las conductas depresivas. Como se ve, los resultados fueron diferentes a las de la presente investigación. Sin embargo, sí se revelaron altos porcentajes en el nivel alto de adicción a las redes sociales, lo que significaría que estos estudiantes están presentando síntomas de adicción. De allí la importancia de sugerir a la institución educativa programas, estrategias y otras técnicas, que podrían ser virtuales, para reducir y prevenir el uso excesivo de las redes sociales, así como el tratamiento en adicciones de quienes ya lo sufren.

Inga (2018) investigó variables similares: adicción a las redes sociales y sentimiento de soledad en un estudio de forma correlacional. Arribó a resultados que nos afirman que existe una correlación inversa entre adicción a las redes sociales y sentimiento de soledad. Lo cual quiere decir en otras palabras que, si existe más adicción, menor será la sensación de soledad. Por esta misma lógica, concluiríamos que más bien el hacer uso de las TIC traería consigo aminorar la soledad al menos temporalmente, a pesar de que esta frecuencia de malos hábitos provoque cansancios emocionales a largo plazo, tal y como refiere Inga en su estudio.

Los resultados descritos anteriormente guardan parentesco de la misma manera con los de Malo (2018), ya que halló similitudes que señalan que el nivel de soledad es una variable que puede estar ligada a la de los perfiles de los usuarios que hacen uso del Internet desadaptativamente, como los que lo usan para propósitos de ocio y presentan un círculo social normal. Por lo que se puede decir que las personas pueden presentar factores de riesgo para las adicciones a las redes, pero no son necesariamente por consecuencia del sentimiento de soledad.

Se halló también que las variables de soledad y obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de redes sociales no son significativas en la prueba de correlación, dando un porcentaje de $p=0.508$; $p=0.328$ y $p=0.912$, respectivamente, siendo mayores al permitido. En este sentido estos resultados se asemejan a los de Reyes y Polín (2016), que llevan correlaciones poco significativas entre el nivel de riesgo de adicción a redes sociales y adaptación de conducta ($r = ,172$, $p = ,041$). Sin embargo, si observamos sus resultados de sus dimensiones, encontramos que el factor “obsesión por las redes sociales” y “adaptación de conducta” presentan una relación negativa y altamente significativa ($r = -,224$, $p = ,000$). Lo que significa que a mayor obsesión por las redes sociales menor adaptación de conducta. Ello significaría que la obsesión a las redes sociales se relaciona de manera inversa con la adaptación de la conducta. En el mismo trabajo se reporta que en las dimensiones: “falta de control en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales” existe una relación negativa y significativa ($r = -,137$, $p = ,010$) ($r = -,111$, $p = ,039$) respectivamente. Lo que significa que a mayor nivel de adicción a las redes sociales menor nivel de adaptación de conducta.

Esto nos puede decir que quizá las diferencias sean por causa de distintas variables estudiadas. Ya que en este caso el investigador Reyes (2016) no indaga en la soledad sino en la variable adaptación de conducta.

Si echamos un vistazo de más cerca a los porcentajes de las tablas de contingencia podemos observar que hay diferencias en los niveles de adicción, ya que los encuestados que se ubican en los porcentajes altos de soledad y adicción, están conformados únicamente por 13 estudiantes. Los que por lo general tienen mayor porcentaje, se ubican en distintos rangos de adicción con niveles medios y altos de soledad: 41.2 % (56 estudiantes) y 54.4 % (74 estudiantes). Sin embargo, estos para concordar deberían ser de los mismos rangos altos de soledad y adicción, cosa que no sucede.

Sin embargo, a pesar de no hallar correlaciones, sí existe una variable descriptiva en la presente investigación en la que observamos altos índices de adicción a las redes sociales. Los porcentajes acaparan un poco más de la mitad de la muestra, 51.9 % (125 estudiantes), que poseen niveles altos de adicción a las redes sociales. Estos índices se asemejan a los resultados de Benitez et al. (2016), cuyos resultados refieren que hay una alta correlación entre adicción a Internet y soledad social ($r_p=0.610$). Al respecto Benitez (2016) nos afirma que también hay porcentajes altos en adicción al móvil y adicción a internet. El referido autor sí encontró relación significativa entre adicción a las redes sociales y aislamiento social, y menciona que hay un factor predisponente a la adicción: que es cuando el Internet está instalado en casa y se puede hacer uso de él cuando se quiera, lo que eventualmente puede llevar a conductas solitarias y a la adicción a la tecnología.

Siguiendo esta línea, el investigador Malo (2018) indagó en las características de personalidad que influían en el uso exagerado de las TIC. Refiere que los factores protectores son las siguientes: la responsabilidad, las normas de uso de los móviles, y el hecho de ser del sexo varón. Por otro lado, explica que los factores de riesgo son las siguientes: hacer uso de las redes sociales para actividades de ocio, tal y como Benitez (2016) también concluía.

Malo (2018) llegó a la conclusión de que los más propensos al uso y abuso de los móviles eran los que puntuaban alto en “neuroticismo”, en “impulsividad” y en “pobre autoconcepto”. Esto puede sugerir que los factores predisponentes que propician la adicción a las redes sociales, sean los perfiles de personalidad y las condiciones en las que vivan las personas. A similares conclusiones llegó Ortiz (2013), quien creó un perfil de usuarios que hacen uso del Internet de forma desadaptativa. Sus resultados arrojaron que los más desadaptados eran los sujetos que señalaban en la prueba “bajo apoyo social”, puntuaciones altas en “pensamientos automáticos” y puntuaciones bajas en “extroversión”. De tales estudios se puede deducir que investigar la personalidad en futuros proyectos puede ser vital para entender el fenómeno de la adicción a las redes sociales (ver tabla 14).

Por último, Liberti et al. (2017) investigaron la soledad en relación con los padres y el control psicológico que ejercían a los adolescentes hijos. Sus resultados evidenciaron que la soledad comparte relación con el control psicológico de parte del padre. Por otro lado, la soledad solo se relacionó de forma directa con el control que ejercía la madre. La lectura que se puede sacar de los resultados de Liberti (2017) es que la soledad puede, a diferencia de la adicción a las redes sociales, estar ligada a la variable familiar y de los padres. Probablemente incluso a las variables de sus círculos sociales.

Vemos después de todo que, tanto la adicción a las redes sociales como la soledad son constructos complejos que según las investigaciones obedecen a distintas causas. El primero a ciertos perfiles de personalidad que se comportan como factores de riesgo. Echeburúa (2018) refería que la adicción se inicia con la vulnerabilidad psicológica, carencia de actividades placenteras, y presión social. El constructo de la soledad, por su parte, está referido al ámbito familiar y social. Weiss (1973), al respecto hacía hincapié a los déficits de apoyo social y las carencias de figuras de apego fueran amicales o en la misma institución parental.

Al final ambas resultaron ser variables independientes, así como las de las dimensiones del cuestionario ARS, y las de la soledad que no se relacionan directamente.

CONCLUSIONES

Luego de todo lo visto llegamos a las siguientes conclusiones:

1. La variable soledad no se relaciona estadísticamente con la adicción a las redes sociales, en los estudiantes de un colegio público de Huancayo-El Tambo, 2021. Por consiguiente, la variable soledad se relaciona con otros factores. Sin embargo, es importante resaltar que existe un 51.9 % de estudiantes con adicción alta a las redes sociales. Lo cual significa que dichos estudiantes presentan los síntomas de una adicción, que por lo estudiado está favorecida por las condiciones de aislamiento generadas por la pandemia de la COVID-19.

2. Los resultados indican que la dimensión obsesión por las redes sociales con el nivel de soledad no muestra relación estadísticamente significativa, en estudiantes de un colegio público de Huancayo-El Tambo, 2021. No obstante, es necesario indicar que existe un 45.6 % de estudiantes con obsesión por las redes sociales. Lo que significa que presentan síntomas obsesivos. A partir de los reforzadores que recibe el estudiante por su participación en las redes sociales, se van generando ideas que le pueden llevar a generar acciones compulsivas respecto al uso de sus redes sociales. Esto indicaría que los estudiantes del presente estudio que obtienen nivel alto en la dimensión obsesión, ya tienen la presencia de estas ideas obsesivas y reiterativas peligrosas para su salud.

3. La dimensión de falta de control personal no se relaciona con los niveles de soledad ya que presentaron correlaciones no significativas, en estudiantes de un colegio público de Huancayo-El Tambo, 2021. No obstante, es necesario precisar que existe un 53.9 % de estudiantes poseen falta de control personal. Lo que significa que presentan síntomas de poca capacidad de control de sus propios impulsos, las cuales obligan al estudiante a realizar las cosas que quiere a pesar de que sean peligrosas y perjudiciales a largo o

mediano plazo por generar irritabilidad, aislamiento social, inquietud, ansiedad, entre otros.

4. La dimensión de uso excesivo de redes sociales no posee significancia estadística con los niveles de soledad, en los estudiantes de un colegio público de Huancayo-El Tambo, 2021. No obstante, es necesario revelar que existe un 61.8 %, es decir, 148 de estudiantes con uso excesivo a las redes sociales. Lo que significa que presentan síntomas de conductas repetitivas y altamente frecuentes, favorecidas por el uso generalizado de las TIC. De tal forma que llegan a formarse una adicción y, por consecuencia, el síndrome de abstinencia si el estudiante intente dejar de usarlo. Esto ocasiona desordenes de ánimo, comportamiento agresivo, bajo rendimiento escolar, dependencias, o incluso episodios depresivos similares a los pacientes que padecen de adicción a las drogas.

Para finalizar, es necesario hacer un inciso, ya que, si bien no hubo resultados que corroboren una correlación entre los niveles de soledad y las índices de adicción a las redes sociales, vemos que en cada apartado existe una información valiosa que se desprendió de cada dimensión del cuestionario ARS aplicado en la muestra. Esto es ya de por sí un aporte al conocimiento real de nuestro medio. Los niveles e índices altos que salieron son una señal de que los adolescentes hoy por hoy son vulnerables a las adicciones tecnológicas, y están expuestos a niveles moderados de soledad, que aún no eclipsan en porcentajes altos. Los psicólogos, instituciones educativas, y demás entidades aquí tienen un aporte de relevancia para mediar, intervenir, repartir charlas y hacer proyectos de prevención a la población vulnerable.

RECOMENDACIONES

Se recomienda a la institución educativa que se implementen programas referidos a ayudar a los adolescentes a disminuir los factores de riesgo que generan sentimientos de soledad tales como programas de autoestima o de habilidades sociales para evitar el aislamiento social. Promover las actividades artísticas y deportivas deberían ser más comunes en los jóvenes, ya que podrían ayudar a mantenerlos físicamente saludables y mentalmente enfocados en otras actividades más saludables y asimismo productivas.

Por otro lado, respecto a los índices de adicción, se recomienda que la familia debe regular el uso de las redes sociales solo cuando sea necesario. Esta se realizaría a través de psicoeducación y charlas, pues a pesar de que los apegos en esta etapa son distintos, aquellos siguen conformando parte del refuerzo social que hace posible enfocarse en diferentes asuntos que no provoquen el aislamiento social o emocional. Los jóvenes suelen usar sus redes para conseguir refuerzos sociales como las publicaciones de fotos o estados, por consiguiente, obtener “Me gusta”, las cuales son causantes de adicciones en el cerebro, ya que trabajan de formas similares. De la misma manera, se debe alentar y premiar la conducta de prescindir de las tecnologías. O en todo caso, el mismo adolescente puede autorecompensarse si ha llevado un tiempo prudente de no abusar de sus redes sociales. Estas técnicas van enfocadas a hacer consciente al individuo sobre su propia capacidad de gestionarse y usar su propio autocontrol en búsqueda de generar conductas más saludables.

Se puede también dosificar el tiempo en actividades más diversas, llevar horarios y explorar otro tipo de entretenimientos tales como: pasar más tiempo con padres, hermanos, sobrinos, abuelos, amigos, o pareja etc.; inscribirse a grupos de estudio, o grupos de actividades culturales que promueven el teatro, la escritura, tertulias

literarias, el dibujo, la música, y la danza, las cuales son presentadas en la Casa de Juventud y la Cultura de Huancayo. No solo esas energías de conseguir refuerzo social serían saciadas sanamente, sino también a la par se beneficiarían por los aprendizajes productivos que las diversas actividades les otorgan.

Por supuesto, también se recomienda visitar a los profesionales de la salud mental pues las consecuencias de las dependencias tecnológicas están relacionadas con sintomatologías ansiosas, depresivas y/o alteraciones del sueño.

Referencias Bibliográficas

- American Psychiatric Association-APA. (1994). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-4* (4ª. ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- American Psychiatric Association-APA. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5* (4ª. ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Amorin, D. (2008). *Apuntes para una posible psicología evolutiva*. Montevideo: Psicolibros.
- Andreassen, C. S. (2015). Desarrollo de una escala de adicción a Facebook. *Scielo*, 10(2), 3-5. <http://dx.doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>
- Aponte, D. R., Castillo, P., & Gonzalez, J. E. (2017). Prevalencia de adicción a Internet y su relación con disfunción familiar en adolescentes. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 10(3), 179-186 <https://scielo.isciii.es/pdf/albacete/v10n3/1699-695X-albacete-10-03-179.pdf>
- Araujo, A. M. (2011). Acerca del tiempo y desde los espacios inciertos de la hipermodernidad. *Asociación Psicoanalítica de Uruguay*, 1(1), 2-9. <http://anterior.apuruguay.org/sites/default/files/A-Araujo-Tiempo.pdf>
- Arnao, J., & Surpachin, M. (2016). Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes. *CEDRO*, 1(1), 50-60. <http://repositorio.cedro.org.pe/bitstream/CEDRO/310/1/CEDRO.5376.Uso%20y%20abuso%20de%20las%20redes%20sociales.2016.pdf>
- Bauman, Z. (17 de Julio de 2014). Zygmunt Bauman: "Facebook está basado en el miedo a estar solos". *Ssociólogos*, 1(1), 1-3. <https://ssociologos.com/2014/07/17/zygmunt-bauman-facebook-esta-basado-en-el-miedo-estar-solo/>
- Benitez, L., Cortés, E., & Hernández, C. S. (2016). El aislamiento social como consecuencia del uso excesivo de Internet y móviles en adolescentes. *Psicoeducativa*, 2(4), 24-30. <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/26>
- Carvajal-Carrascal, G., Castillo, C., Virginia, C. (2009). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. <https://www.redalyc.org/pdf/741/74112147008.pdf>
- Cock, M. A., López, D., & Soto, L. A. (2016). Implicaciones del abuso de Internet en la depresión e identidad de los adolescentes mexicanos. *Psicoeducativa*, 2(4), 66-74.

<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/49>

- De Jong, G. (1978). *El constructo de la soledad: componentes y medición*. Nueva York: Essence.
- De Jong, G., & Raadschelders, J. (1982). *Tipos de soledad. La búsqueda de la teoría y la terapia*. Nueva York: Essence.
- Denegri, M. (2011). *Lexicografía*. Lima: San Marcos.
- Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22 (2), 38-44. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- Fernandes, B., Nanda, U., Tan-Mansukhani, R., Vallejo, A., Essau, C. (2020). El impacto del confinamiento por la COVID-19 en el uso de Internet y la evasión en los adolescentes. *RPCNA*, 7(3), 59-65. http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2020/11/monografico_rpcna.pdf
- Giddens, A. (2007). Un mundo desbocado. *Taurus*. https://www.academia.edu/43342234/_UN_MUNDO_DESBOCADO_DE_ANTHONY_GIDDENS
- Hernández, S. C., Fernández, C. C., Baptista, L. P. (2014). *Metodología de la investigación*. Interamericana Editores. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Ikemiyashiro, J. (2017). Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana. (Tesis de licenciatura, Psicología). Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d9c91da3-b9f8-4ddc-8865-0be8a812129b/content>
- INEI. (2020). Instituto Nacional de Estadísticas e Informática - Encuesta Nacional de Hogares. *INEI*. <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/02-informe-tecnico-tic-i-trimestre-2021.pdf>
- Inga, S. (2019). Adicción a redes sociales, cansancio emocional y sentimiento de soledad en jóvenes universitarios. (Tesis de pregrado, Psicología). Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/86fd0417-42a1-4a4e-879e-64a323c70db1/content>
- Keegan, E. (18 de setiembre de 2021). Perspectiva cognitivo-conductual del abuso de sustancias. *Intersecciones PSI*, 41(1), 1-3. http://intersecciones.psi.uba.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=44:perspectiva-cognitivo-conductual-del-abuso-de-sustancias&catid=9:perspectivas&Itemid=1

- Kerlinger, F. N. (1988). *Investigación del comportamiento*. MCGRAW-HILL
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Redes sociales en línea y adicción: una revisión de la literatura psicológica. *Salud y Drogas*, 13(1), 5-13. <https://www.redalyc.org/pdf/839/83928046001.pdf>
- Liberti, G., Ernesto, R., Medina, M., & Luis, E. (2017). Control psicológico y soledad en adolescentes entre 12 y 17 años de Lima. *Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas*. (Tesis de pregrado, Psicología Clínica). https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/622462/Bacilio_BK.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Lopez, P., & Fachelli, S. (2015). Metodología de la investigación cuantitativa. *Creative Commons*, 2(1), 35-40. https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsocua_a2016_cap2-3.pdf
- Malo, S. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Grupo Comunicar*, 26(56), 3-15. <https://www.redalyc.org/journal/158/15855661012/15855661012.pdf>
- Marshall, M. (1995). La aldea global. *Gedisa*, 3(1), 91-95. https://monoskop.org/images/2/2c/McLuhan_Marshall_Powells_BR_La_aldea_global.pdf
- Muchnik, E., & Seidmann, S. (2004). *Aislamiento y soledad*. Argentina: Universidad de Buenos Aires.
- Padilla, C., & Ortega, J. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *CASUS*, 2(1), 47-53. <http://casus.ucss.edu.pe/public/journals/1/docs/Normas%20para%20los%20autores%20CASUS.pdf>
- Quintana, C., Rey, L., & Neto, F. (2021). ¿Son la soledad y la Inteligencia Emocional factores importantes para los adolescentes? *Psychosocial Intervention*, 30 (2), 67-74. <https://doi.org/10.5093/pi2020a18>
- Reyes, I. L., & Polín, J. J. (2016). Riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este. *Universidad Peruana Unión*. (Tesis de pregrado, Psicología). https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/479/Irma_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Sullivan, H. S. (1974). Teoría interpersonal de la psiquiatría. *Psique*, 1(1), 1-13. <https://psicologia.laguia2000.com/la-depresion/la-experiencia-de-soledad>
- Tamayo & Tamayo. (2006). Tipos de investigación. *Virtual Urbe*, 1(1), 135-158. <http://virtual.urbe.edu/tesispub/0088963/cap03.pdf>
- Weiss, R. S. (1973). *Soledad: La experiencia emocional y social de la soledad*. Nueva York: MIT Press.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Soledad y adicción a las redes sociales en adolescentes				
Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema general: ¿Cuál es la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público de Huancayo, 2021?</p> <p>Problemas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Existe relación entre la soledad y la obsesión a las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público de Huancayo, 2021? - ¿Existe relación entre la soledad y la falta de control personal en el uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público de Huancayo, 2021? - ¿Existe relación entre la soledad y el uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público de Huancayo, 2021? <p>Bibliografía de sustento para la justificación y delimitación del problema APA INEI. (2020). <i>Instituto Nacional de Estadísticas e Informática</i>. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/02-informe-tecnico-tic-i-trimestre-2021.pdf</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar si existe relación entre la soledad y la obsesión por las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021. - Identificar si existe relación entre la soledad y la falta de control personal en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021. - Identificar si existe relación entre la soledad y el uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021. 	<p>Hipótesis general: Existe relación directa entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Existe relación directa entre la soledad y la obsesión por las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021. - Existe relación directa entre la soledad y la falta de control personal en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021. - Existe relación directa entre la soledad y el nivel de uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021. 	<p>soledad</p> <p>Adicción a las redes sociales</p>	<p>Población: 2000 estudiantes de nivel secundario del plantel de un colegio público de Huancayo</p> <p>Muestra: 240 estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado del nivel secundario de un colegio público de Huancayo</p> <p>Técnica y tipo de muestreo: No probabilístico por conveniencia</p> <p>Técnica de recolección de datos: Encuesta</p> <p>Instrumento de recolección: Escala de Soledad de Jong Gierveld & Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS)</p> <p>Bibliografía de sustento para el diseño metodológico APA Hernández, S. C., Fernández, C. C., Baptista, L. P. (2014). <i>Metodología de la investigación</i>. Interamericana Editores. http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf</p>

Anexo 2: Autorización para encuesta



SOLICITO: AUTORIZACIÓN
PARA APLICAR
CUESTIONARIOS A
LOS ESTUDIANTES
DE 4TO Y 5TO
GRADO DE
SECUNDARIA

SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA
"MARISCAL CASTILLA".

MG. WALTER RAUL ORÉ RAMOS

Joule Bryan Torres Donayres identificado con
DNI N°71223269, domiciliado en Prolongación 13
de noviembre n°1655 del distrito de El Tambo,
con el debido respeto me presento y expongo:

Que, por motivos de mi investigación como
bachiller de psicología de la Universidad Continental y queriendo titularme realizando
una tesis, la cual lleva el nombre de "Soledad y Adicción a Redes sociales en
adolescentes", deseo ejecutar dos cuestionarios a los alumnos de 4to y 5to grado de
secundaria: 1) Escala de Soledad de Jon G. Sinyela y 2) Cuestionario de Adicción a las
Redes Sociales. Para ello, requiero de los correos o número de teléfono de los
participantes. Por lo tanto, solicito a su digna dirección, el permiso para aplicar los
cuestionarios mencionados al alumnado para completar mi investigación que tiene
fines académicos.

Por lo expuesto:

Esperando y agradeciéndole desde ya su
amabilidad, aceptar la presente solicitud

Huancayo, Agosto del 2021.



Firma y sello del director



IESCAL CASTILLA EL TAMBO - HUANO Tel: 0804 1004 MEGA DE PARTES	
EXP. N.º	3328
FOLIO	01
OBSERVACIONES Y FECHAS DE ENTREGA	
1.	
2.	10/08
3.	
Suscribir dentro de un plazo máximo de diez (10) días hábiles, a partir de la fecha de otorgamiento por NO PRESENTADO su petición según sea el caso.	
Fecha	10/08/21
Firma	WR

Anexo 3: Consentimiento informado para padres de familia

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES DE FAMILIA.

El presente estudio de nombre: "Soledad y Adicción a las redes sociales en adolescentes" es conducido por Joule Bryan Torres Donayres, egresado de la Universidad Continental de la carrera de psicología. El objetivo de la investigación es aplicar dos cuestionarios: Escala de Soledad de Jong Gierveld, y el cuestionario de adicción a las redes sociales.

Para completar mi investigación, pido la colaboración de usted, padre o apoderado de familia, para obtener su debido permiso. La realización de los cuestionarios será vía virtual, los cuales tendrán una duración de quince minutos aproximadamente. Si usted responde que "SI"; las respuestas que emita el menor estarán siendo usadas para fines únicamente académicos e investigativos, además no será usadas con otros propósitos que no sean las de la investigación. Se respetará la confidencialidad y anonimato del caso. Si lo desea, puede contactar con el investigador para solicitar un informe de resultado de las pruebas que emitió el menor. Si responde que "NO" no será necesario que el menor siga con el proceso de responder las preguntas. En ambos casos, todo depende de usted. Se agradece su atención.

 71223269@continental.edu.pe (no compartidos) 
[Cambiar de cuenta](#)

***Obligatorio**

¿Acepta que su hijo(a) forme parte de la investigación? *

- Sí acepto.
- No acepto.

Anexo 4: Carta de compromiso de investigación

COMITÉ DE ETICA EN INVESTIGACIÓN DE LAS FACULTADES DE DERECHO Y HUMANIDADES

CARTA DE COMPROMISO DE LOS INVESTIGADORES

Título completo del proyecto de investigación

“La Soledad y la Adicción a las Redes Sociales en adolescentes”.

Yo/Nosotros, el/los investigadores(es) a cargo de este estudio me/nos comprometo(emos) a:

- Iniciar el estudio únicamente luego de haber obtenido la aprobación del Comité de Ética en Investigación de las facultades de Derecho y Humanidades (CEI-DD-HH).
- Conducir la investigación de acuerdo con lo estipulado en el proyecto de investigación y el consentimiento informado, aceptado por el CEI-DD-HH, y a cualquier otra regulación aplicable o condiciones impuestas por el CEI-DD-HH o alguna otra entidad pertinente.
- Iniciar este estudio únicamente luego de haber conseguido los fondos necesarios para llevarlo a cabo de acuerdo con una buena práctica de investigación.
- Enviar los informes de avance e informes finales del proyecto, cuando sea solicitado por el CEI-DD-HH.
- Proveer al CEI-DD-HH de la información adicional que este solicite durante el proceso de aprobación y/o monitoreo del estudio.
- Almacenar adecuadamente la información recolectada por un plazo mínimo de un año y mantener una total confidencialidad respecto a la información de los participantes.
- Notificar inmediatamente al CEI-DD-HH de cualquier cambio en el proceso de recolección de datos y en el Consentimiento Informado o efectos adversos serios.
- Aceptar cualquier auditoría requerida por el CEI-DD-HH, así como aceptar la sanción pertinente en caso de que falte a mi declaración.
- Me comprometo a cumplir las normas de protección de datos en el desarrollo de mi tesis

Nombre del investigador: Jovle Bryan Torres Donayres

Firma: 

Fecha: 31-08-21

Anexo 5: Solicitud de evaluación de investigación por el comité de ética**COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN DE LAS FACULTADES
DE DERECHO Y HUMANIDADES – UNIVERSIDAD CONTINENTAL**

Profa. Eliana Mory Arciniega

Presidente del Comité de Ética en Investigación de las Facultades de Derecho y Humanidades.

Yo (Nosotros), Jovle Bryan Torres Donayres, identificado (s) con DNI: 71223269 en mi (nuestra) condición de alumno (s) de la Universidad Continental, con correo electrónico 71223269@continental.edu.pe y teléfono celular 990261588- presento (amos) el proyecto de investigación para solicitar **evaluación y parecer** del Comité de Ética (CEI-DD-HH), para el plan de tesis titulado: La soledad y la Adicción a las redes sociales en adolescentes.

Atentamente,

Lugar y Fecha: Huancayo, 31 de Agosto de 2021



Firma del investigador(es)

Anexo 6: Informe de conformidad asesora



INFORME No. 3 _ 2021 _ LJA

A	Dra. Eliana Waji
:	Decano de la Facultad de Elija un elemento.
DE	Dra. Leda Javier Alva
:	
ASUNTO	Informe de conformidad para inscripción de plan de tesis
:	Estudiante: o Torres Donayres, Joule Bryan
FECHA	30/07/2021
:	

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarlo y en vista de haber concluido el desarrollo del plan de tesis titulado: "**La soledad y la adicción a las redes sociales en adolescentes**", perteneciente al estudiante Torres Donayres, Joule Bryan de la E.A.P. de Psicología; luego de la respectiva revisión a los requisitos de forma y fondo, en mi condición de asesor, y en cumplimiento al Reglamento Académico de la Universidad Continental, informo que el plan de tesis se encuentra **EXPEDITO** para la inscripción en la Facultad que usted preside.

Lo que comunico para conocimiento y fines correspondientes.

Atentamente,


LEDA JAVIER ALVA
DNI: 20082878

Asesor de tesis

Anexo 7: Documento de aprobación del comité de éticaUniversidad
Continental

Huancayo, 21 de octubre del 2021

OFICIO N° 084-2021-CE-FH-UC

Señor(a):

Joule Bryan Torres Donayres

Presente-

EXP. 084-2021

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: "LA SOLEDAD Y LA ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES" ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

- El Comité de Ética puede en cualquier momento de la ejecución del trabajo solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas (mantener la confidencialidad de datos personales de los individuos entrevistados).
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atte,

Dra. Claudia Ríos Cabaño
Presidenta del Comité de
ética

Facultad de Humanidades

Cc.
Facultad
Oficina de Grados y Títulos
Interesado(a)

Anexo 8: Instrumentos de recolección de datos (juicio de expertos)

ESCALA DE SOLEDAD DE JONG GIERVELD

Por favor lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida, dependiendo de cómo usted perciba su realidad.

1	2	3
No	A veces	Sí

Ítems		No	A veces	Sí
1.	Cuento con una persona que me escucha cuando tengo problemas. (-)			
2.	Me gustaría tener un buen amigo de verdad. (+)			
3.	Siento una sensación de vacío a mi alrededor. (+)			
4.	Tengo varias personas en mi vida quienes me ayudan si tengo dificultades. (-)			
5.	Suelo pensar que tengo pocos amigos. (+)			
6.	Tengo mucha gente en la que puedo confiar completamente. (-)			
7.	Hay suficientes personas con las que tengo una amistad muy cercana. (-)			
8.	Me gustaría que la gente de mi alrededor se preocupe más por mí. (-)			
9.	En ocasiones me siento abandonado(a). (+)			
10.	Puedo contar con mis amigos siempre que los necesito. (-)			
11.	Me gusta estar solo para reflexionar sobre mí mismo. (-)			
12.	Cuando me va mal en el colegio, prefiero estar con mis amigos en vez de solo. (-)			
13.	Me gusta salir con amigos. (-)			
14.	Cuando me siento solo suelo recibir el apoyo de mis amigos. (-)			
15.	Me agrada ayudar a mis amigos cuando tienen dificultades. (-)			
16.	Siento que estar mucho tiempo solo me hace daño. (+)			

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

A continuación, se presentan 24 ítems referido al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe las respuestas, adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque con un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. Siente, piensa o hace:

Siempre: **S**

Casi siempre: **CS**

Algunas veces: **AV**

Rara vez: **RV**

Nunca: **N**

N.º ítem	Descripción	Respuesta				
		N	RV	AV	CS	S
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que en un inicio había destinado.					

11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					