

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Relación de las dimensiones de la adicción a redes  
sociales y habilidades sociales en adolescentes de  
una I. E. de Huaycán en el contexto de pandemia,  
2021**

Sinthia Sofia Anaya Rubina  
Karen Fiorella Huapaya Reyna  
Ayda Lugo Caballero

Para optar el Título Profesional de  
Licenciada en Psicología

Lima, 2022

Repositorio Institucional Continental  
Tesis digital



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

## **DEDICATORIA**

Nos llena de alegría compartir con todos ustedes el gozo de nuestros corazones que recorreremos de la mano de Dios, es por eso que este trabajo de investigación va dedicado principalmente a Él, por darnos sabiduría, perseverancia y fuerzas para continuar en este camino de preparación para nuestra titulación; También, a nuestra amistad que ha sido clave fundamental para poder culminar nuestro objetivo anhelado.

## AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Continental, por abrirnos sus puertas y brindarnos la oportunidad de seguir creciendo profesionalmente y, así mismo, a nuestra asesora, la Dra. Mariuccia Ángeles Donayre por brindarnos su apoyo, conocimientos y ser nuestra guía para desarrollar el presente estudio.

Con la alegría y la gratitud de mi corazón, quiero dar las gracias, en primer lugar, a mi mamá Cristina por su gran amor incondicional y por ser mi mayor ejemplo de fortaleza y perseverancia. También, quisiera agradecer a mi papá Gumercindo, que desde el cielo me acompaña y estoy segurísima que está muy orgulloso de mi. Asimismo, quiero agradecer de manera muy especial a mi padre espiritual por siempre animarme a caminar “un día a la vez” y por acompañarme en todos los momentos bajos y altos de mi vida. Gracias a muchas personas que son clave fundamental para seguir alcanzando todos los anhelos de mi corazón.

Ayda Lugo Caballero

A Dios, a mi familia y amistades por su existencia, soporte y amor en diferentes etapas de mi vida hasta llegar aquí, el cual solo es el inicio de muchos logros a nivel personal y profesional.

Sinthia Sofia Anaya Rubina

Agradecer a Dios, a mis padres, mis hermanos y mis sobrinos que son el pilar fundamental en vida, sin su apoyo incondicional no hubiera podido llegar a esta etapa de mi vida profesional. También, a todos mis profesores y colegas que influyeron mucho en mi formación profesional y para mis amistades que estuvieron acompañándome y son un soporte importante. Gracias por el apoyo de cada una de estas personas que Dios puso en mi camino.

Karen Fiorella Huapaya Reyna

## ÍNDICE

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTOS .....	iii
ÍNDICE.....	iv
LISTA DE TABLAS .....	viii
LISTA DE FIGURAS.....	ix
RESUMEN .....	x
ABSTRACT.....	xi
INTRODUCCIÓN .....	xii
Capítulo I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	1
1.1. Delimitación de la Investigación.....	1
1.1.1. Territorial .....	1
1.1.2. Temporal.....	1
1.1.3. Conceptual .....	1
1.2. Planteamiento del Problema.....	1
1.3. Formulación del problema .....	4
1.3.1. Problema general .....	4
1.3.2. Problemas específicos.....	4
1.4. Objetivos de la Investigación .....	5

1.4.1. Objetivo general.....	5
1.4.2. Objetivos específicos .....	5
1.5. Justificación de la Investigación .....	5
1.5.1. Justificación teórica .....	5
1.5.2. Justificación práctica.....	6
Capítulo II Marco teórico.....	7
2.1. Antecedentes de la Investigación .....	7
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	7
2.1.2. Antecedentes nacionales .....	8
2.2. Bases teóricas .....	13
2.2.1. Adicción a redes sociales .....	13
2.2.2. Redes sociales .....	19
2.2.3. Habilidades sociales.....	21
2.2.4. Adolescentes .....	24
2.2.5. COVID-19.....	28
2.3. Definición de Términos.....	30
2.3.1. Adicción .....	30
2.3.2. Adicción a redes sociales .....	30
2.3.3. Habilidades sociales.....	30
2.3.4. Adolescentes .....	30

2.3.5. COVID-19.....	31
Capítulo III HIPÓTESIS Y VARIABLES .....	32
3.1. Identificación de las Variables.....	32
3.2. Operacionalización de variables.....	32
CAPÍTULO IV METODOLOGÍA.....	35
4.1. Enfoque de la investigación .....	35
4.2. Tipo de Investigación .....	35
4.3. Nivel de Investigación.....	36
4.4. Métodos de Investigación.....	36
4.5. Diseño de Investigación .....	36
4.6. Población y Muestra.....	36
4.6.1. Población.....	36
4.6.2. Muestra .....	36
4.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos .....	38
4.7.1. Técnicas .....	38
4.7.2. Instrumentos.....	38
4.8. Técnicas Estadísticas de Análisis de Datos.....	40
4.9. Aspectos Éticos .....	41
Capítulo V RESULTADOS.....	43
5.1. Descripción del Trabajo de Campo.....	43

5.2. Presentación de resultados .....	43
5.2.1. Resultados descriptivos.....	43
5.3. Discusión de Resultados.....	55
CONCLUSIONES .....	62
RECOMENDACIONES.....	64
REFERENCIAS.....	65
ANEXOS .....	73

**LISTA DE TABLAS**

Tabla 1 Matriz de operacionalización de la variable dimensiones de la adicción a redes sociales .....	32
Tabla 2 Matriz de operacionalización de la variable habilidades sociales .....	33
Tabla 3 Descriptivos de la edad .....	43
Tabla 4 Estadísticos de las variables.....	44
Tabla 5 Correlación entre las dimensiones de ARS* y habilidades sociales en adolescentes.....	51
Tabla 6 Frecuencias y porcentajes según niveles de las dimensiones de ARS* según sexo en adolescentes .....	52
Tabla 7 Frecuencias y porcentajes según niveles de las dimensiones de ARS* según edad en adolescentes .....	53
Tabla 8 Frecuencias y porcentajes de los niveles de habilidades sociales según sexo en adolescentes .....	54
Tabla 9 Frecuencias y porcentajes de los niveles de las habilidades sociales según edad en adolescentes .....	55

**LISTA DE FIGURAS**

Figura 1. Frecuencia según sexo .....	45
Figura 2. Frecuencia según edad.....	45
Figura 3. Frecuencia según grado .....	46
Figura 4. Niveles de la dimensión obsesión por las redes sociales.....	47
Figura 5. Niveles de la dimensión falta de control personal para el uso de las redes sociales .....	48
Figura 6. Niveles de la dimensión uso excesivo de las redes sociales.....	49
Figura 7. Niveles de habilidades sociales .....	50

## RESUMEN

La presente investigación estudió las variables dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales, sobre la base de estas se planteó como problema general: ¿cuál es la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021? A raíz de ello, el objetivo fue determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021. Este estudio fue de tipo descriptivo correlacional, con diseño no experimental transversal. Para la recolección de datos, se evaluó a 150 adolescentes, de ambos sexos entre los 13 y 17 años de la IE 1250 de la localidad de Huaycán perteneciente al distrito de Ate. Se administró el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) propuesto por Ecurra y Salas en el 2014 y adaptado al nivel de secundaria por Grimaldo en el 2019, y la Escala de Habilidades Sociales propuesto por Goldstein en 1978 y fue adaptado al Perú por Tomas Ambrosio en 1994-95.

Los resultados obtenidos señalan que existe relación negativa y estadísticamente significativa entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales. Por tanto, se concluye que la muestra de adolescentes de la IE 1250 presenta un nivel de riesgo leve y moderado en las dimensiones de adicción a las redes sociales y en las habilidades sociales con mayor prevalencia en los niveles normal y bajo.

**Palabras claves:** adicción a redes sociales, habilidades sociales, adolescentes, pandemia.

## ABSTRACT

The present investigation studied the variable dimensions of addiction to social networks and social skills, based on these it was raised as a general problem: What is the relationship between the dimensions of addiction to social networks and social skills in adolescents of an IE of Huaycán in the context of a pandemic, 2021? As a result of this, the objective was to determine the relationship between the dimensions of addiction to social networks and social skills in adolescents from an IE of Huaycán in the context of a pandemic, 2021. This study was of a descriptive correlational type, with a non-relevant design. cross-experimental. For data collection, 150 adolescents of both sexes between 13 and 17 years of age from the IE 1250 from the town of Huaycán belonging to the district of Ate. The Addiction to Social Networks questionnaire (ARS) proposed by Escurra and Salas in 2014 and adapted to the secondary level by Grimaldo in 2019, and the Social Skills Scale proposed by Goldstein in 1978 and adapted to Peru by Thomas Ambrose in 1994-95.

The results obtained indicate that there is a negative and statistically significant relationship between the dimensions of addiction to social networks and social skills. It is concluded that the sample of adolescents of IE 1250, presents a level of mild and moderate risk in the dimensions of addiction to social networks and in social skills with higher prevalence in normal and low levels.

**Keywords:** addiction to social networks, social skills, adolescents, pandemic.

## INTRODUCCIÓN

El uso de las redes sociales ha tenido gran impacto en los adolescentes que ha llegado a convertirse en parte indispensable de su uso del día a día, debido a que es por este medio en donde se realizan las nuevas interacciones sociales. Este nuevo cambio se debe a raíz de lo sucedido con el cese de las clases presenciales, debido al COVID-19, en donde usualmente los adolescentes aprendían a desarrollar sus primeras relaciones interpersonales y desenvolverse en un ambiente nuevo. Estas antiguas costumbres han tenido que ser modificadas y ajustarse a la realidad en donde encontramos que las redes sociales son fundamentales para poder relacionarse con las personas y encontrar información nueva, esto ha traído como consecuencias conductas obsesivas hacia las redes sociales, problemas para establecer nuevos vínculos, descuido en sus actividades tanto académicas como familiares y un déficit en las relaciones interpersonales.

Por tanto, la presente investigación busca determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales con las habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Huaycán, evaluados por los instrumentos de adicción a redes sociales y la lista de chequeo de habilidades sociales.

El trabajo se encuentra dividido por los siguientes capítulos: se inicia con el capítulo I, que contiene la delimitación de la investigación, comprende el planteamiento y formulación del problema, así como los objetivos y la justificación de la investigación. En el capítulo II se desarrolla el marco teórico, esto quiere decir que en esta sección veremos los antecedentes de la investigación, las bases teóricas y la definición de términos básicos. En el capítulo III se desarrolla la hipótesis y las variables. En el capítulo IV se desarrolla aspectos relacionados a la metodología empleada en el trabajo de investigación, es decir, los métodos, la configuración de la investigación, la población y muestra, las técnicas, instrumentos y proceso de recolección de datos, la descripción

de análisis de datos y aspectos éticos. Y, por último, el capítulo V presenta, describe y contrasta los resultados obtenidos, así como También, se desarrolla la discusión de resultados. Y se termina con el estudio de conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y los anexos correspondientes, en los que se incluye los documentos sustentatorios de la investigación.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### **1.1. Delimitación de la Investigación**

##### ***1.1.1. Territorial***

El trabajo se realizó en la Institución Educativa 1250, la cual se encuentra en el distrito de Huaycán, Lima.

##### ***1.1.2. Temporal***

Tuvo un periodo de duración de 4 meses, iniciado en noviembre y teniendo como fecha de culminación en marzo, tiempo en el que se realizó la elaboración y asesoría del proyecto, recojo de datos e interpretación de los resultados y finalmente la sustentación del estudio.

##### ***1.1.3. Conceptual***

En la elaboración de la investigación planteada, se tomó como sustento los conceptos y las teorías relacionadas a las variables de estudio.

#### **1.2. Planteamiento del Problema**

El desarrollo de la tecnología y el uso de internet ha generado cambios a nivel social desde hace varias décadas, en específico de los aparatos portátiles y las redes sociales, los cuales vienen siendo de gran utilidad para diversos aspectos de nuestra vida. Sin embargo, También, se ha notado desventajas como lo menciona Echeburúa (2012), quién señala que los medios pueden terminar creando dependencia y adicción en los usuarios que les dan un uso desmedido. Por lo cual, se podría entender que la reducción de la distancia física deja de lado las actividades sociales y provoca malestar en la salud mental de las personas; esto no depende tanto de la tecnología en sí misma, sino del tiempo que las personas la usan. Por todo lo mencionado antes, esta problemática ha trascendido a nivel mundial y se ha vuelto preocupación de diversos expertos.

Según Oliva et al., (2012), la población adolescente es la más cercana a la tecnología y la que tiene mayor interacción virtual, ya sea porque se conectada a un equipo móvil, a los juegos en línea o a las redes sociales. A partir de este y otros estudios descritos en el marco teórico, se ha empezado a considerar la influencia que estas herramientas pudieran tener en el desarrollo personal de esta población, debido al periodo crítico en el que se encuentran, ya que se manifiestan grandes cambios a nivel físico, psíquico y social. Además de tener dificultad con el control de impulsos, frustración por no manejar adecuadamente la poca tolerancia, dificultad en cuanto a su propia identidad, poca experiencia de vida, dificultad para reconocer adicciones y el tomar conductas de riesgo como algo normalizado. Entonces, por las características señaladas, Papalia et. (2009) manifiesta que las personas que se encuentran en la etapa de la adolescencia serían los más vulnerables a sufrir adicción al internet.

Asimismo, en un reporte del Instituto Nacional de Estadísticas Informática (INEI, 2021) de los dos últimos periodos referidos al uso del internet, se muestra que, en el trimestre final del 2020, el 88,7 % de la población lo hizo a diario, porcentaje que al ser comparado con el trimestre pasado aumentó en un 11,0 %. Además, un reporte según el sexo señala que el 76,0 % de hombres hace uso del Internet, mientras que el 71,5 % lo hacen las mujeres, mostrando un incremento de 7,9 % en hombres y de 9,4 % en mujeres, igual al trimestre del año anterior. Y, por último, También, se encontró que la población joven y adolescente son los grupos que mayor uso le dan al Internet, donde 91,6 % representa a los que están entre 12 y 18 años y el 91,5 % representa a los que se encuentran entre 19 y 24 años (INEI, 2021)

De acuerdo con los datos estadísticos reportados en el párrafo anterior y También, con Naval et al., (2003), esta generación que usa de manera habitual la tecnología se denomina “netgeneration” y es que ellos tienen a su alcance una amplia gama de medios para comunicarse.

No obstante, como se venía señalando, el mal uso conlleva a que comiencen a experimentar dificultades en los estudios, como dificultad para hacer uso de sus habilidades sociales y bajo rendimiento académico. Teniendo en cuenta estos datos encontrados en la investigación “Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador” se ha generado mayor interés en conocer un poco más de este grupo etario, debido a que los adolescentes están en mayor riesgo de hacer de los comportamientos desadaptativos algo normalizado y por consiguiente afecta los diferentes aspectos de su vida (Pacheco, 2019).

En esa línea, con relación a las habilidades sociales, para Caballo (2007) son conjuntos de conductas que permite a las personas desarrollarse y desenvolverse de forma adecuada en contextos sociales, siéndose capaces de expresar sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de una forma adecuada y pertinente a la situación. Del mismo modo, ayuda a la resolución de problemas inmediatos y a la disminución de problemas futuros en la medida que el individuo respeta las conductas de los otros. En síntesis, permiten a los seres humanos puedan organizar sus emociones y pensamientos, además ayudan con la autorregulación, el cumplimiento de los roles, la buena autoestima y el buen rendimiento escolar. Por el contrario, una carencia de estas estaría relacionada con la poca empatía, indiferencia, el uso de conductas agresivas o violentas como medio para expresar malestar o frustración.

Por otra parte, según Wang et al. (2020), el contexto de la emergencia sanitaria suscitada en el 2020 por el COVID-19, originó que se tenga en cuenta nuevas y estrictas medidas de prevención a nivel mundial, todo ello para disminuir el contagio y es así como se estableció el confinamiento forzoso, que afectó tanto el ritmo habitual como la salud mental por la propia incertidumbre de la situación. De esta manera, Zhao y Zhou (2021) mencionan que el riesgo del

uso continuo a las redes se convirtió en un predictor importante de la adicción a estas, por lo cual estas personas que se encontraron viviendo estos eventos muy estresantes, como es el aislamiento o la enfermedad misma, presentaron un mayor riesgo para desarrollar un inadecuado afrontamiento. Por ello, no es raro que en el marco actual se esté presentado un alto consumo de redes sociales, lo cual indicó que los estudiantes universitarios tienen adicción, asociado También, al consumo de sustancias. Esto tuvo un gran impacto a causa del COVID-19 en los hábitos digitales de los estudiantes (Mansilla, 2020). Con ello, se podría señalar que la red constituyó un espacio de grandes pasatiempos y contenidos importantes, pero que a la par pudo alterar los hábitos de las personas que las usan y con el tiempo llevarlas a presentar adicción (Araujo, 2016).

Tras la problemática descrita líneas arriba, aún existe un creciente debate en torno al impacto de las redes sociales en los procesos de socialización del grupo etario mencionado, por ello, fue importante averiguar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en los adolescentes de la IE 1250, teniendo como contexto la pandemia, debido al COVID-19.

### **1.3. Formulación del problema**

#### ***1.3.1. Problema general***

¿Cuál es la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021?

#### ***1.3.2. Problemas específicos***

- ¿Cuáles son los niveles de las dimensiones de la adicción a redes sociales según sexo y edad cronológica en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021?

- ¿Cuáles son los niveles de las habilidades sociales según sexo y edad cronológica en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021?

#### **1.4. Objetivos de la Investigación**

##### ***1.4.1. Objetivo general***

Determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021.

##### ***1.4.2. Objetivos específicos***

- Determinar los niveles de las dimensiones de la adicción a redes sociales según sexo y edad cronológica en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021.
- Determinar los niveles de las habilidades sociales según sexo y edad cronológica en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021.

#### **1.5. Justificación de la Investigación**

##### ***1.5.1. Justificación teórica***

La investigación reunió un sustento teórico congruente y consistente a las dos variables de estudio, por lo que conformó una base de información enriquecida y que sirve como medio de consulta para otros investigadores. Esta recopilación de enfoques, modelos, teorías e interpretaciones complementaron el conocimiento acerca del tema. Además, los aportes personales que se realizaron en este trabajo de investigación representan un aporte teórico científico, ya que el tiempo y el contexto varió y pueden hacerse futuros estudios, partiendo de este para ver su desarrollo en otras poblaciones y escenarios. El presente estudio se realizó con el propósito de identificar la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán durante la pandemia, 2021 a través de los

cuestionarios empleados en esta investigación, y los que permitieron conocer si el uso excesivo de redes sociales trae consigo repercusiones en las habilidades sociales de los adolescentes.

### ***1.5.2. Justificación práctica***

El presente estudio se realizó porque existe la necesidad de conocer el panorama actual en cuanto a la relación que presentan estas variables en la población de estudio, y así prevenir la adicción y mal uso del internet. Es probable que estos resultados puedan ser tomados a fin de fomentar y desarrollar futuras investigaciones relacionadas con las dos variables.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### **2.1. Antecedentes de la Investigación**

##### ***2.1.1. Antecedentes internacionales***

Jiménez (2018), en su investigación “Redes sociales y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de primero, segundo y tercero de bachillerato de la unidad educativa particular Cordillera del Cantón Loja”, plantea como objetivo explicar el uso de redes sociales y cómo afecta en el desarrollo de habilidades sociales de los estudiantes, conformado con una muestra de 74 estudiantes en un rango de edad entre 15 a 18 años, quienes fueron evaluados con los instrumentos de la escala de habilidades sociales de Goldstein y una encuesta semiestructurada para conocer la frecuencia y modo de empleo de las redes sociales para la recolección de datos. La metodología del estudio fue de tipo descriptivo de corte transversal. El resultado obtenido dio a conocer que el uso de redes sociales mayor a las dos horas en los estudiantes es considerado como excesivas debido a que ejercen un deterioro representativo en el desarrollo de las habilidades sociales. A pesar de todo no se considera como única causa, el autor concluye que existen otros factores adicionales relacionados a la edad, debido a que el adolescente está en una etapa de cambios e impediría que se pueda desarrollar al máximo sus habilidades sociales.

Asimismo, Guzman y Mesa (2020) publicaron un estudio titulado “Usos de las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución del municipio de los Patios”, indagaron la relación entre el uso de las redes sociales como Facebook, WhatsApp e Instagram con las habilidades sociales. La investigación fue no experimental correlacional de tipo transversal, cuya población fue de 80 estudiantes entre los 15 a 19 años y para la recolección de datos hicieron uso del Cuestionario de la adicción a las redes sociales (ARS) y de la Escala de habilidades

sociales. Concluyeron que no existe correlación entre las variables, es decir, que el uso de las redes sociales no obstaculiza en su desarrollo de habilidades sociales; así mismo no es un factor determinante tener un bajo nivel en habilidades sociales y al mismo tiempo tener un alto nivel de adicción a redes sociales.

### ***2.1.2. Antecedentes nacionales***

Domínguez y Ybañez (2016), en su estudio “Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada”, tuvieron el objetivo determinar la relación que existe entre estas dos variables. Su muestra estuvo conformada por 104 varones y 101 mujeres siendo un total de 205 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria. El estudio fue de tipo descriptivo correlacional y los instrumentos utilizados para ello, fueron la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein, adaptada por Tomas y escala de actitudes hacia las redes sociales. La conclusión a la que llegaron para resolver el objetivo general indico que existe una relación inversamente significativa entre las dos variables; es decir si la adición a las redes sociales incrementa, el nivel de habilidades sociales decrece o viceversa. En relación con las dimensiones de las habilidades sociales, se halló que existe una correlación inversa altamente significativa entre estas con la variable adicción a redes sociales, en cuanto a la adicción a las redes se encontró que cinco de diez estudiantes tienen tendencia a crear una conducta adictiva.

Por su parte, Ikemiyashiro (2017) desarrolló su investigación “Uso de las Redes Sociales Virtuales y Habilidades Sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana”, con el objetivo principal de conocer la correlación significativa entre estas dos variables de estudio, para lo cual intervino en una muestra de 322 entre las edades de 15 a 30 años de Lima Metropolitana. En cuanto a la evaluación, utilizó el test de adicción a redes sociales, así como la escala de habilidades sociales, adaptada por Cesar Ruiz. Logró concluir que las dos variables de

estudio tienen una relación negativa e inversa, por lo tanto, el nivel de adicción a las redes sociales afecta en el desarrollo de habilidades sociales; además es importante indicar que los datos recogidos de la variable habilidades sociales se encontró que en mujeres obtienen un escala media mientras que en los varones una escala baja. En cuanto, la variable adicción a redes sociales, las mujeres obtienen un puntaje medio con 47,5 levemente mayor que en los varones que obtuvieron un 46.65. Finalmente, deja como recomendación para futuras investigaciones seleccionar y realizar un seguimiento de actualización sobre las pruebas que midan estas dos variables, así mismo realizar este tipo de estudio en diferentes zonas del país y escoger un tipo de muestreo de acorde a la realidad.

A su vez, Huancapaza y Huanca (2018), en su estudio “Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en instituciones educativas del distrito de Cayma 2018”, publicaron su investigación descriptivo-correlacional con la finalidad de establecer la relación entre las variables de estudio. Tuvieron como participantes a 206 estudiantes que comprenden entre 15 a 16 años, quienes fueron evaluados con los instrumentos: la Escala de habilidades sociales (EHS) y el Cuestionario de adicción a las redes sociales. Los resultados que obtuvieron precisan que existe una relación inversa estadísticamente significativa entre las variables de estudio, quiere decir que el uso masivo de redes sociales disminuye el desarrollo de habilidades sociales llegando afectar en la vida cotidiana del estudiante. Además, es preciso acotar que los datos obtenidos sobre el género en relación con las habilidades sociales se hallaron que tanto los varones como mujeres presentan un nivel bajo, por otro lado, los datos obtenidos entre la adicción a redes sociales se encontraron que las mujeres presentan un nivel alto mientras los varones un nivel bajo. Finalmente, en cuanto al grado; se encontró que el tercer grado obtuvo un nivel alto hacia la variable adicción a redes sociales y al mismo tiempo obtuvieron el nivel bajo en cuanto a habilidades sociales.

A su turno, Romo (2018) desarrolló su investigación “Adicción a internet y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa Internacional Elim de Villa El Salvador”, y publicó su investigación no experimental transversal y correlacional recolectando los datos en 250 estudiantes de secundaria. El propósito del estudio fue determinar la relación entre las variables adicción a internet y habilidades sociales, por lo cual se empleó los instrumentos de la escala de adicción a internet de Lima (EAIL) y la lista de evaluación de habilidades sociales. Concluyó que existe una relación inversa significativamente entre la adicción a internet y las habilidades sociales, por lo cual a mayor uso del internet será menor el desarrollo de las habilidades sociales, así mismo otro dato encontrado fue la relación entre la variable adicción a internet con las habilidades sociales en el cual confirma que existe una relación inversa significativamente en el cual el estudiante adopta una postura negativa al desarrollo de habilidades sociales debido al uso excesivo del internet.

Mientras que Flores y Quispe (2019) llevaron a cabo su investigación “Adicción a las redes sociales virtuales y desarrollo de habilidades sociales en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria del distrito de Paucarpata”, para determinar la relación entre los niveles de las habilidades sociales y la adicción a las redes sociales virtuales en una muestra de 374 estudiantes. Este estudio fue de tipo descriptivo y correlacional, con un diseño transversal, aplicando el cuestionario para conocer la magnitud de la adicción a redes sociales (ARS) y la escala de habilidades sociales a los estudiantes de cuarto y quinto grado. Como resultado, se evidenció una relación inversa y altamente significativa entre las variables, reflejando así que un uso prolongado de redes sociales conlleva a que las habilidades sociales en los estudiantes, se vea cada vez más limitada. Asimismo, los datos recolectados demostraron que más de la mitad de los estudiantes presentan un nivel medio hacia la adicción a redes sociales, y También, presentan niveles de déficit

y bajos respecto al desarrollo de habilidades sociales. Finalmente, También, se halló relaciones estadísticamente significativas respecto a los varones con la variable adicción a las redes sociales debido a que se asocia a una menor capacidad de hacer peticiones, por otro lado, en las mujeres no se hallaron relaciones estadísticamente significativas entre las variables ya mencionadas.

Por su parte, Ccopa y Turpo (2019) realizaron una investigación titulada “Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de la institución educativa”, con el objetivo de identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en una muestra de 130 adolescentes. Dicho estudio fue de tipo descriptivo-correlacional y los instrumentos que se aplicaron fue el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y la escala de evaluación de las habilidades sociales. Los hallazgos encontrados por los autores indican que existe una relación estadísticamente significativa entre las dos variables, lo cual dicho de otra manera sería que a mayor adicción de las redes sociales menor es el desarrollo de las habilidades sociales.

A su vez, Huamán y Vila (2020) desarrollaron su tesis “Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en adolescentes de un centro preuniversitario parroquial, Huancayo-2020”, en una muestra de 120 estudiantes de diversas instituciones educativas con el fin de conocer la relación entre las habilidades sociales y la adicción a las redes sociales. Esta investigación fue de tipo correlacional, no experimental transaccional y se usaron dos instrumentos para el recojo de datos la lista de evaluación de habilidades sociales del departamento de promoción de la salud mental y la prevención de problemas psicosociales IEM HD-HN y el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Los autores concluyeron que existe una relación inversa con escaso nivel de correlación entre las variables.

A su turno, Solano (2021) ejecutó una investigación titulada “La influencia de la adicción a las redes sociales en las habilidades sociales en estudiantes de 14 a 25 años de Lima Este”, para determinar la relación entre las variables ya mencionadas en una muestra conformada por 500 estudiantes cuyas edades oscilan entre 14 y 25 años, de ambos sexos. El estudio fue de tipo no experimental correlacional, transversal y los instrumentos utilizados fueron la encuesta de adicción a las redes sociales (ARS) y la escala de habilidades sociales (EHS), con los que se llegó a concluir que hay una correlación inversa, altamente significativa entre las habilidades sociales y adicción a redes sociales; lo que indica que mientras el nivel de habilidades sociales aumenta; por otro lado, el nivel de adicción a las redes disminuye y viceversa. En cuanto a la variable adicción a las redes sociales se encontró que no hay diferencias significativas respecto al puntaje obtenido entre los varones y mujeres, dado que tuvieron puntuaciones iguales. Por otro lado, en la variable de habilidades sociales se observó puntuaciones más altas en las mujeres en comparación con los hombres.

Mientras que Damas y Escobedo (2017) llevaron a cabo su tesis “Adicción a las redes por internet y habilidades sociales en adolescentes, Trujillo-2016”. El objetivo fue determinar la relación de la adicción a las redes por internet y la afectación en las habilidades sociales: asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones en adolescentes. La investigación fue de tipo descriptivo-correlacional de corte transversal, y su muestra fue con 220 adolescentes de primero a quinto de secundaria. Se utilizaron dos instrumentos para la recolección de datos, el cuestionario de adicción a las redes sociales y la prueba de evaluación de las habilidades sociales. Con los mencionados instrumentos, se llegó a concluir que existe una relación significativa entre las variables estudiadas, mostrando que más de los estudiantes presenta una adicción moderada a

severa. Por otro lado, respecto al género se halló que las mujeres son mas propensas a tener adicción a las redes sociales.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Adicción a redes sociales**

En la persona es importante el crecimiento de la tecnología para un mejor desarrollo en diferentes áreas laborales y profesionales, sin embargo, existen También, desventajas al ser adictos a cualquier red social. La adicción es una inclinación al ámbito patológico, para la persona causaría dependencia y limitaciones en la exploración de otros intereses. Al inicio, esta conducta es reforzada por factores positivos como la sensación de placer en sí misma, por ejemplo, serle de utilidad o por el gusto, pero que finalmente son controlados por reforzadores negativos, alivio del malestar emocional como el aburrimiento, soledad e ira, entre otros (Echeburúa & Corral, 2010).

#### **2.2.1.1. Síntomas de la adicción a redes sociales**

Según Greenfield (2009) los síntomas iniciales son los siguientes:

- Uso excesivo asociado a una pérdida de control.
- Síntomas de abstinencia (ansiedad, depresión e irritabilidad).
- Necesidad de aumentar el tiempo de conexión a Internet para sentirse complacido.
- Repercusiones negativas en la vida cotidiana.
- Reducción de actividad física.

#### **2.2.1.2. Factores de riesgo y protección a la adicción en redes sociales**

Los autores de Echeburúa y Requesens (2012), en su libro, señalan los siguientes factores que se dividen en dos:

### *Factores de riesgo*

Los adolescentes tienen factores de riesgo debido a que buscan explorar nuevas sensaciones, es por ello que son los primeros en relacionarse con las nuevas actualizaciones en la tecnología. Sin embargo, es importante mencionar que hay personas que tienen mayor adicción a la tecnología, unos de los grandes factores de riesgo son personales, familiares y sociales.

#### *Factores personales*

Los factores personales refieren a las áreas de personalidad y emocional, en estas se encuentran diferentes características que son vulnerables a nivel psicológico y que influyen en las adicciones, como, por ejemplo: la impulsividad, variación del estado del ánimo y poca tolerancia a los estímulos desapacibles (físicos y psíquicos). Asimismo, la adicción esconde diferentes dificultades en la personalidad, como una timidez excesiva, baja autoestima o un mal manejo de afrontamiento ante las dificultades de la vida diaria. Además, las personas que tengan problemas psiquiátricos pueden tener o aumentar una mayor adicción al internet y las personas que tienen diferentes carencias afectivas o vacíos emocionales son las que buscan compensar dichas insatisfacciones personales con adicciones o diferentes conductas inapropiadas. De esta manera se conoce que el internet o redes sociales son plataformas influyentes en las personas y más para aquellas que buscan refugios, afecto y aceptación de diferentes grupos sociales.

#### *Factores familiares*

El entorno familiar debe ser adecuado y propicio para adquirir conductas sanas y positivas y así el adolescente pueda tener una favorable adaptabilidad a la sociedad. Sin embargo, hay familias que tienen un entorno rígido y con un estilo educativo autoritario que ocasiona que el hijo tenga conductas de rebeldía, dependencia, oposición a las normas y sentimientos de rabia y rencor. Así mismo, existe la familia permisiva donde no existe normas ni coherencia entre las figuras

paternas, sin ofrecer un apoyo emocional apropiado los hijos crecen egocéntricos, caprichosos e impulsivos.

#### *Factores sociales*

Los factores sociales están referidos a las relaciones que tengamos o no con otros individuos que mantienen conductas que abusan de las nuevas tecnologías siendo una influencia directa para desencadenarlo, sin embargo, se considera que para esto las características personales son un predisponente importante. Cabe mencionar, que la tendencia a dejarse influir También, va de la mano con el entorno familiar poco vinculado y por lo tanto no logra conseguir abordar los impulsos del adolescente y este corre el riesgo de hacerse adicto por la presión del grupo y llenar un vacío existencial.

#### **Factores de protección**

En comparación con el primer factor, los factores de protección en los aspectos personales y familiares tienen menos probabilidades de involucrarse en una adicción. Es importante fortalecer el apoyo de padres y tutores para evitar los problemas adictivos.

#### *Recursos personales*

En los recursos personales, la autoestima es un pilar básico para la estructura de la personalidad desde la infancia como los comportamientos con las demás personas y la capacidad de control. Por ello, hay dos tipos de autoestima: una autoestima saludable se da con una autovaloración positiva de nosotros mismos y la capacidad de amarnos, que permite tener un equilibrio emocional, buena disposición hacia la vida y actitudes positivas para superar los problemas cotidianos. Por otro lado, una autoestima negativa se da por defecto o exceso, es decir; algunas personas no se valoran lo suficiente y otras contrariamente se valoran en exceso llegando a la arrogancia. También, , tenemos las habilidades sociales y de comunicación donde ambos

términos fomentan una autoestima adecuada que repercute en cómo nos relacionamos con los otros y dificultan la creación de un mundo virtual, he ahí la importancia de aprender las habilidades necesarias para interrelacionarnos mediante el lenguaje verbal y gestual y que de esa manera se logre expresar las necesidades y a su vez entender la información que transmitimos o nos transmitan. Por último, otros recursos personales, como la capacidad para solucionar los problemas permiten que el adolescente realice un análisis de toma de decisiones, potenciando el desarrollo del pensamiento crítico, controlar tanto las conductas impulsivas como la presión social que permite desarrollar habilidades para escoger una adecuada decisión. También, el afrontamiento adecuado del estrés y el control de las emociones permite tener bajo control las conductas impulsivas e indeseables. Y, por último, la ocupación adecuada del ocio que fomenta que en su tiempo libre realice actividades de desarrollo personal o creativas para así frenar las conductas adictivas e indeseables que se originan por el aburrimiento del adolescente. Estos recursos protegen y previene que llegue a tener una adicción a las redes sociales el adolescente.

#### *Recursos familiares*

Dentro de los recursos de nuestro vínculo parental, tenemos a la comunicación, que es uno de los más importantes recursos, por no decir que el principal para una sana y adecuada convivencia, dado que permite captar las preocupaciones de los hijos y facilitan la búsqueda de salidas apropiadas y así no buscar relaciones inapropiadas en las redes sociales por una falta de normas y límites que deben ir en términos de equilibrio para crear hábitos de conducta los cuales sean saludables y sea lo que contrarreste a implicarse en riesgos o adicciones.

#### **2.2.1.3. Consecuencias de la adicción a redes sociales**

Wakefield (2018) menciona que son las siguientes:

- *Conflicto para sostener la concentración.* Muchas veces nuestra atención pueda estar dispersa, por lo que físicamente podremos estar presentes en un lugar, pero nuestra mente puede estar en otro lado, es por ello que los navegadores con adicciones tienen en segundo plano la realidad directa.
- *Cambios en el sueño y descanso.* El permanecer un tiempo elevado en una pantalla altera diferentes cambios en el ritmo de vida. Por ejemplo, cuando se interrumpe el sueño para utilizar el teléfono cuando se está en la cama o cuando estamos en la computadora por horas.
- *Alteración de la realidad.* Las personas adictas comienzan a distorsionar su mente pensando que el celular es parte de su cuerpo u organismo y cuando el aparato es extraviado este comienza a presentar síntomas ansiosos.
- *Descuido a la intimidad.* A medida que el usuario está por mucho tiempo en redes sociales, pierde el control y va compartiendo información personal, inconscientemente colocan datos que las redes solicitan para seguir usándolas, pero estas pueden ser adquiridas fácilmente por otras personas.
- *Soledad.* Las redes sociales nos ayudan a relacionarnos e interactuar con personas de todos lados, sin embargo, También, presentan desventajas que se evidencia en el área emocional, dado que las personas buscan constantemente mantener conversaciones o que sus ventanas se encuentren llenas de mensajes para no sentirse vacíos o solos, sino que se sientan importantes y necesitados.

#### **2.2.1.4. Dimensiones de la adicción a redes sociales**

Se encuentran tres dimensiones en la adicción a las redes sociales según Escurra y Salas (2014), estas son conformadas por la obsesión por las redes sociales, la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el uso excesivo de las redes sociales.

La obsesión por las redes sociales está relacionada con un compromiso mental que implica el constante empleo y uso desmedido de las redes sociales, el pensar y el estar pendiente de ellas en cualquier momento del día, que lleva al individuo a conectarse las 24 horas y trae consigo síntomas vinculados con la ansiedad y preocupación por la falta de acceso a estas, además de afectar su relación con el entorno más cercano. La falta de control personal se basa en la ausencia de control del individuo para destinar tiempo a las redes sociales dejando de lado las tareas y estudios porque su capacidad de discriminación se ve reducida y solo responde a los estímulos que actúan como recompensa dentro de estos espacios. Asimismo, el uso excesivo de las redes sociales hace que la persona tenga dificultad para controlar la frecuencia y tiempo de las redes sociales, así como el no poder controlarse cuando lo usa ni ser capaz de minimizar la cantidad del uso de ellas porque el tiempo invertido es desproporcional para el entretenimiento y si esto continua, conduce a un déficit en la toma de decisiones al momento de organizar o dejar el uso de las redes.

#### **2.2.1.5. Modelos teóricos**

Respecto a la Teoría Cognitivo-Conductual se menciona lo siguiente:

El sobreuso de internet tiene origen en dos razones patológicas; la primera es sobre comportamientos sociales que se dan al estar activos en redes, y esto se desarrollaría en personalidades introvertidas. Por otro lado, tenemos a las conductas específicas, donde los individuos buscan tener la aprobación de otros y así ganarse el reconocimiento social, por

lo general esta conducta es reforzada por su mismo entorno social (Davis, 2001, pp. 191-192)

### **2.2.2. Redes sociales**

Las redes sociales son medios de comunicación en los que los navegadores pueden relacionarse con personas de diferentes lugares que se desee conocer o que ya se conoce, además pueden compartir y conocer diferentes intereses personales. Asimismo, las redes sociales se caracterizan por compartir diversos medios como fotos, vídeos, documentos, archivos, etc. Cabe mencionar que estas redes sociales son fáciles y accesibles para cualquier persona que quisiera disponer de alguno (Celis et al., 2012).

En las redes sociales existen diferentes plataformas que son representadas por uno o varios grafos debido a que es una organización social y están relacionadas. Las áreas de relaciones que se encuentran dentro de estos medios pueden ser de relaciones amorosas, amistades, trabajos, familiares o grupos de juegos (Flores et al., 2009).

#### **2.2.2.1. Características de las redes sociales**

Mediante las sugerencias de diferentes investigadores, se mencionan que las características fundamentales son el interrelacionarse, platicar, aportar comunicación y adquirir conocimientos; seguido a ello la red social se califica por el uso de una tecnología adaptable y ancho de banda necesaria para el cambio de información y tipos web de plataformas libres.

Dentro de la recopilación de características, se denota mayor utilidad e importancia en el área educativa debido a que los estudiantes tienen logros significativos en su aprendizaje. Dentro de la expansión de las redes sociales existe el “efecto red”. Este efecto red se elabora en cuanto un nuevo usuario agrega un valor a un producto por unirse al grupo de usuarios. Un ejemplo claro de efecto red son los medios de comunicación, uno de ellos es la red de telefónica donde el tercer

usuario puede establecer una comunicación directa con dos personas, pero el cuarto usuario imaginaría hablar con tres a más personas y así continuamente. Por ello, para que haya mayor permanencia a la red es necesario que se encuentren navegantes significativos (Flores et al., 2009)

Varios expertos concuerdan que es considerable dividir estas características en dos: cuantitativas y cualitativas. En la primera división se establece con la cantidad de consumidores. Dentro de las características cuantitativas de redes sociales se localiza la consistencia, distancia, la cantidad y cercanía de conseguir a otra persona dentro de la red y las similitudes y diferencias entre los miembros.

Respecto a las características del uso de redes sociales tenemos la densidad, que es la unidad de lazos entre los usuarios de redes; proximidad, que es la distancia que existe de una persona a otra; rango, cantidad de contactos directos que se tiene dentro de la red; magnitud, número de personas en la red; homogeneidad, semejanzas entre los que integran la red y dispersión, diferencias que dividen a los usuarios de red. En tanto a las características cualitativas se focalizan en la tolerancia y círculos afectivos, además existe vínculos directos, interacciones y relaciones sociales entre usuarios (Madariaga et al., 2010).

#### **2.2.2.2. Clasificación de las redes sociales**

Marañón (2012) establece como criterio único para clasificar las redes sociales su objetivo, dentro de las cuales define:

- Redes sociales de carácter Personal, como Facebook, Twitter o Myspace.
- Redes sociales de tipo profesionales, como LinkedIn, Xiang o Viadeo.
- Redes sociales temáticas dentro de las cuales están [cuantatuviaje.net](http://cuantatuviaje.net) o [Musicmakesfriends.com](http://Musicmakesfriends.com).
- Redes sociales de escala local, como Tuenti, Hyves o XianoeiM

### **2.2.3. *Habilidades sociales***

Respecto a la conceptualización de habilidades sociales, se encuentran autores que han ejecutado diferentes conceptos que permiten comprender de mejor manera la naturaleza de esta variable. A continuación, señalaremos definiciones fundamentales que se consideraron en la presente investigación.

Las habilidades sociales son competencias donde las pueden interactuar con otras en diferentes contextos sociales amicales, al mismo tiempo estas competencias son beneficiosas para el desarrollo de la personalidad y ámbito social (Combs y Slaby, 1977).

Asimismo, las destrezas sociales son comportamientos aprendidos, ya que estas se ejecutan en las necesidades interpersonales donde haya exigencias y situaciones sociales de forma efectiva (León y Medina, 1998).

Por su parte, se considera que las personas sostienen conjuntos de razonamientos, emociones, y actitudes que permiten interactuar y coexistir de forma tranquila y afectiva. También, los comportamientos sociales habilidosos son grupos de conductas emitidas por la persona en un ambiente social que denota diversos sentimientos, es de esta manera donde la persona desarrolla habilidades para la resolución de problemas en el presente y futuro, liderazgo frente actividades y entre otras (Caballo, 2007; Monjas 2009).

Finalmente, las habilidades sociales se basan por actitudes aprendidas en diferentes ámbitos sociales, estas son empleadas para desenvolverse en sociedad, consigo mismo y con sus pares, este tiene como objetivo para la resolución de problemas en el entorno social y con el bienestar de la persona.

### **2.2.3.1. Características de las habilidades sociales**

Según Alberti (1977), las principales características de las habilidades sociales son las siguientes:

- Es propia de la conducta
- Se especifica en las conductas de las personas.
- Cada ser humano posee diversos comportamientos
- El desarrollo social de la persona se basa en los diferentes ambientes
- Las personas tienen la libertad de elegir
- La conducta social es activa y eficiente

### **2.2.3.2. Dimensiones de las habilidades sociales**

Existen seis dimensiones respecto a las habilidades sociales, según (Goldstein, 1980), estas son las primeras habilidades sociales: las sociales avanzadas, las relacionadas a los sentimientos, las alternativas a la agresión, para hacer frente al estrés y las de planificación.

Asimismo, las primeras habilidades sociales son aquellas que permiten escuchar, agradecer y presentarse dentro de una comunicación social, También, se les conoce como habilidades no verbales o de contacto. Además, las habilidades sociales avanzadas son aquellas que permiten al ser humano poder pedir algo como ayuda, disculpas y tener la capacidad de convencer en un grupo social. Las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos son aquellas que permiten al ser humano identificar las emociones, sentimientos y a la vez gestionarlos. Mientras que las habilidades alternativas a la agresión son las formas de defender nuestros derechos ante los demás como evitar una pelea. Por su parte, las habilidades para hacer frente al estrés se basan para las personas en saber guiarse en situaciones que demanden afrontamiento a diversas situaciones como saber perder, defenderse, etc. A su vez, las habilidades de planificación permiten a las personas a

organizarse de una elaborada para resolver diversos problemas y a la vez tomar decisiones oportunas.

### **2.2.3.3. Desarrollo de las habilidades sociales**

Los vínculos parentales en la infancia juegan un rol fundamental para el desarrollo social, desde los cinco y seis semanas de vida, el niño presenta gestos como respuesta a un estímulo social, como es la sonrisa. Una vez que amplíe su ambiente social, aprenderá patrones cada vez más complejos de interacción social, que incluyen aspectos cognitivos, afectivos, sociales y morales. Lo que se espera de esta continua interacción-aprendizaje es que el individuo comprenda la interdependencia y los patrones relacionales que se establecen en toda dinámica social (Hidalgo y Abarca, 1990, pp. 265-282).

Asimismo, la conducta social está fuertemente ligada a los contextos sociales, un niño en etapa escolar aprenderá nuevas habilidades sociales ya que se encontrará con su grupo de pares, en el cual los patrones de interacción serán distintos a la de su hogar y por ende habrá ciertas conductas específicas que el medio social le impone (Herranz & Delgado, 2012, pp. 166-168).

### **2.2.3.4. Importancia de las habilidades sociales**

En la infancia se encuentra en relación sólida entre el bienestar personal y colectivo, y en la adultez se crea su adaptación social en diferentes áreas. Desde nuestro nacimiento podemos interactuar con nuestro entorno, mediante vamos creciendo nuestras habilidades sociales se van, fortaleciendo y madurando con diferentes grupos de personas y lugares, sin embargo, este desarrollo dependerá del desenvolvimiento de la persona (Díaz et al., 2018)

### **2.2.3.5. Modelos teóricos**

Dentro de los modelos investigados, tenemos los siguientes:

a) El modelo de aprendizaje social hace una diferenciación entre aprendizaje y desempeño, entendiendo que los factores que controlan cada uno de estos procesos son diferentes. Este modelo menciona que la gran parte de las habilidades sociales se aprende a través de experiencias interpersonales, es decir mediante la observación de las distintas personalidades de otros (Bandura, 1997).

b) El modelo de percepción social ennoblece el análisis del proceso cognitivo inicial implicada en la habilidad de percibir y decodificar el ambiente social, es decir, la capacidad que tienen las personas para observar el contexto social en que se encuentra, analizando y discriminando cómo debe ser el propio comportamiento (verbal y no verbal) y si este debe ocurrir o no. El error en la lectura y en la decodificación de los mensajes del interlocutor y de las normas y valores presentes en el contexto social, que aceptan ciertos comportamientos y rechazan otros generarían dificultades en las habilidades sociales (Morrison y Bellack, 1981).

#### ***2.2.4. Adolescentes***

Es un ciclo de cambios que se da en la infancia y adultez, estos cambios se dan en diferentes ámbitos visibles para los demás. Por ejemplo, físicos, cognoscitivos y psicosociales. Existen procesos que se caracteriza en el desarrollo de los adolescentes, en uno de estos cambios se observa con mayor claridad el aspecto físico de los adolescentes, esto es por el incremento de sucesos hormonales en la etapa de la pubertad, sus cuerpos adquieren una apariencia adulta y su proceso cognitivo mantiene términos abstractos e hipotéticos (Papalia et al., 2009).

La terminación de adolescente se dirige propiamente a un rango de edad que se da desde los 11 a los 19 años, fase donde inicia una alteración física en la niñez y termina en la adultez. En el periodo de la adolescencia se encuentran alteraciones en lo biológico, cognitivo, emocional y social.

La etapa de la adolescencia se encuentra en medio de la niñez y la adultez, es el ciclo donde el ser humano se desarrolla, crece y surgen cambios significativos. Se trata de uno de los periodos de transformación más importantes en la vida de la persona, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios, superado únicamente por el que experimentan los lactantes. Mediante que el ser humano está en proceso de crecimiento su desarrollo viene estipulado por varios procesos biológicos (OMS, 2018).

#### **2.2.4.1. Cambios en la adolescencia**

Durante la etapa de la adolescencia existen cambios físicos, además es en la etapa de la pubertad donde se inicia y se encuentra mayor crecimiento de testículos en varones y las mamas en mujeres. En el desarrollo de órganos se da inicio de la menstruación en la mujer y la producción de esperma en varones, estos primeros cambios tienen un periodo de duración de tres a cuatro años. Asimismo, los cambios psicológicos durante la adolescencia se producen por cambios hormonales, esto influye en el estado de ánimo y en las alteraciones emocionales. Además, se ha encontrado en algunas investigaciones que en la adolescencia hay dificultad en reconocer las emociones de otros, por ello la inestabilidad es mayor (Papalia et al., 2009).

Por otro lado, el desarrollo social y comportamental durante la adolescencia hay una relación con los iguales, es decir, en la etapa de la infancia los padres son modelos de identidad, en cambio, en la etapa de la adolescencia esta identidad es reemplazada por los vínculos afectivos y modelos en los amigos (Delgado y Herranz, 2010). Luego, a través del tiempo y por la influencia de algún grupo social de amigos, los adolescentes buscan separarse de los padres, debido a que quieren adquirir su independencia y libertad.

Asimismo, el núcleo familiar cumple un rol importante como red de apoyo para mejorar las dificultades propias de esta etapa, es en ella donde encuentran diversas situaciones

problemáticas, por ejemplo: La conducta, las tareas del hogar, aprovechamiento académico, los amigos, la vestimenta, el buen uso y tiempo en redes sociales, etc.

Además, la secundaria es parte de un contexto de socialización para el desarrollo del adolescente debido a que distribuye su tiempo entre el colegio y su casa, es por ello que, el joven tiene funciones sociales diversas, como la ubicación en el medio social, reconocimiento de roles sociales y autoridades, adecuación a normas de conducta, interacción y convivencia con sus pares. “El desarrollo emocional durante la adolescencia tiene niveles altos y bajos, estas desorientan y dejan huella en la vida afectiva. Asimismo, los adolescentes buscan su independencia y la interacción con amigos para comenzar los lazos afectuosos” (Contini & Betina, 2011).

#### **2.2.4.2. Modelos teóricos**

Con respecto a los modelos teóricos (Deval, 1998) menciona lo siguiente:

- *Modelo psicoanalítico.* Desde esta perspectiva, la adolescencia es el resultado que se da desde la etapa genital. Existen desequilibrios en los diferentes procesos de crisis, lo cual hay mecanismos de defensas psicológicas. En la etapa de la pubertad se inicia la fase genital y esta es hasta la edad adulta; en esta fase se denota una reactivación de impulsos sexuales que son reprimidos desde la fase de latencia anterior, por lo tanto, el adolescente tiene la necesidad de buscar su independencia y de tener momentos afectivos con personas externas al entorno familiar. Durante los vínculos afectivos, este experimenta regresiones en el comportamiento como afinidad e imitación con personas famosas, vinculación con ideales referidos a la belleza, política, religión, filosofía y estados en la inestabilidad emocional en las relaciones. Mediante el individuo siga desarrollándose debe ir construyendo su propia identidad, crear proyectos de vida, actitudes maduras e integrar sus cambios

en la autoimagen y autoconcepto para que pueda interrelacionarse en diferentes ámbitos. Por tanto, el psicoanálisis se acentúa en los factores internos debido a que esto afecta a la integración social.

- *Modelo cognitivo-evolutivo.* En la etapa de la adolescencia hay cambios cognitivos, por ello, los pensamientos de los jóvenes cambian ante diferentes ámbitos sociales. Ellos adquieren un grado de razonamiento propias, lo cual se llama pensamiento final. Las nuevas capacidades que se desarrollan son la de un pensamiento crítico y autónomo. Desde esta perspectiva se encuentra que en la adolescencia hay interacción entre factores individuales y sociales.
- *Modelo sociológico.* Los jóvenes deben socializar con los valores y creencias que han adquirido desde la infancia. Debe buscar las exigencias y expectativas adultas. Por otro lado, la etapa de la adolescencia es vista como el resultado individual, es decir, cuando manifiestan un status de independencia en la sociedad. Este ámbito de focaliza en los procesos de integración donde el adolescente atribuye causas y factores sociales.

#### **2.2.4.3. Adolescencia y redes sociales**

En la adicción a las redes sociales existen diferentes aspectos tales como los servicios en los aplicativos, herramientas, utilidades y velocidades. En los usuarios existen conflictos por vulnerabilidad de la edad, en ello se manifiestan diversas emociones como la ansiedad, frustración, miedos, poca facilidad para expresarse y dificultad para relacionarse con los demás (Arab y Díaz, 2015).

#### **2.2.4.4. Adolescencia y habilidades sociales**

Los resultados emocionales que se dan en la adolescencia están ligados con las emociones negativas como, el enojo y la frustración, esto no solo se manifiesta con adultos sino también con los de su misma edad. Cabe mencionar que los cambios emocionales se acompañan en las diferentes situaciones de ánimo y comportamientos, distinguido por la tendencia las diferentes situaciones conflictivas, impulsividad, irritabilidad y cólera (Gaete, 2015).

#### **2.2.5. COVID-19**

El informe de investigación, titulado “Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento”, señaló que el confinamiento causó un gran impacto en el bienestar físico y psicológico de las personas, paralizando e interrumpiendo actividades cotidianas que fueron prohibidas durante semanas, provocando daño emocional en las personas. Asimismo, el estudio analizó el impacto psicológico causado, porque trajo otros hábitos en la vida de las personas, tales como el sedentarismo, hábitos poco saludables de alimentación, sueños irregulares, insomnio, estar frente a la pantalla por muchas horas, problemas personales y familiares dentro casa, que generaron estrés, depresión, ansiedad, frustración, aburrimiento, desconfianza, ira y miedo. Además, se indicó que hasta el momento existen pocos estudios sobre el impacto psicológico causado por el confinamiento (Balluerka et al., 2020).

En China se presentó un brote de neumonía que fue causada por el nuevo COVID-19, esto se dio en diciembre del 2019. Esta epidemia se expandió rápidamente por diferentes países, es por ello que la OMS impuso una emergencia de salud pública. Ante este problema mundial se recomendaron acciones para evitar el contagio. Por ejemplo, el distanciamiento social y métodos de diagnóstico (Flores, 2021). Hasta el 2020, el COVID-19 se encuentra en todos los países y son más 40 millones de personas que obtenido la enfermedad y más de un millón han fallecido. El 26

de febrero del 2020 en Brasil, se conoce el primer caso en Sudamérica, pasando algunos meses este país se convertiría en el epicentro de contagios, mientras que en Perú se dio a conocer el primer caso el 6 de marzo del mismo año. Por lo tanto, el Gobierno declaró estado de emergencia nacional y dispuso normas para la expansión del virus. También, declaró el cierre indefinido de actividades socio culturales, laborales, sociales, entre otras, esto desencadenó diversos problemas en la economía del país, altas tasas de desempleos, quiebres en empresas, etc.

En abril del 2021, el Sistema Informático Nacional de Defunciones [Sinadef] reporta 170 000 fallecidos y se categoriza a Perú y Ecuador como los países del peor manejo, debido a que se encuentra con 1000 muertos por millón de personas. Para la prevención de esta enfermedad se necesita de todos se informen de cómo se propaga, es necesario mantener el distanciamiento social, el uso de mascarilla para transitar en las calles, el lavado de manos de forma constante, desinfectarse y todos los objetos que traiga de la calle a la casa, y vacunarse cuando se lo ordenen, de esta manera estaremos cuidándonos y cuidando a los demás.

El virus puede ser transmitido rápidamente desde la boca o nariz, esto puede darse cuando la persona estornude, tosa, hable, cante o respire.

#### **2.2.5.1. Prevención**

Para estar protegidos y así frenar la transmisión de la COVID-19, es importante conocer lo señalado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020):

- Vacunarse
- Mantener el distanciamiento social
- Uso de mascarilla
- Desplazarse a espacios abiertos y ventilados
- Lavado de manos con jabón y agua

- Cubrirse la boca y nariz al estornudar o toser
- Quedarse en casa el mayor tiempo posible y no exponerse a lugares con aglomeración de personas.

#### **2.2.5.2. Síntomas**

- Síntomas más comunes: fiebre, tos, pérdida del gusto y cansancio
- Síntomas menos comunes: ojos rojos, diarrea, molestias generales en el cuerpo y dolor de cabeza y garganta.
- Síntomas graves: dificultad para respirar, pérdida de confusión y dolor de pecho.

### **2.3. Definición de Términos**

#### **2.3.1. Adicción**

Es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses (Echeburúa y Requesens, 2012).

#### **2.3.2. Adicción a redes sociales**

Basándose en DSM-IV como un patrón mal adaptativo de la conducta al ejecutar constantemente actividades que conlleva a un deterioro o malestar clínicamente significativo (Escurrea y Salas, 2014).

#### **2.3.3. Habilidades sociales**

Conjunto de habilidades y capacidades variadas y específicas para las relaciones interpersonales y la resolución de problemas de carácter interpersonal, así como socioemocional desde actividades básicas hasta avanzadas e instrumentales (Goldstein et al., 1989).

#### **2.3.4. Adolescentes**

La adolescencia se caracteriza por ser un momento vital en el que se suceden gran número de cambios que afectan a todos los aspectos fundamentales de una persona. Las transformaciones

tienen tanta importancia que algunos autores hablan de este período como de un segundo nacimiento. De hecho, a lo largo de estos años, se modifica nuestra estructura corporal, nuestros pensamientos, nuestra identidad y las relaciones que mantenemos con la familia y la sociedad, “este período de transición entre la infancia y la edad adulta transcurre entre los 11-12 años y los 18-20 años aproximadamente” (Moreno y Del Barrio, 2000).

### **2.3.5. COVID-19**

Es una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2. La mayoría de las personas infectadas por este virus experimentaron una enfermedad respiratoria de leve a moderada y se recuperaron sin requerir un tratamiento especial. Sin embargo, algunas enfermaron gravemente y requerirán atención médica. Las personas mayores y las que padecen enfermedades subyacentes, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades respiratorias crónicas o cáncer, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. Cualquier persona, de cualquier edad, puede contraer la COVID-19 y enfermar gravemente o morir (OMS, 2020).

## CAPÍTULO III

### HIPÓTESIS Y VARIABLES

#### 3.1. Identificación de las Variables

Variable 1: Dimensiones de la adicción a redes sociales

Variable 2: Habilidades sociales

#### 3.2. Operacionalización de variables

Tabla 1

*Matriz de operacionalización de la variable dimensiones de la adicción a redes sociales*

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala dimensional
Adicción a redes sociales (ARS)	La adicción a las redes sociales es un tipo de adicción comportamental o psicológica repetitivo que da placer a la persona que al no ser controlada genera necesidad asociado con la ansiedad y para reducirlo es que desarrolla la adicción (Escurra y Salas, 2014).	Obsesión por las redes sociales	Tiempo de conexión	2-3-5-	Escala ordinal
			Estado de animo	6-7-13-15-19-22-23	
			Relaciones interpersonales		
		Falta de control personal para el uso de las redes sociales	Control de tiempo conectado	4-11-12-14-20-24	
			Intensidad		
			Frecuencia		
Uso excesivo de las redes sociales	Necesidad de permanecer conectado	1-8-9-10-16-			
	Cantidad de veces conectado	17-18			



---

frente al	Defender a un amigo	36-
estrés	Responder a la persuasión	37-
	Responder al fracaso	38-
	Enfrentarse a los mensajes contradictorios	39-
	Responder a una acusación	40-
	Prepararse para una conversación difícil	41-
	Hacer frente a las presiones del grupo	42
	Tomar decisiones realistas	43-
	Discernir la causa de un problema	44-
Habilidades	Establecer un objeto	45-
de	Determinar las propias habilidades	46-
planificación	Recoger información	47-
	Resolver los problemas según su	48-
	importancia	49-
	Tomar una decisión eficaz	50
	Concentrarse en una tarea	

---

## CAPÍTULO IV

### METODOLOGÍA

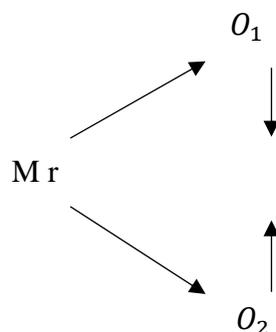
#### 4.1. Enfoque de la investigación

Estuvo enmarcada desde el enfoque cuantitativo, pues su característica principal fue el conocimiento objetivo, y este se generó a partir de un proceso deductivo, a través de la recolección de datos, medición numérica y análisis estadístico inferencial (Hernández et al., 2014).

#### 4.2. Tipo de Investigación

El tipo de investigación para este estudio fue descriptivo correlacional, porque buscó especificar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno para medir o evaluar aspectos como dimensiones o componentes que se sometieron a un análisis; lo que sirvió para conocer si existe relación entre la adicción a redes sociales y habilidades sociales (Hernández et al., 2014).

Cuyo esquema es el siguiente:



Donde: M: Muestra: Adolescentes

R : Relación entre variables

O<sub>1</sub>: Dimensiones de la adicción a las redes sociales

O<sub>2</sub>: Habilidades sociales

### **4.3. Nivel de Investigación**

La investigación se encontró en un nivel básico, dado que se buscó ampliar y profundizar la información sobre la relación que hay entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales (Carrasco, 2009).

### **4.4. Métodos de Investigación**

Se utilizó el método científico, al respecto se menciona que recibe dicha denominación debido a que se compone por un sistema de procedimientos, técnicas y acciones estratégicas para resolver el problema del estudio, así como comprobar la hipótesis científica (Carrasco, 2009).

### **4.5. Diseño de Investigación**

En el estudio se empleó el diseño no experimental transversal, porque no hubo manipulación o alteración alguna de las variables de la investigación y solo se observó los fenómenos en su contexto natural; y transversal, porque los datos se recogieron en un momento dado (Hernández et al., 2014).

### **4.6. Población y Muestra**

#### ***4.6.1. Población***

Estuvo conformada por 243 adolescentes, cuyas edades oscilaron en el rango de 13 a 17 años, de ambos sexos; de tercero a quinto año de educación secundaria, quienes son estudiantes de la IE 1250 bajo el contexto de crisis sanitaria por el COVID-19.

#### ***4.6.2. Muestra***

La investigación empleó un muestreo no probabilístico, de tipo intencional o por conveniencia. Al respecto, Hernández et al. (2010) señala que esa selección de la muestra depende exclusivamente del investigador, en respuesta a la facilidad y disponibilidad de los estudiantes de

la institución educativa, en el contexto de pandemia de la COVID-19, la cual estuvo conformada por un total de 150 adolescentes que se estimó a través de la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * (1 - p)}{(N - 1) * e^2 + Z^2 * p * (1 - p)}$$

$$n = \frac{243 * 1.96^2 * 0.5 * (1 - 0.5)}{(243 - 1) * 0.05^2 + 1.96^2 * 0.5 * (1 - 0.5)}$$

$$n = 150$$

Donde:

n: tamaño de muestra

N: Total de la población

Z<sup>2</sup>: nivel de confianza: 1.96<sup>2</sup> (al 95 %)

p: proporción esperada (5 %=0.05)

e<sup>2</sup>: margen de error

A continuación, se expondrán los criterios que se tomaron en cuenta para seleccionar a los participantes de la muestra en esta investigación:

Criterios de inclusión

- Adolescentes de ambos sexos.
- Adolescentes que cursen el 3.º, 4.º y 5.º año de secundaria.
- Adolescentes que hagan uso de las redes sociales.

Criterios de exclusión

- Adolescentes que no acepten participar en la encuesta.
- Adolescentes que no completen los instrumentos de manera adecuada.

## **4.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**

### **4.7.1. Técnicas**

Este estudio empleó la técnica de la encuesta, la cual nos permitió obtener información sobre las variables estudiadas y así llegar a tener un análisis descriptivo de los problemas o fenómenos (Martínez, 2010).

### **4.7.2. Instrumentos**

#### **Adicción a redes sociales (ARS)**

Este instrumento originalmente fue construido por Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas en Lima-Perú, en el 2014, y los criterios estuvieron basados en la adicción a sustancias por el DSM-IV-TR (American Association-APA, 2008), pero luego fue sustituido por redes sociales, para ello los criterios identificados se basaron en las experiencias de instrumentos de adicción a internet y a redes sociales.

Poco tiempo después, fue adaptado al nivel secundario por Margarita Isabel Grimaldo García en estudiantes de 3.º a 5.º de una institución educativa pública de Villa el Salvador en la Universidad Autónoma del Perú, en el 2019.

Asimismo, el instrumento tiene como objetivo diagnosticar el nivel de adicción a las redes sociales o puede usarse también con fines de investigación. Consta de 24 ítems, los cuales están distribuidos en tres dimensiones: obsesión por las redes sociales (10 ítems), falta de control personal en el uso de las redes (6 ítems) y uso excesivo de las redes sociales (8 ítems). El rango de aplicación es a partir de los 13 hasta los 17 años y puede administrarse de forma individual o grupal en un tiempo de 10 o 15 minutos aproximadamente. En cuanto a la valoración de ítems, está dado por el sistema de tipo Likert desde “nunca hasta siempre” y su calificación se realiza de manera

sencilla dado que, la puntuación se obtiene de la suma simple de los ítems y solo el ítem número 13 se califica de forma inversa, teniendo como total entre 0 y 96.

El instrumento tiene validez de contenido por criterio de jueces, donde se obtuvo resultados que coincidieron respecto al contenido del instrumento, además hubo adecuadas evidencias de validez de constructo, según el modelo de la teoría clásica de los test a través del análisis factorial confirmatorio, la adecuación KMO obtuvo un valor de .95, el cual es considerado muy alto, así mismo la prueba de esfericidad de Bartlett obtuvo resultados adecuados para el cuestionario  $X^2(276) = 4313.8, p < .001$  (Escrura y Salas, 2014).

Con respecto a la confiabilidad, se hallaron coeficientes alfa de Cronbach elevados, los cuales fluctuaron entre .88 en el factor 2 y .92 en el factor 3. Asimismo, el nivel de consistencia interna supera la magnitud de .85 y son considerados altos, al igual que los puntajes en la muestra total ya que presentan valores elevados .95 (Escrura y Salas, 2014).

Y para este caso en particular, se realizó la confiabilidad del cuestionario evaluando los resultados de su aplicación en un grupo piloto y se procesó mediante el coeficiente de alfa de Cronbach, donde obtuvimos 0.932. Este valor es considerado como excelente y por lo tanto el instrumento es confiable.

### **Escala de Habilidades Sociales**

Este instrumento, originalmente llamado Lista de Chequeo de Habilidades Sociales fue construido por Arnold P. Goldstein en New York, Estados Unidos en 1978, fue traducido al español inicialmente por Rosa Vásquez en 1983 y, posteriormente, la versión final llamada Escala de Habilidades Sociales fue traducida y adaptada al Perú por Tomas Ambrosio entre 1994-1995.

Este instrumento tiene como objetivo determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales. Consta de 50 ítems, agrupados en 6 áreas o dimensiones:

primeras habilidades (8), habilidades sociales avanzadas (6), habilidades relacionadas con los sentimientos (7), habilidades alternativas a la agresión (9), habilidades para hacer frente al estrés (12) y habilidades de planificación (8). El tiempo de aplicación oscila entre los 15 a 20 minutos y se puede aplicar de forma individual o colectiva a sujetos de 12 años en adelante.

Respecto a su valoración usa el sistema de tipo Likert donde el puntaje mínimo es 1 (nunca) y el máximo es 5 (siempre) y su calificación se realiza de manera sencilla por la puntuación que hace el adolescente, el cual está indicando un valor cuantitativo.

Además, el instrumento tiene validez de contenido, la cual fue obtenida por medio del análisis de ítems donde se encontró correlaciones significativas 36 ( $p < .05$ ,  $.01$  y  $.001$ ), por lo cual el instrumento queda intacto, es decir, con todos sus ítems completos sin necesidad de eliminar ninguno. Por último, de acuerdo con la consistencia interna de Alfa de Cronbach, la prueba es confiable debido a que su valor es de  $.94$ .

Por otro lado, el estudio realizado en la adaptación realizada por Ambrosio (2004), se realiza el cálculo del Alfa de Cronbach en el cual se obtiene un Alfa total de  $0.9160$  de confiabilidad, demostrando de esta forma precisión y estabilidad en la prueba.

Y para este estudio, se realizó la confiabilidad del cuestionario evaluando los resultados de su aplicación en un grupo piloto y se procesó mediante el coeficiente de alfa de Cronbach, donde obtuvimos  $0,953$ . Este valor es considerado como excelente y por lo tanto el instrumento es confiable.

#### **4.8. Técnicas Estadísticas de Análisis de Datos**

El análisis de datos se realizó por medio de la estadística descriptiva e inferencial en el software estadístico SPSS para reportar las medias, desviaciones estándar, frecuencias y

porcentajes de los resultados obtenidos tanto para las dimensiones de la adicción a las redes sociales como habilidades sociales, según los objetivos planteados.

#### **4.9. Aspectos Éticos**

Para la investigación se llevó a cabo la recolección de datos de manera presencial, debido a que el alumnado de la IE 1250 de Huaycán llevan clases semipresenciales, por lo cual se necesitó apoyo psicológico y se aprovechó para aplicar los instrumentos. Para ello es importante precisar que se tomaron medidas de prevención y protección de bioseguridad, las cuales son los siguientes: presentar el carnet de vacunación con las dos dosis, respetar el distanciamiento físico social de 1,5 m, lavado de manos con jabón, uso de mascarillas faciales, desinfección de soportes de apoyo con alcohol, desinfección de calzados, control de temperatura y protección con el antebrazo.

Dentro de las hojas entregadas se detalló al estudiante; primero el asentamiento de los padres, luego el consentimiento del alumno y, posterior a ello, se mostraron los instrumentos en el cual cada uno tiene sus indicaciones detalladas.

Respecto al principio de autonomía, cada alumnado participó en esta investigación confidencial de forma completamente voluntaria. Del mismo modo, fueron informados de las ventajas, desventajas y fines de la investigación.

*Beneficencia*, con el permiso del director se utilizaron varias aulas para respetar el metro y medio de distancia y así realizar la aplicación de cada instrumento, que fueron entregados de manera individual en cada carpeta para evitar el contacto físico y así prevenir el contagio a la COVID –19.

*No maleficencia*, la evaluación se llevó a cabo en fechas coordinadas previamente con la psicóloga para no afectar los horarios académicos, así mismo se avisó con una semana de anticipación la recolección de datos tanto a los profesores como el alumnado.

*Justicia*, en cuanto al total de los participantes de la muestra pertenecientes a los criterios de inclusión como exclusión, tuvieron un trato equitativo y sin discriminación alguna.

## CAPÍTULO V

### RESULTADOS

#### 5.1. Descripción del Trabajo de Campo

La presente investigación se ejecutó desde el 5 de noviembre del 2021 hasta el 21 de marzo del 2022. En un inicio hubo cierta dificultad al momento de la aplicación, debido a que los alumnos de la institución educativa iban terminando sus clases del año escolar, sin embargo, gracias al programa llamado Cutimuy, realizado por la UGEL 06, se pudo coordinar los días en que podíamos acompañarlos para realizar el recojo de datos de forma presencial y con los protocolos pertinentes para evitar contagios por el covid-19. La muestra estuvo conformada por adolescentes que oscilan entre los 13 y 17 años de ambos sexos y para la recolección de datos, se empleó los cuestionarios de Adicción a las Redes Sociales y Escala de Habilidades Sociales, fue aplicado a los alumnos de 3.º a 5.º de secundaria de la IE 1250 ubicado en el distrito de Huaycán.

#### 5.2. Presentación de resultados

##### 5.2.1. Resultados descriptivos

Tabla 3  
*Descriptivos de la edad*

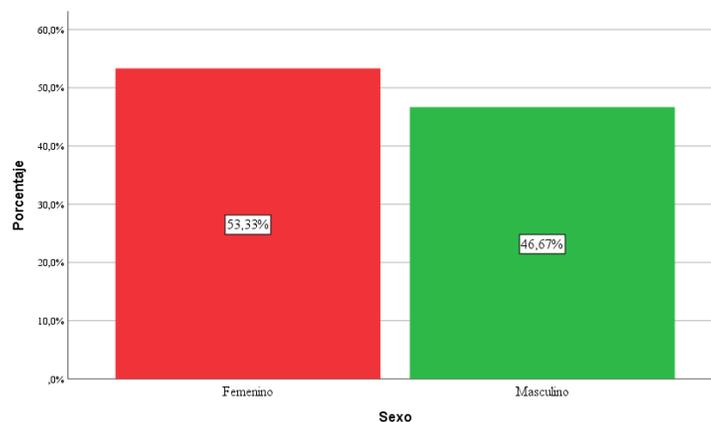
Edad de la muestra		
Media		15.0
Mediana		15.0
Desv. desviación		1.3
Varianza		1.7
Mínimo		13.0
Máximo		17.0
Percentiles	25	14.0
	50	15.0
	75	16.0

En la tabla 3, se observa las medidas de resumen de la edad de la muestra. La edad promedio fue 15 años, mediana 15 años, desviación estándar 1,3 años. Edad mínima de 13 años y máxima de 17 años.

Tabla 4  
*Estadísticos de las variables*

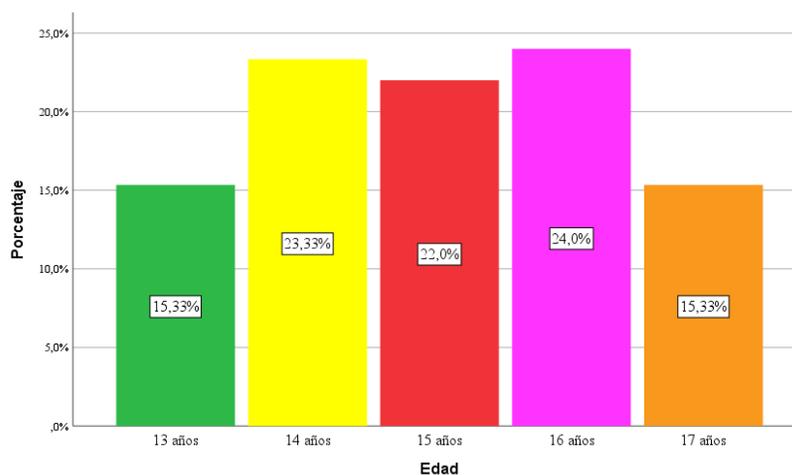
	Obsesión por las redes sociales	Falta de control personal para el uso de las redes sociales	Uso excesivo de las redes sociales	Habilidades sociales
Media	18.0	11.6	15.6	168.4
Mediana	18.0	11.0	16.0	165.0
Desv. desviación	8.8	4.7	6.7	30.4
Varianza	76.6	22.3	45.5	923.3
Mínimo	0.0	1.0	1.0	81.0
Máximo	38.0	24.0	32.0	234.0
Percentiles				
25	11.0	8.0	10.8	146.3
50	18.0	11.0	16.0	165.0
75	23.3	14.0	20.0	189.5

Con relación a la dimensión obsesión por las redes sociales, el promedio fue 18 puntos, mediana 18 puntos y desviación estándar 8,8 puntos. Puntaje mínimo 0 y máximo 38 puntos. Con relación a la dimensión falta de control personal para el uso de las redes sociales, el promedio fue 11,6 puntos, mediana 11 puntos y desviación estándar 4,7 puntos. Puntaje mínimo 1 y máximo 24 puntos. Con relación a la dimensión uso excesivo de las redes sociales, el promedio fue 15,6 puntos, mediana 16 puntos y desviación estándar 6,7 puntos. Puntaje mínimo 1 y máximo 32 puntos. Con relación a la variable habilidades sociales, el promedio fue 168,4 puntos, mediana 165 puntos y desviación estándar 30,4 puntos. Puntaje mínimo 81 y máximo 234 puntos.



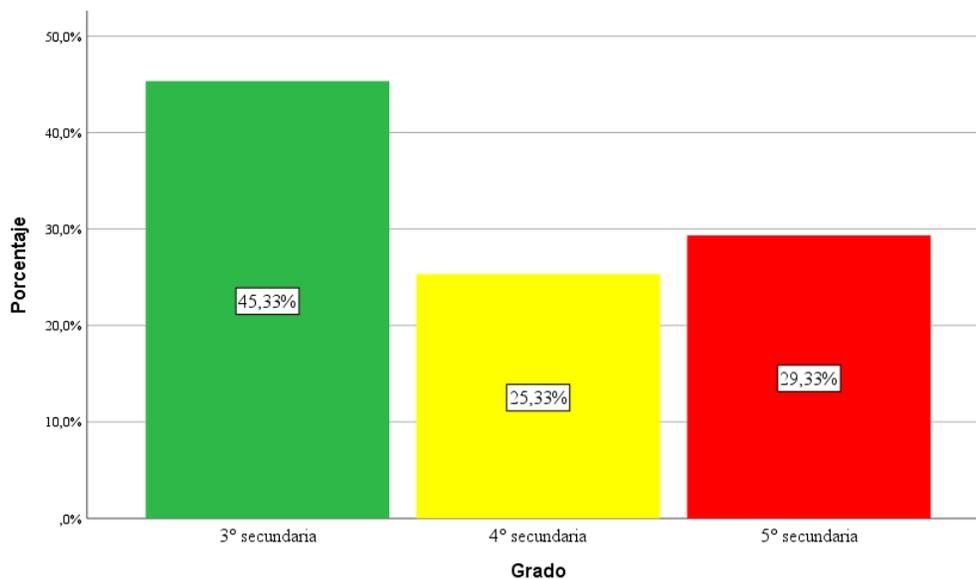
*Figura 1.* Frecuencia según sexo

En la figura 1, según la estadística se observó que de una muestra de 150 estudiantes el 46.67 % es del género masculino y el 53.33 % es de género femenino.



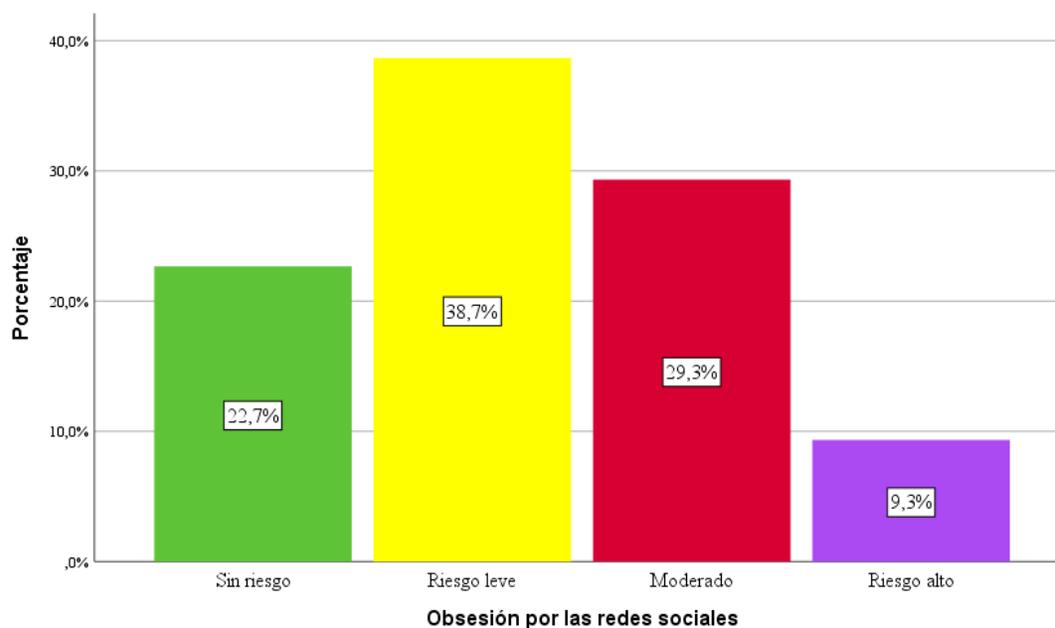
*Figura 2.* Frecuencia según edad

En la figura 2, según la estadística se observó que hay un mayor porcentaje en estudiantes de 16 años con un 24,0 %, seguido de la edad de 14 años con un 23,33 %, en la edad de los 15 años tenemos un 22,0 % y finalmente en la edad de los 13 y 17 años se encuentra un menor porcentaje con un 15,33 %.



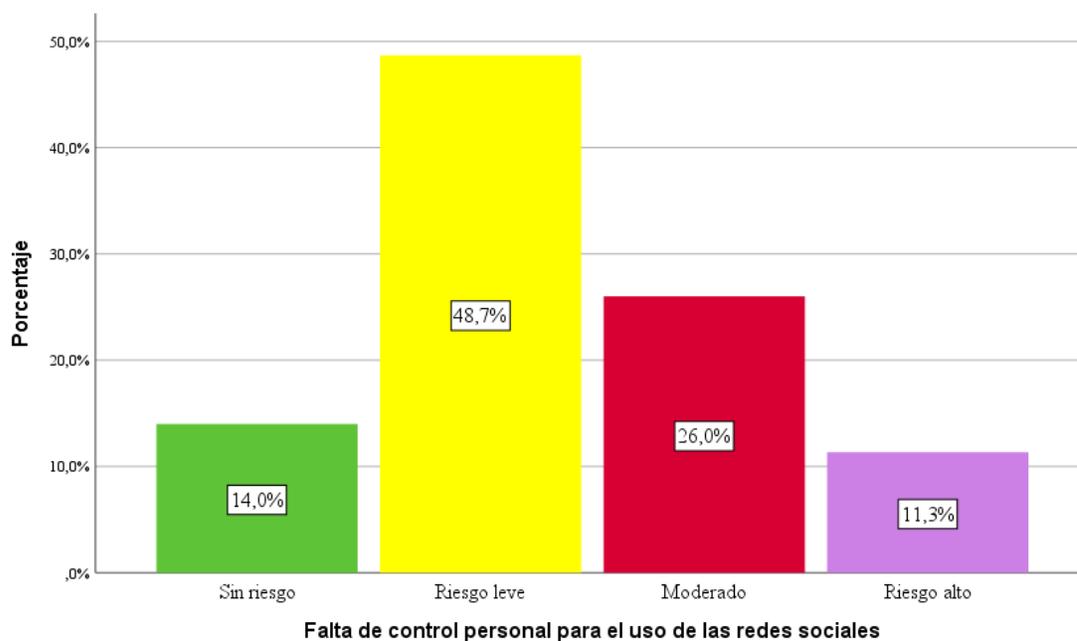
*Figura 3.* Frecuencia según grado

En la figura 3, la estadística indicó que en la muestra de 3.º secundaria hay un 45,33 %, en 4.º secundaria hay un 25,33 % y, por último, en 5.º secundaria existe un 29,33 %.



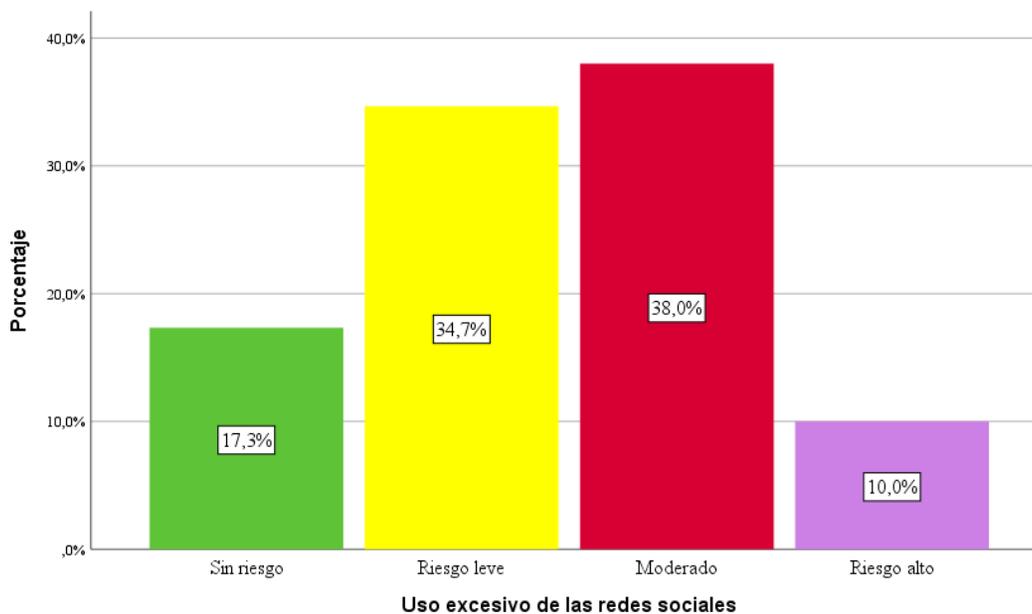
*Figura 4.* Niveles de la dimensión obsesión por las redes sociales

En la figura 4, se obtuvo de los resultados que el mayor porcentaje de estudiantes con obsesión a las redes sociales se encontró en los niveles de riesgo leve con un 38,7 % y el nivel moderado con un 29,3 %, mientras que en el nivel sin riesgo hubo 22,7 % de estudiantes y finalmente, en el nivel riesgo alto solo se observó un 9,3 %. Esto nos indica que la gran parte de los estudiantes tienen un riesgo leve y moderado hacia la obsesión por las redes sociales.



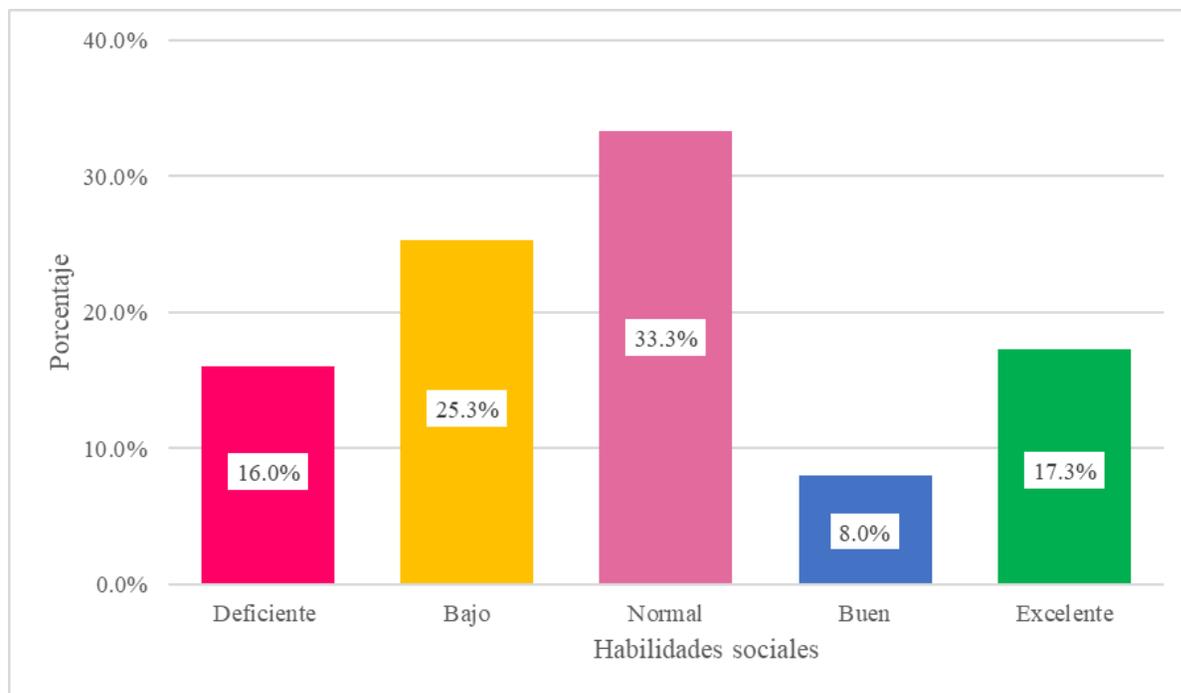
*Figura 5.* Niveles de la dimensión falta de control personal para el uso de las redes sociales

En la figura 5 se observó de los resultados que el mayor porcentaje de los estudiantes estuvo en el nivel riesgo leve con un 48,7 %, en segundo lugar, el nivel moderado con un 26.0 %, luego se tuvo un 14.0 % sin riesgo y finalmente, con el menor porcentaje el nivel riesgo alto con 11.3 %. Esto nos indica que la mayoría de los estudiantes tienen un riesgo leve hacia la falta de control personal para el uso de las redes.



*Figura 6.* Niveles de la dimensión uso excesivo de las redes sociales

En la figura 6, se halló que los estudiantes tuvieron un uso excesivo de las redes sociales con un nivel moderado de 38,0 %, luego el nivel riesgo leve con un 34.7 %, y con un riesgo alto de 10.0 %. A pesar de ello, se observó que solo hay un 17.3 % en el nivel sin riesgo. Esto nos indicó que existe en los estudiantes un nivel moderado y riesgo leve hacia el uso excesivo de las redes sociales.



*Figura 7.* Niveles de habilidades sociales

En la figura 7, los hallazgos indicaron que, en la variable de habilidades sociales, los estudiantes tienen un mayor porcentaje con 33,3 % en el nivel normal, 25,3 % en el nivel bajo, 17,3 % en el nivel excelente y 16,0 % en el nivel deficiente. Sin embargo, en el buen nivel de habilidades sociales se halló un menor porcentaje de solo 8,0 %. Estos resultados nos indicaron que la mayoría de los estudiantes se encuentran en un nivel normal, pero si se considera en conjunto los niveles bajo y deficiente superaría el porcentaje del nivel normal lo que significaría que la población presenta de igual forma un riesgo dentro de las habilidades sociales.

Tabla 5  
*Correlación entre las dimensiones de ARS\* y habilidades sociales en adolescentes*

Rho de Spearman	Habilidades sociales	Coefficiente de correlación	Obsesión por las redes sociales	Falta de control personal para el uso de las redes sociales	Uso excesivo de las redes sociales
			-,439**	-,298**	-,408**
		Sig. (unilateral)	.000	.000	.000
		N	150	150	150

\*\**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (unilateral).*

\* *valor  $p < 0,05$ . Estadísticamente significativo*

*ARS= Adicción a las redes sociales*

De acuerdo con la tabla 5, se observó la correlación en la muestra de estudio entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales; en cuanto a la primera dimensión obsesión por las redes sociales con las habilidades sociales se encontró Rho de Spearman = -0,439 ( $p=0,000$ ), con la segunda dimensión falta de control personal para el uso de las redes sociales y las habilidades sociales se halló Rho de Spearman = -0,298 ( $p=0,000$ ). Finalmente, con la tercera dimensión uso excesivo de las redes sociales y las habilidades sociales se determinó Rho de Spearman = -0,408 ( $p=0,000$ ). Por lo que se concluye de los resultados obtenidos que existe una relación altamente significativa e inversa entre las dimensiones de la adicción a internet y las habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021.

Tabla 6  
Frecuencias y porcentajes según niveles de las dimensiones de ARS\* según sexo en adolescentes

Niveles de las dimensiones de ARS+		Sexo					
		Femenino		Masculino		Total	
		n	%	n	%	N	%
Obsesión por las redes sociales	Sin riesgo	19	12.7 %	15	10.0 %	34	22.7 %
	Riesgo leve	33	22.0 %	25	16.7 %	58	38.7 %
	Moderado	22	14.7 %	22	14.7 %	44	29.3 %
	Riesgo alto	6	4.0 %	8	5.3 %	14	9.3 %
Falta de control personal para el uso de las redes sociales	Sin riesgo	9	6.0 %	12	8.0 %	21	14.0 %
	Riesgo leve	42	28.0 %	31	20.7 %	73	48.7 %
	Moderado	20	13.3 %	19	12.7 %	39	26.0 %
	Riesgo alto	9	6.0 %	8	5.3 %	17	11.3 %
Uso excesivo de las redes sociales	Sin riesgo	17	11.3 %	9	6.0 %	26	17.3 %
	Riesgo leve	22	14.7 %	30	20.0 %	52	34.7 %
	Moderado	36	24.0 %	21	14.0 %	57	38.0 %
	Riesgo alto	5	3.3 %	10	6.7 %	15	10.0 %
Total		80	53.3 %	70	46.7 %	150	100.0 %

En la dimensión obsesión por las redes sociales el nivel de mayor prevalencia fue el riesgo leve con 38,7 %; siendo el género femenino con mayor porcentaje (22.0 %) frente al masculino con 16.7 %. Luego en la dimensión falta de control personal para el uso de las redes sociales el nivel de mayor prevalencia fue riesgo leve con 48.7 %; siendo el género femenino con mayor porcentaje (28.0 %) frente al masculino con 20.7 %. Finalmente, en el uso excesivo de las redes sociales el nivel de mayor prevalencia fue riesgo moderado con 38.0 %; siendo el género femenino con mayor porcentaje (24.0 %) frente al masculino (14.0 %). Lo que indica que el mayor porcentaje radica en las mujeres más que en los varones, por lo tanto, las mujeres presentaron mayor tendencia hacia la obsesión, el uso excesivo y falta de control a las redes sociales.

Tabla 7

*Frecuencias y porcentajes según niveles de las dimensiones de ARS\* según edad en adolescentes*

Niveles de las dimensiones de ARS+		Edad										Total	
		13 años		14 años		15 años		16 años		17 años			
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Obsesión por las redes sociales	Sin riesgo	8	5.3 %	9	6.0 %	2	1.3 %	11	7.3 %	4	2.7 %	34	22.7 %
	Riesgo leve	7	4.7 %	13	8.7 %	16	10.7 %	11	7.3 %	11	7.3 %	58	38.7 %
	Moderado	5	3.3 %	10	6.7 %	15	10.0 %	11	7.3 %	3	2.0 %	44	29.3 %
Falta de control personal para el uso de las redes sociales	Riesgo alto	3	2.0 %	3	2.0 %	0	0.0 %	3	2.0 %	5	3.3 %	14	9.3 %
	Sin riesgo	2	1.3 %	4	2.7 %	4	2.7 %	6	4.0 %	5	3.3 %	21	14.0 %
	Riesgo leve	14	9.3 %	17	11.3 %	17	11.3 %	16	10.7 %	9	6.0 %	73	48.7 %
	Moderado	4	2.7 %	12	8.0 %	10	6.7 %	10	6.7 %	3	2.0 %	39	26.0 %
Uso excesivo de las redes sociales	Riesgo alto	3	2.0 %	2	1.3 %	2	1.3 %	4	2.7 %	6	4.0 %	17	11.3 %
	Sin riesgo	4	2.7 %	7	4.7 %	3	2.0 %	7	4.7 %	5	3.3 %	26	17.3 %
	Riesgo leve	10	6.7 %	12	8.0 %	12	8.0 %	11	7.3 %	7	4.7 %	52	34.7 %
	Moderado	4	2.7 %	13	8.7 %	17	11.3 %	16	10.7 %	7	4.7 %	57	38.0 %
	Riesgo alto	5	3.3 %	3	2.0 %	1	0.7 %	2	1.3 %	4	2.7 %	15	10.0 %
Total		23	15.3 %	35	23.3 %	33	22.0 %	36	24.0 %	23	15.3 %	150	100.0 %

En la dimensión obsesión por las redes sociales, el nivel de mayor prevalencia fue el riesgo leve con 38,7 %. Luego en la dimensión falta de control personal para el uso de las redes sociales, el nivel de mayor prevalencia fue riesgo leve con 48.7 %. Finalmente, en el uso excesivo de las redes sociales el nivel de mayor prevalencia fue riesgo moderado con 38.0 %. A demás, se identificó que la edad de mayor tendencia es la de 15 años, dado que presentan mayor prevalencia en las tres dimensiones, en la primera dimensión (10.7 %) y tanto en la segunda como en la tercera dimensión un 11.3 %.

Tabla 8

*Frecuencias y porcentajes de los niveles de habilidades sociales según sexo en adolescentes*

Habilidades sociales	Sexo					
	Femenino		Masculino		Total	
	n	%	N	%	N	%
Deficiente	9	6.0 %	15	10.0 %	24	16.0 %
Bajo	19	12.7 %	19	12.7 %	38	25.3 %
Normal	27	18.0 %	23	15.3 %	50	33.3 %
Buen	8	5.3 %	4	2.7 %	12	8.0 %
Excelente	17	11.3 %	9	6.0 %	26	17.3 %
Total	80	53.3 %	70	46.7 %	150	100.0 %

En la variable habilidades sociales, el primer nivel de mayor prevalencia fue el normal con 33.3 %; siendo el género femenino con mayor porcentaje (18.0 %) frente al masculino con 15.3 %. En segundo lugar, fue el nivel bajo con 25.3 %; teniendo el mismo porcentaje para ambos géneros con 12.7 %; en tercer lugar, el nivel excelente fue normal con 17.3 %; siendo el género femenino con mayor porcentaje (11.3 %) frente al masculino con 6.0 %. Finalmente, para el nivel deficiente con 16.0 %; siendo el género masculino con mayor porcentaje (10.0 %) frente al femenino con 6.0 % y, por último, el nivel buen con 8.0 %; siendo el género femenino con mayor porcentaje (5.3 %) frente al masculino con 2.7 %.

Según los resultados, se halló que el género masculino tuvo un mayor porcentaje en los niveles deficiente y bajo, dado que tienen más dificultad para desarrollar sus habilidades sociales frente al género femenino.

Tabla 9  
*Frecuencias y porcentajes de los niveles de las habilidades sociales según edad en adolescentes*

Habilidades sociales	Edad											
	13 años		14 años		15 años		16 años		17 años		Total	
	n	%	n	%	N	%	N	%	n	%	n	%
Deficiente	3	2.0 %	6	4.0 %	6	4.0 %	7	4.7 %	2	1.3 %	24	16.0 %
Bajo	5	3.3 %	12	8.0 %	11	7.3 %	8	5.3 %	2	1.3 %	38	25.3 %
Normal	7	4.7 %	7	4.7 %	12	8.0 %	10	6.7 %	14	9.3 %	50	33.3 %
Buen	3	2.0 %	2	1.3 %	1	0.7 %	4	2.7 %	2	1.3 %	12	8.0 %
Excelente	5	3.3 %	8	5.3 %	3	2.0 %	7	4.7 %	3	2.0 %	26	17.3 %
Total	23	15.3 %	35	23.3 %	33	22.0 %	36	24.0 %	23	15.3 %	150	100.0 %

En relación con el deficiente nivel de las habilidades sociales, se observó que la mayor prevalencia se encuentra en las edades de 16 años (4.7 %), 15 años (4.0 %) y 14 años (4.0 %); de la misma manera para el nivel bajo, se encontró en las edades de 14 años (8.0 %) y 15 años (7.3 %). En cuanto al nivel normal, la edad de mayor prevalencia fue 17 años (9.3 %). Finalmente, para el buen nivel se halló que la mayor prevalencia es la edad de 16 años (2.7 %), y para el nivel excelente fue la edad de 14 años (5.3 %).

### 5.3. Discusión de Resultados

En este apartado, se expuso la discusión de los resultados obtenidos en la investigación cuyo objetivo determinó la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021. Para comenzar, se explicarán los hallazgos del objetivo general del presente estudio, y posteriormente se comentarán los datos descriptivos en función de las variables relacionadas con el sexo y la edad.

Por tanto, el objetivo general de esta investigación fue determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021. Lo cual se puede constatar plenamente por los resultados encontrados al realizar el análisis inferencial de la “rho de Spearman”, que se evidenció

que existe una relación inversa ( $r=0,-439$ ;  $r=-,298$ ;  $r=-,408$ ) y altamente significativa (valor  $p= sig. Bilateral=0,000$ ) entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales con las habilidades sociales, datos que se encuentran en la tabla 5; lo que quiere decir que, a mayor adicción entre las dimensiones de las redes sociales, los niveles de las habilidades sociales disminuyen, y viceversa. Por ello, la correlación que había sido planteada al inicio queda confirmada y respaldada con los resultados obtenidos mediante el análisis inferencial.

Los datos obtenidos en este estudio son congruentes con lo expuesto por Huancapaza y Huanca (2018), quienes hallaron una relación inversa estadísticamente significativa entre cada dimensión de la adicción a las redes sociales con las habilidades sociales; estos resultados mostraron que los estudiantes respecto a las habilidades sociales presentan un déficit en las relaciones interpersonales, en los cuales se destaca la dificultad para mantener una conversación y relacionarse con las personas del sexo opuesto, suelen tener conflictos injustificados y no presentan conductas asertivas, problema para expresarse ante eventos sociales (reuniones), no expresan sus emociones y prefieren evitar tomar decisiones. Por otro lado, se encontró que los adolescentes que tienen una alta predominancia hacia las redes sociales tienen la necesidad de saber las últimas tendencias, ver videos y publicaciones de las demás personas desarrollando una inclinación hacia la obsesión a las redes sociales. También, presentan una dificultad para la falta de control personal de modo que interfiere en sus actividades básicas del día, como consecuencia el adolescente no cumple con sus deberes del hogar ni en la escuela. Finalmente, para la dimensión uso excesivo de las redes los estudiantes son incapaces de tener un horario establecido y supervisado por un adulto mayor para el uso de las redes, en consecuencia no pueden disminuir las horas excedentes invertidas en las redes sociales, además si el uso supera a las dos horas se considera excesivas y genera un deterioro significativo en las habilidades sociales; si el uso a redes sociales se vuelve

adictivo puede ser una de las causas, sin embargo, no la única para que el adolescente adquiere una baja conducta socialmente habilidosa (Jiménez, 2018).

Asimismo, Solano (2021) también descubrió que si las dimensiones de la adicción a redes sociales aumentan las habilidades sociales disminuyen y viceversa, en los hallazgos obtenidos entre la obsesión a las redes sociales con las habilidades sociales muestran una correlación inversa afectando directamente a la relación de los estudiantes con sus pares y familiares dado que desarrolla una falta de capacidad para expresarse, sensibilidad y poco control emocional, por lo que al no desarrollar las habilidades sociales será difícil enfrentarse a las situaciones sociales. Respecto a la relación entre la falta de control personal con las habilidades sociales se halló una correlación inversa significativa, indica el nulo dominio de la persona generado por un uso excesivo de las redes sociales afectando el desarrollo de sus obligaciones sociales. También, se muestra una correlación inversa moderada del uso excesivo de las redes con las habilidades sociales, causando soledad y aislamiento social mayormente en las personas que tienen mayor uso de estas redes sociales.

Otra investigación como “Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en adolescentes de un centro preuniversitario parroquial, Huancayo-2020” presentó como resultado algunas diferencias significativas, demostrando que existe una relación inversa, pero con escaso nivel de correlación entre las habilidades sociales con las dimensiones de adicción a las redes sociales, en donde las dimensiones de la adicción a las redes sociales presentan niveles altos mientras que las habilidades sociales disminuyen, pero es poco significativa (Huamán y Vila, 2020).

De esta forma, los resultados hallados son corroborados con lo planteado teóricamente por Echeburúa (2010), quien refiere que principalmente las redes sociales pueden ser problemáticas

en la vida diaria del adolescente, debido a que disminuye sus capacidades sociales al interactuar en diferentes ambientes; es por ello que menciona que las habilidades sociales deben estar en constante entrenamiento para que puedan ser capaces de establecer relaciones interpersonales y así llevar diferentes actividades satisfactorias.

Con respecto al primer objetivo específico, que busca determinar las dimensiones de la adicción a las redes sociales respecto al sexo y la edad, primero se dará énfasis al sexo donde se precisa que las mujeres presentaron mayor tendencia en las tres dimensiones, en obsesión por las redes sociales con riesgo leve (22.0 %), en la falta de control personal para el uso de las redes sociales con riesgo leve también (28 %) y en el uso excesivo de las redes sociales con un nivel moderado (24.0 %). Estos resultados los podemos encontrar en la tabla 6 y son similares al estudio hecho por Solano (2021), quién encontró que las puntuaciones son similares entre mujeres ( $M = 71.54$ ,  $DE = 18.03$ ) y varones ( $M = 71.59$ ,  $DE = 15.58$ ), con ligeras diferencias en sus dimensiones entre mujeres y varones. Y tal como demostraron Damas y Escobedo (2017) en lo que respecta a la distribución por género de los usuarios que presentaron adicción a las redes sociales, se obtuvo que el 36 % son varones y 39 % mujeres; concluyó así que las mujeres tienden a presentar mayor adicción porque son más comunicativas, emotivas y expresivas. Sin embargo, la investigación de Ccopa y Turpo (2019) difiere con estos resultados, ya que sugieren que el género masculino es el que presenta mayor prevalencia en el nivel medio con 23.1 % y el género femenino un 16.9 %. Otro punto por señalar importante es que según los resultados el mayor porcentaje de adicción del total de los participantes se encontró en la dimensión uso excesivo de las redes sociales, lo cual difiere con el estudio hecho por Ikemiyashiro (2017), quién obtuvo que la dimensión fuerte era obsesión por las redes sociales. Este sería un dato valioso, puesto que sería la base para sostener la correlación altamente significativa presentada entre las dos variables del presente estudio porque

toma en cuenta indicadores como la necesidad de permanecer conectado y la cantidad de veces conectado.

Asimismo, debido a la coyuntura actual por pandemia, se debe considerar que el uso de las redes sociales y las herramientas tecnológicas para la interacción en general son importantes, por ello, se notó el incremento del empleo de otros aplicativos para la comunicación entre estudiantes y docentes de las diferentes instituciones educativas.

Para finalizar con el objetivo específico, en la edad se buscó determinar las dimensiones de la adicción a las redes sociales, donde se encontró que los adolescentes de 15 años fueron los que presentaron un puntaje superior en las diferentes dimensiones, pero sobre todo en la dimensión uso excesivo de las redes sociales, que se observó con un nivel moderado.

Korzeniowski & Cabañas (2015) mencionan lo siguiente:

En los últimos años, los científicos han estudiado el uso excesivo de las nuevas tecnologías en los adolescentes y existen consecuencias negativas en el ámbito social, emocional y cognitivo. En un estudio realizado a adolescentes, se obtuvo como resultado que quienes usaban excesivamente el internet y las redes sociales presentaban síntomas de sensibilidad, ansiedad, hostilidad y somatización (Marqueza, 2011, pp. 224-225).

No obstante, es preciso indicar que no se han reportado investigaciones sobre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y habilidades sociales según edad específicamente en adolescentes que pueda ser comparada con los resultados de investigación.

De acuerdo con el segundo objetivo específico, se buscó determinar la variable habilidades sociales según sexo, donde se encontró que el género femenino presentó mayor prevalencia en los niveles normal (18 %), excelente (11.3 %) y buen (5.3 %); mientras que el género masculino tiene mayor prevalencia en los niveles deficiente (10.0 %) y bajo (12.7 %). Estos resultados los podemos

encontrar en la tabla 8 y son similares al estudio hecho por Ccopa y Turpo (2019), quienes hallaron en sus resultados del nivel promedio que el género masculino tiene 10 % y que el género femenino presenta 11.5 %; por lo que concluyó que los varones tienen mayor prevalencia en el déficit de habilidades sociales. Sin embargo, esto discrepa con lo señalado por Huancapaza y Huanca (2018), quienes encontraron que ambos géneros presentan deficiencia en el desarrollo de sus habilidades sociales, siendo el género femenino con mayor puntaje 47.1 % y los varones con puntaje 31.4 %.

Las habilidades sociales en adolescentes han disminuido, debido a la situación actual, marcada por la emergencia sanitaria a causa de la Covid-19, las restricciones sociales han condicionado nuestras relaciones sociales, y han disminuido cualquier contacto social al mínimo, pero han aumentado el número de horas que han dedicado a las pantallas por no poder salir de casa, además estas medidas han alterado la salud mental de adultos, niños y adolescentes. Asimismo, comparando con Hidalgo y Abarca (1990), quienes mencionan que en las habilidades sociales la interacción social comprende la interdependencia y los patrones relaciones que se establecen en toda dinámica social.

Por otro lado, se investigó sobre las habilidades sociales respecto a la edad, donde se halló que en el nivel deficiente la edad con mayor prevalencia fue de 16 años (4.7 %), en el nivel bajo la edad fue la de 14 años (8.0 %), en el nivel normal fue la de 17 años (9.3 %), en el nivel buena edad con mayor prevalencia fue la de 16 años (2.7 %) y finalmente en el nivel excelente 14 años con 5.3 %). Si bien no hay investigaciones con las cuales corroborar, al realizar una evaluación sociodemográfica para tomar la muestra, Gaete (2015) menciona que en la etapa de la adolescencia “Los resultados emocionales que se dan están ligados con las emociones negativas y que los cambios emocionales se acompañan en las diferentes situaciones de ánimo y comportamientos” (p. 7) Asimismo, “en los adolescentes existen conflictos por vulnerabilidad de la edad, en ello se

manifiestan diversas emociones para expresarse y dificultad para relacionarse con los demás”  
(Arab y Díaz, 2015, pp. 7-13).

## CONCLUSIONES

**PRIMERA:** En cuanto el objetivo general, se halló relación negativa y altamente significativa entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y habilidades sociales, indicando que a mayor adicción a las redes sociales en los estudiantes de tercero a quinto de secundaria será menor sus habilidades sociales, y viceversa.

**SEGUNDA:** Respecto al objetivo específico, que fue determinar el nivel de las dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en los estudiantes según el sexo, se encontró que el femenino presentó un nivel de adicción con riesgo leve en las dos primeras dimensiones del ARS sin embargo, en la última, uso excesivo de las redes sociales presenta un riesgo de nivel moderado lo que significa que en un corto tiempo podría incrementar o de algún modo la muestra tomada ha manipulado los resultados por lo que se observan contraproducentes. Asimismo, al determinar el nivel de las habilidades sociales se obtuvo que el puntaje para las mujeres las ubicó en el nivel excelente, en cambio el puntaje de los varones los coloco en el nivel deficiente mostrando así que el género femenino posee mayor desarrollo en sus habilidades sociales.

**TERCERA:** Referente al objetivo específico, que fue determinar el nivel de las dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en los estudiantes según la edad, se halló que la muestra de 15 años fue la que presentó un puntaje superior en las tres

dimensiones del ARS y en el caso de las habilidades sociales se encontró una variabilidad en los niveles indicando que no existe una tendencia acentuada.

## RECOMENDACIONES

1. De acuerdo con el resultado del objetivo general se sugiere que el Departamento de Psicología desarrolle un plan de trabajo sobre el buen uso de redes sociales y fomente talleres para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes.
2. Debido a que el género femenino obtuvo un mayor porcentaje, sería recomendable que el Departamento de Psicología realice una intervención en la cual se desarrollen actividades recreativas para mejorar el control de uso y la necesidad de permanecer conectado a una red social. De la misma manera, es necesario fomentar en todos los estudiantes herramientas para que puedan expresar sus sentimientos y sean capaces de conocer y comprender los sentimientos de los demás.
3. Se requiere reforzar con programas educativos el desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes de 15 años, realizar evaluaciones y seguimientos para cada caso en específico, a fin de verificar la eficacia de dichos programas que permitan reforzar sus habilidades sociales.

## REFERENCIAS

- Alberti, R. (1977). Comments on “Differentiating assertion and aggression: Some behavioral guidelines”. *Behavior Therapy* (8), 353-354.
- Arab L., E., & Díaz G., A. (2015). Impacto de las redes sociales e Internet en la adolescencia: Aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 1(26), 7-13.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000048>
- Araujo, E. D. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 48-58.  
[doi:https://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494](https://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494)
- Balluerka, N., Gómez, J., Hidalgo, D., Gorostiaga, A., Espada, J. P., Padilla, J. L., & Santed, M. Á. (2020). *Las consecuencias psicológicas de la covid-19 y el confinamiento*. España: Servicio de Publicaciones de la Universidad del País Vasco.  
<https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/45924/Consecuencias%20psicol%C3%B3gicas%20COVID-19%20PR3%20DIG.pdf?sequence=1>
- Bandura, A. (1997). *Teoría del aprendizaje social*. Psychological Review.
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (3ra ed.). (1. Siglo XXI, Ed.) Madrid.
- Carrasco Diaz, S. (2009). *Metodología de la investigación científica* (19 ed.). Lima, Perú: San Marcos.
- Ccopa, C. V., & Turpo, G. N. (2019). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Politécnico Huáscar de Puno, 2019. (Tesis de Licenciatura en Enfermería). Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.  
<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/13628>

- Celis, A., Castro, M., & Medina, M. C. (2012). Uso de internet y niveles de dependencia entre estudiantes. *Horizonte Médico*, 12(3), 27-34.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=371637126005>
- Combs, M., & Slaby, D. (1977). Entrenamiento en habilidades sociales con niños. *springe*, 1, 161-162. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4613-9799-1\\_5](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4613-9799-1_5)
- Contini, N., & Betina, A. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psiopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 12(23), 159-182. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18424417009>
- Contini, N. (2009). Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas desde la psicología positiva. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*(9), 45-64.  
<file:///C:/Users/anaya/Downloads/Dialnet-LasHabilidadesSocialesEnLaAdolescenciaTemprana-5645279.pdf>
- Damas, F. K., & Escobedo, L. M. (2017). Adicción a las redes por internet y habilidades sociales en adolescentes, Trujillo-2016. (Tesis de Licenciatura en Enfermería). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú. <http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/7659>
- Davis, R. (2001). Tratamiento cognitivo-conductual en un caso de adicción a internet y videojuegos. *Innovar*, 41(21), 191 -192.  
<https://www.redalyc.org/pdf/818/81822806011.pdf>
- Delgado, B., & Herranz, P. (2010). La formación inicial de los vínculos sociales. En J. García Madruga, & J. Deval, *Psicología del desarrollo I* (pp. 113-136). España: Universidad Nacional de Educación a Distancia-UNED.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5011554>
- Deval, J. (1998). *El desarrollo humano*. España: Siglo XXI de España editores, S.A.

- Díaz , D., Fuentes , I., & Senra, N. (2018). Adolescencia y autoestima: su desarrollo desde las instituciones educativas. *Conrado*, 14(64).  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442018000400098](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000400098)
- Domínguez, J. A., & Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181-230. doi:10.20511/pyr2016.v4n2.122
- Echeburúa, E., & Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de drogodependencias* (4), 435-448.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4113810>
- Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Madrid: Pirámide.
- Escurrea, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ars). *Liberabit*, 20(1), 73-91.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Flores, J. J., Morán, J. J., & Rodríguez, J. J. (2009). Las redes sociales. *Universidad San Martín de Porres*, 3, 1-15.  
[https://cdn.goconqr.com/uploads/media/pdf\\_media/15566608/5861ecda-54e6-41d1-9844-bcf2ca6a3662.pdf](https://cdn.goconqr.com/uploads/media/pdf_media/15566608/5861ecda-54e6-41d1-9844-bcf2ca6a3662.pdf)

- Flores, E., & Quispe, S. L. (2019). Adicción a redes sociales virtuales y desarrollo de habilidades sociales en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria del distrito de Paucarpata. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Arequipa, Perú. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10520>
- Flores, M. (2021). Comparación de mortalidad por Covid-19 en regiones del Perú desde marzo a setiembre del 2020. (Tesis de Licenciatura en Medicina). Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/3768/TESIS%20MARIA%20GRACIA%20FLORES%20L%c3%93PEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Chilena de pediatría*, 86(6), 7. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0370-41062015000600010&script=sci\\_arttext&tlng=e](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0370-41062015000600010&script=sci_arttext&tlng=e)
- Goldstein, A. (1980). *Escala de Habilidades Sociales*. [https://www.academia.edu/37172809/ESCALA\\_DE\\_EVALUACION\\_DE\\_HABILIDAD\\_ESSOCIALES\\_BIBLIOTECA\\_DE\\_PSICOMETRIA](https://www.academia.edu/37172809/ESCALA_DE_EVALUACION_DE_HABILIDAD_ESSOCIALES_BIBLIOTECA_DE_PSICOMETRIA)
- Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., & Klein, P. (1989). *Habilidades Sociales y autocontrol en la adolescencia*. Barcelona, España: Martínez Roca.
- Greenfield, D. (2009). *Tratamiento psicológico de la adicción a internet y a las nuevas tecnologías* (En E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña (eds.) ed.). Madrid: Pirámide.
- Guzman, W. Y., & Mesa Ávila, A. L. (2020). Uso de las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución del municipio de Los Patios. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad Simón Bolívar, Colombia. <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/7132>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.).

México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

Herranz, P., & Delgado, B. (2012). *Psicología del desarrollo y la educación* (Vol. 1). Madrid:

Universidad nacional de educación a distancia.

Hidalgo, C., & Abarca, N. (1990). Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios.

*Revista Latinoamericana de Psicología*, 22(2), 265-282.

<https://www.redalyc.org/pdf/805/80522205.pdf>

Huamán, R. E., & Vila, L. C. (2020). Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en

adolescentes de un Centro Preuniversitario Parroquial, Huancayo-2020. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad Peruana los Andes, Huancayo, Perú.

<https://hdl.handle.net/20.500.12848/1770>

Huancapaza, M. E., & Huanca, L. F. (2018). Habilidades sociales y adicción a las redes sociales

en Instituciones Educativas del Distrito de Cayma, 2018. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Arequipa, Perú.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/7325>

Ikemiyashiro, J. (2017). Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes

y jóvenes adultos de Lima Metropolitana. (Tesis de Licenciatura en Psicología).

Universidad San Ignacio de Loyola, Lima, Perú.

<http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/2766>

INEI. (28 de Diciembre de 2021). [https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-550-de-los-hogares-](https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-550-de-los-hogares-del-pais-accedieron-a-internet-en-el-tercer-trimestre-del-2021-13269/#:~:text=El%20INEI%20inform%C3%B3%20que%2C%20en,a%20favor%20de%20los%20hombres)

[del-pais-accedieron-a-internet-en-el-tercer-trimestre-del-2021-](https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-550-de-los-hogares-del-pais-accedieron-a-internet-en-el-tercer-trimestre-del-2021-13269/#:~:text=El%20INEI%20inform%C3%B3%20que%2C%20en,a%20favor%20de%20los%20hombres)

[13269/#:~:text=El%20INEI%20inform%C3%B3%20que%2C%20en,a%20favor%20de](https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-550-de-los-hogares-del-pais-accedieron-a-internet-en-el-tercer-trimestre-del-2021-13269/#:~:text=El%20INEI%20inform%C3%B3%20que%2C%20en,a%20favor%20de%20los%20hombres)

[%20los%20hombres](https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-550-de-los-hogares-del-pais-accedieron-a-internet-en-el-tercer-trimestre-del-2021-13269/#:~:text=El%20INEI%20inform%C3%B3%20que%2C%20en,a%20favor%20de%20los%20hombres)

- INEI. (28 de Setiembre de 2021). El 52,5% de los hogares del país tiene conexión a internet en el trimestre abril-mayo-junio de este año. *Notas de prensa*(148). doi:<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-148-2021-inei.pdf>
- Jiménez, A. M. (2018). Redes sociales y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de Primero, Segundo y Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Particular Cordillera del cantón Loja. (Tesis de Licenciatura en Psicología Clínica). Universidad Nacional de Loja, Loja, Ecuador. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/20914>
- Korzeniowski, C., & Cabañas, M. (2015). Uso de celular e internet: su relación con planificación y control de la interferencia. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(1), 5-16. doi:<https://doi.org/10.32348/1852.4206.v7.n1.7634>
- León, J., & Medina-Anzano, S. (1998). Aproximación conceptual a las habilidades sociales. En F. Gil Rodríguez, & J. León, *Habilidades sociales: teoría, investigación e intervención* (págs. 13-24). Madrid: Síntesis. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=542550>
- Madariaga, C., Hernando, J., & Ávila, T. (2010). Redes personales y dimensiones de apoyo en individuos desmovilizados del conflicto armado. *Psicología desde el caribe*(25), 179 - 201. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21315106009>
- Mansilla de los Santos, A. M. (01 de Noviembre de 2020). Impacto del Covid-19 en los hábitos y costumbres de estudiantes universitarios durante el tiempo de cuarentena 2020. *Hacedor*, 4(2), 1-11. doi:<http://revistas.uss.edu.pe/index.php/HACEDOR/article/view/1478>
- Marañón, C. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*(54), 1-16. <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=495950250003>

- Cornejo, M. & Tapia, M. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos en Humanidades*, XII(24), 224-225.  
<https://www.redalyc.org/pdf/184/18426920010.pdf>
- Martínez, H. (2010). *Metodología de la investigación*. México: © D.R. 2012 por Cengage Learning Editores, S.A. de C.V.
- Monjas, M. I. (2009). *Cómo promover la convivencia: Programa de asertividad y habilidades sociales (PAHS)* (2 ed., Vol. 9). España.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=573133>
- Moreno, A., & Del Barrio, C. (2000). *La Experiencia Adolescente* (1 ed.). España: Aique Grupo Editor S.A.
- Naval, C., Sádaba-Chalezquer, C., & Bringué, X. (2003). *Impacto de las tecnologías de la información y de la comunicación (tic) en las relaciones sociales de los jóvenes navarros*. Navarra: Gobierno de Navarra. Instituto Navarro de Deporte y Juventud.  
<https://hdl.handle.net/10171/18444>
- Oliva, A., Hidalgo, M. V., Moreno, M., Jiménez, L., Jiménez, A. M., Antolín, L., & Ramos Valvede, P. (2012). *Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces*. Sevilla, España: Agua Clara.  
<https://personal.us.es/oliva/libroadicciones.pdf>
- OMS. (2018). Desarrollo de la adolescencia .  
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/20914/3/TESIS%20CORRECCION%20ANGIE%20JIMENEZ.pdf>
- OMS. (2020). *Enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. [https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_1)

- Pacheco, D. G. (2019). Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/696>
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia* (Vol. 11). México: Mc Graw Hill.
- Romo, D. S. (2018). Adicción a internet y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Internacional Elim de Villa El Salvador - 2017. (Tesis de Maestría en Educación). Universidad César Vallejo, Lima, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/14122>
- Solano, D. S. (2021). La influencia de la adicción a las redes sociales en las habilidades sociales en estudiantes de 14 a 25 años de Lima Este. (Tesis de Licenciatura en Ciencias de la Comunicación). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4262?show=full>
- Wakefield, J. (13 de Febrero de 2018). *BBC NEWS*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-43032001>
- Wang, Y., Di, Y., Ye, J., & Wei, W. (30 de Marzo de 2020). Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China. *Psychology, Health & Medicine*, 26(1), 13-22. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13548506.2020.1746817>
- Zhao, N., & Zhou, G. (09 de February de 2021). COVID-19 Stress and Addictive Social Media Use (SMU): Mediating Role of Active Use and Social Media Flow. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 85. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2021.635546/full>

## ANEXOS

Anexo 1. *Matriz de consistencia*

<b>Problema</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Variables</b>	<b>Diseño metodológico</b>
<b>Problema general</b>	<b>Objetivo general</b>	Variable 1: Dimensiones de la adicción a redes	<b>Tipo</b> Cuantitativo
¿Cuál es la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021?	Determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021.	Variable 2: Habilidades sociales	<b>Nivel</b> Descriptivo
		<b>Técnicas e instrumento</b>	<b>Diseño</b> No experimental- transversal
<b>Problema específico</b>	<b>Objetivo específico</b>	<b>Técnica</b>	<b>Población y muestra</b>
¿Cuáles son los niveles de las dimensiones de la adicción a redes sociales según sexo y edad cronológica en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021?	Determinar los niveles de las dimensiones de la adicción a redes sociales según sexo y edad cronológica en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021.	Encuesta	<b>Población</b> 243 adolescentes entre los 15 a 17 años, de ambos sexos; de tercero a quinto año de educación secundaria de la Institución Educativa de Huaycán
¿Cuáles son los niveles de las dimensiones de habilidades sociales según sexo y edad cronológica en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021?	Determinar los niveles de las dimensiones de habilidades sociales según sexo y edad cronológica en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021.	<b>Instrumento</b> Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS)	<b>Muestra</b> Tipo de muestreo no probabilístico, de tipo intencional o por conveniencia, conformada por un total de 150 adolescentes.
		Escala de Habilidades sociales	

**Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos**

**CUESTIONARIO DEL USO DE REDES SOCIALES (ARS)**

Esta es una encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

Grado:	
Edad:	
Sexo:	
Utiliza Redes Sociales:	

**Si respondió SI, indique cuál o cuáles en el cuestionario adjunto.**

**1 ¿Desde dónde se conecta a las redes sociales? (Puede marcar más de una respuesta).**

a	En mi casa	
b	En mi trabajo	
c	En las cabinas de internet	
d	En las computadoras de la universidad	
e	A través de celular	

**2 ¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?**

a	Todo el tiempo me encuentro conectado	
b	Una o dos veces al día	
c	Entre siete a 12 veces al día	
d	Dos o tres veces por semana	
e	Entre tres a seis veces al día	
f	Una vez por semana	

**3. De todas las personas que conoces a través de la red, ¿cuántos conoces personalmente**

a	10 % o menos	
b	Entre 11 y 30 %	
c	Entre 31 y 50 %	
d	Entre 51 y 70 %	
e	Más del 70 %	

**4. Sus cuentas en la red contienen tus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.**

a	SI	
b	NO	

**5. ¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?**

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

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

**LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES  
(Goldstein, 1988. Adaptada por Tomas Ambrosio, 1994)**

**INSTRUCCIONES**

A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que ustedes sean más o menos capaces.

Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación de acuerdo con los siguientes puntajes.

Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad  
 Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad  
 Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad  
 Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad  
 Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad

ÍTEMS	Nunca	Muy pocas veces	Algun a vez	A menudo	Siempre
1. ¿Presta atención a la persona que le está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que le están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?	1	2	3	4	5
3. ¿Habla con otras personas sobre cosas que le interesan a los demás?	1	2	3	4	5
4. ¿Determina la información que necesita y se la pide a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5. ¿Permite que los demás sepan que agradece los favores, etc.?	1	2	3	4	5
6. ¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7. ¿Ayuda a que los demás se conozcan entre si?	1	2	3	4	5
8. ¿Le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?	1	2	3	4	5
9. ¿Pide ayuda cuando tiene alguna dificultad?	1	2	3	4	5
10. ¿Elige la mejor forma para integrarse en un grupo o para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12. ¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?	1	2	3	4	5
14. ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona?	1	2	3	4	5
15. ¿Intenta reconocer las emociones que experimenta?	1	2	3	4	5

16. ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	1	2	3	4	5
17. ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intenta comprender el enfado de la otra persona?	1	2	3	4	5
19. ¿Permite que los demás sepan que se interesa o se preocupa por ellos?	1	2	3	4	5
20. ¿Piensa por qué está asustado y hace algo para disminuir su miedo?	1	2	3	4	5
21. ¿Se dice a sí mismo o hace cosas agradables cuando se merece una recompensa?	1	2	3	4	5
22. ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pide a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23. ¿Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayuda a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25. ¿Llega a establecer un sistema que le satisfaga tanto como a quienes sostienen posturas diferentes?	1	2	3	4	5
26. ¿Controla su carácter de modo que no se le “escapan las cosas de la mano”?	1	2	3	4	5
27. ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cuál es su postura?	1	2	3	4	5
28. ¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás le hacen bromas?	1	2	3	4	5
29. ¿Se mantiene al margen de situaciones que le puedan ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30. ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31. ¿Les dice a los demás cuando han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar solución?	1	2	3	4	5
32. ¿Intenta llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien?	1	2	3	4	5
33. ¿Expresa un cumplido sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34. ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35. ¿Determina si lo han dejado de lado en alguna actividad y, luego, hace algo para sentirse mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36. ¿Manifiesta a los demás que han tratado injustamente a un amigo?	1	2	3	4	5
37. ¿Considera con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hará?	1	2	3	4	5
38. ¿Comprende la razón por la cual ha fracasado en una determinada situación y que puede hacer para tener más éxito en el futuro?	1	2	3	4	5

39. ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen o hacen otras que se contradicen?	1	2	3	4	5
40. ¿Comprende lo que significa una acusación y por qué se la han hecho y, luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le ha hecho la acusación?	1	2	3	4	5
41. ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42. ¿Decide lo que quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43. ¿Resuelve la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante?	1	2	3	4	5
44. ¿Reconoce si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo su control?	1	2	3	4	5
45. ¿Toma decisiones realistas sobre lo que es capaz de realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Es realista cuando debe dilucidar como puede desenvolverse en una determinada tarea?	1	2	3	4	5
47. ¿Resuelve que necesita saber y como conseguir la información?	1	2	3	4	5
48. ¿Determina de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que debería solucionar primero?	1	2	3	4	5
49. ¿Considera las posibilidades y elige la que le hará sentirse mejor?	1	2	3	4	5
50. ¿Se organiza y se prepara para facilitar la ejecución de su trabajo?	1	2	3	4	5

**Anexo 3. Prueba de normalidad de las variables Adicción a redes sociales, habilidades sociales y sus dimensiones**

Variables	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
<b>Adicción a las redes sociales</b>			
Obsesión por las redes sociales	,223	150	,000
Falta de control personal para el uso de las redes sociales	,283	150	,000
Uso excesivo de las redes sociales	,227	150	,000
<b>Habilidades sociales</b>			
Primeras habilidades sociales	,186	150	,000
Habilidades sociales avanzadas	,246	150	,000
Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	,227	150	,000
Habilidades alternativas a la agresión	,220	150	,000
Habilidades para hacer frente al estrés	,245	150	,000
Habilidades de planificación	,188	150	,000

- a. Corrección de significación de Lilliefors  
 b. p = significancia

## Anexo 4. Autorización de autores para la aplicación de instrumentos

Permiso para el uso de test su adaptación de test "Adicción a redes sociales" Recibidos x   

 **ayda lugo caballero** <aydalugo97@gmail.com> mié, 17 nov, 23:06     
para grimaldomargarita ▾

Estimada:  
Margarita Isabel Grimaldo Garcia

De mi mayor consideración,

Es grato dirigirme a Ud, por medio de la presente, haciéndole llegar un cordial saludo y esperando que se encuentre bien. Nosotras, Anaya Rubina Sinthia (76241965), Huapaya Reyna Karen (70862489) y Lugo Caballero Ayda (73767770), somos bachilleres de la Universidad Continental de la carrera de Psicología en la ciudad de Lima. Nos presentamos y exponemos lo siguiente.

Por medio de la presente, solicitamos permiso para el uso de su adaptación del test "Adicción a redes sociales" con el fin de utilizarlo para nuestra investigación de tesis que lleva como título "Dimensiones de la adicción a redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de una I.E de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021".

En ese sentido, si tuviera alguna inquietud o duda estaríamos dispuestas a programar una reunión virtual o llamada telf.

Sin otro particular, quedamos atentas a su respuesta.

Atentamente;

---

 **Margarita Grimaldo** vie, 19 nov, 15:42     
para mí ▾

Buenas tardes Ayda, gustosamente les concedo el permiso para que puedan aplicar la prueba mencionada. Gracias por su interés hacia la investigación, estoy segura que será de gran aporte.

Exitos.

\*\*\*

---

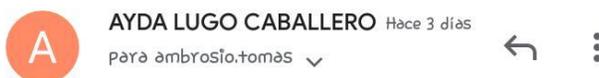
 **ayda lugo caballero** <aydalugo97@gmail.com> mar, 23 nov, 15:38 (hace 10 días)     
para Margarita ▾

Muchas gracias por su aceptación srta Margarita.

Saludos

\*\*\*

 Responder  Reenviar



Estimado:  
Ambrosio Tomás Rojas

De mi mayor consideración,

Es grato dirigirme a Ud, por medio de la presente, haciéndole llegar un cordial saludo y esperando que se encuentre bien. Nosotras, Anaya Rubina Sinthia (76241965), Huapaya Reyna Karen (70862489) y Lugo Caballero Ayda (73767770), somos bachilleres de la Universidad Continental de la carrera de Psicología en la ciudad de Lima. Nos presentamos y exponemos lo siguiente.

Por medio de la presente, solicitamos permiso para el uso de su adaptación del test "Habilidades sociales" con el fin de utilizarlo para nuestra investigación de tesis que lleva como título "Dimensiones de la adicción a redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de una I.E de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021".

En ese sentido, si tuviera alguna inquietud o duda estaríamos dispuestas a programar una reunión virtual o llamada telefónica.

Sin otro particular, quedamos atentas a su respuesta.

Atentamente,

**Anaya Rubina, Sinthia**  
Bachiller en Psicología  
Cel.: 930750210

**Huapaya Reyna, Karen**  
Bachiller en Psicología  
Cel.: 992057461

Lugo Caballero, Ayda  
Bachiller en Psicología  
Cel.: 941485835

—  
Atte. Lugo Caballero, Ayda

Saludos

Buscar correo

2 de 25

**Permiso para el uso de test su adaptación de test "Habilidades sociales"**

Externo Recibidos x

**AYDA LUGO CABALLERO** mar, 7 dic, 22:24 (hace 3 días) ☆

Estimado: Ambrosio Tomás Rojas De mi mayor consideración, Es grato dirigirme a Ud, por medio de la presente, haciéndole llegar un cordial saludo y esper...

**AMBROSIO TOMAS ROJAS** para mi ▾ 12:19 (hace 2 horas) ☆ ↩ ⋮

Estimada Ayda,

Tienes mi autorización para emplear la versión del instrumento que mencionas, adaptada al Perú.

Esta autorización solo es para tu investigación, no podrás utilizarla para propósitos ajenos a ello. Tampoco podrás compartir la autorización con otras personas. Además, te solicito realizar las citas correctas en tu informe final.

Te deseo los mejores éxitos en tu investigación.

Saludos cordiales,

Ambrosio

**Anexo 5. Constancia de autorización para la aplicación de instrumentos de investigación**

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Sr.

Director(a) de la institución educativa "I.E. 1250"

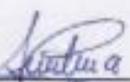
Nosotras, **Sinthia Sofia Anaya Rubina** con DNI N° 76241965, **Karen Fiorella Huapaya Reyna** con DNI N° 70862489, y **Ayda Lugo Caballero** con DNI N° 73767770, bachilleres de la Universidad Continental, ante usted con el debido respeto, expongo lo siguiente:

Que, siendo bachilleres de Psicología pertenecientes a la Facultad de Humanidades de la Universidad Continental, solicitamos a usted el permiso para realizar la aplicación de los instrumentos denominados Cuestionario de adicción a redes sociales y Escala de habilidades sociales; en los estudiantes de 3ro a 5to de Secundaria de la I.E.1250 del distrito Huaycán en el 2021.

Por lo expuesto;

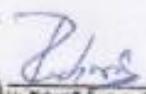
Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Lima, 25 de noviembre del 2021.

  
\_\_\_\_\_  
Sinthia Anaya Rubina

  
\_\_\_\_\_  
Karen Huapaya Reyna

  
\_\_\_\_\_  
Ayda Lugo Caballero

  
  
Dpto. Educación  
I.E. 1250 - "Huaycán"  
Director  
\_\_\_\_\_  
Director(a)

  
Pnc. Juleisy Chugulén Castro  
Colegiadora # 30991

**Anexo 6. Consentimiento informado****CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo \_\_\_\_\_, identificado con DNI \_\_\_\_\_, acepto de manera voluntaria que mi hijo(a) \_\_\_\_\_ participe respondiendo dos cuestionarios psicológicos como parte de la investigación de las alumnas: Sinthia Sofia Anaya Rubina, Karen Fiorella Huapaya Reyna y Ayda Lugo Caballero, de la carrera de Psicología (Facultad de Humanidades) de la Universidad continental. El objetivo es determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Huaycán en el contexto de pandemia.

Me han informado que:

- La aplicación de los cuestionarios forma parte de su formación académica.
- La información obtenida será trabajada con fines de aprendizaje.
- En todo momento se mantendrá el anonimato de mi hijo(a).
- La participación de mi hijo (a) es voluntaria.

Lima, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2021

---

Firma del padre o apoderado

## **ASENTIMIENTO INFORMADO**

### **Estimado(a) estudiante:**

El presente estudio es conducido por los bachilleres Anaya Rubina Sinthia, Huapaya Reyna Karen y Lugo Caballero Ayda; quiénes pertenecen a la carrera de Psicología de la Universidad Continental. El objetivo de la investigación es determinar la relación entre las “Dimensiones de la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de una IE de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021”.

En función de ello, lo invitamos a participar de este estudio a través de dos instrumentos con los que recogeremos datos para fines del estudio y sin ningún otro propósito. Ninguna autoridad de la universidad mencionada, ni otros estudiantes, tendrán acceso a esta información. La duración de toda la evaluación no llevará más de 30 minutos.

Su participación es absolutamente voluntaria y todos sus datos personales se mantendrán en estricta confidencialidad.

De acuerdo con todo lo anterior, acepto voluntariamente participar en este estudio comprendiendo las actividades en las que me veo involucrado; así mismo, entiendo que puedo decidir no participar del estudio y retirarme cuando crea pertinente.

---