

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Sintomatología de adicción a redes sociales y
habilidades sociales en estudiantes de
Psicología de una universidad privada de
Huancayo 2022**

Deysi Ingrid Parraguez Serpa
Fabiola Zulema Salas Huaman

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2023

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



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

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TESIS

A : Dra. Eliana Mory Arciniega
Decano de la Facultad de Humanidades

DE : Dra. Rocío Milagros Coz Apumayta
Asesor de tesis

ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de tesis

FECHA : 8 de julio de 2023

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarlo y en vista de haber sido designado asesor de la tesis titulada: "**SINTOMATOLOGÍA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2022**", perteneciente al/la/los/las estudiante(s) Parraguez Serpa Deysi Ingrid - Fabiola Zulema Salas Huaman, de la E.A.P. de Psicología; se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 19 % de similitud (informe adjunto) sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores (Nº de palabras excluidas: 10) SI NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

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

Recae toda responsabilidad del contenido de la tesis sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios de legalidad, presunción de veracidad y simplicidad, expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI y en la Directiva 003-2016-R/UC.

Esperando la atención a la presente, me despido sin otro particular y sea propicia la ocasión para renovar las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,

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



Asesor de tesis

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Fabiola Zulema Salas Huaman, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 47344933, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada: "SINTOMATOLOGÍA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2022", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología.
2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La tesis es original e inédita, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

10 de Julio de 2023.



Fabiola Zulema Salas Huaman

DNI. No. 47344933

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

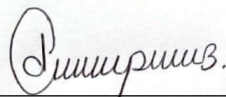
DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Deysi Ingrid Parraguez Serpa, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 71528216, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada: "SINTOMATOLOGÍA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2022", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología.
2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La tesis es original e inédita, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

10 de Julio de 2023.



Deysi Ingrid Parraguez Serpa

DNI. No. 71528216

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

Sintomatología de adicción a redes sociales-Habilidades sociales

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	2%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	1%
6	repositorio.upeu.edu.pe:8080 Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	1%
8	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%

9	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
10	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	1 %
12	www.repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	1 %
13	repositorio.ug.edu.ec Fuente de Internet	1 %
14	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	ri.ues.edu.sv Fuente de Internet	<1 %
17	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1 %
18	distancia.udh.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
19	"Relación entre el autoconcepto y las habilidades sociales en estudiantes de educación pertenecientes a una universidad	<1 %

privada de Arequipa-Perú, 2019", Pontificia
Universidad Católica de Chile, 2020

Publicación

20	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
21	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	<1 %
22	Marlon Elías Lobos-Rivera, José Modesto Ventura-Romero, Angélica Nohemy Flores-Monterrosa, Víctor Manuel Umanzor-Gómez. "Adaptación psicométrica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales en una muestra de adultos salvadoreños", Entorno, 2022 Publicación	<1 %
23	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
24	Salvatore Gullo Rodríguez. "DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA COMUNIDAD PAMPA BLANCA, PAMPAS -TAYACAJA - HUANCVELICA", Prohominum, 2022 Publicación	<1 %
25	Submitted to Universidad Científica del Sur Trabajo del estudiante	<1 %
26	repositorio.umsa.bo Fuente de Internet	<1 %

27	repositorio.upagu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
28	Luis Marcelo Mantilla Falcón, Edison Roberto Valencia Núñez, Mery Susana Mantilla Falcón. "Competencia lingüística y habilidades sociales. Una mirada exploratoria en la educación universitaria", Centro de Investigaciones en Ciencias Sociales y Humanidades desde America Latina, 2022 Publicación	<1 %
29	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	<1 %
30	Carmen Yolanda Guevara Benítez, Juan Pablo Rugerio Tapia, Ángela María Hermosillo García, Laura Alejandra Corona Guevara. "Aprendizaje socioemocional en preescolar: fundamentos, revisión de investigaciones y propuestas", Revista Electrónica de Investigación Educativa, 2020 Publicación	<1 %
31	repositorio.udh.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
32	"Pilotaje preliminar y validación de un cuestionario que mida la experiencia de aprendizaje de estudiantes de enseñanza media sobre las prácticas de	<1 %

retroalimentación efectiva de sus profesores y profesoras", Pontificia Universidad Católica de Chile, 2021

Publicación

Excluir citas Activo

Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 10 words

Dedicatoria

A nuestras familias, amigos y profesores que nos brindaron su soporte durante toda nuestra formación académica.

Agradecimiento

A nuestras familias, por su amor y apoyo incondicional durante todo nuestro desarrollo personal y profesional.

A nuestra asesora, psicóloga Rocío Coz, quien nos guio con sus conocimientos y experiencia en investigación.

A la Universidad Continental, por brindarnos todos los recursos necesarios a lo largo de nuestra formación académica.

Resumen

El objetivo del estudio fue encontrar el vínculo existente entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en alumnos de psicología de primer ciclo de una casa de estudios superiores privada de Huancayo. La metodología fue de enfoque cuantitativo, no experimental, correlacional y transversal. La población fue de 150 alumnos y se realizó un censo. Los instrumentos aplicados fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Lista de Chequeo Conductual de Habilidades Sociales de Golstein (LCHS). Los hallazgos revelaron la existencia de un vínculo negativo y significativo entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales ($\rho=-0,284$; $p=0,001$), así mismo se halló relación entre la ARS y con algunas dimensiones de las habilidades sociales: primeras habilidades sociales ($\rho=-0,243$; $p=0,006$), habilidades relacionadas con el sentimiento ($\rho=-0,245$; $p=0,006$), alternativas a la agresión ($\rho=-0,411$; $p=0,000$) y habilidades de planificación ($\rho=-0,248$; $p=0,005$); mientras que no se halló relación con las dimensiones habilidades sociales avanzadas ($\rho=-0,144$; $p=0,108$) y hacer frente al estrés ($\rho=-0,175$; $p=0,051$). Se concluyó que la sintomatología de adicción a las redes sociales perjudica el desarrollo y manifestación de conductas que favorecen una interacción social saludable.

Palabras clave: redes sociales, adicción, habilidades sociales, universitarios, conducta social, estudiantes de psicología

Abstract

The objective of the study was to find the link between the symptoms of addiction to social networks and social skills in psychology students of the first cycle of a private higher education house in Huancayo. The methodology was quantitative, non-experimental, correlational and cross-sectional approach. The population was 150 students and a census was carried out. The instruments applied were the Social Networks Addiction Questionnaire (ARS) and the Golstein Social Skills Behavioral Checklist (LCHS). The findings revealed the existence of a negative and significant link between the symptoms of addiction to social networks and social skills ($\rho=-0.284$; $p=0.001$), likewise a relationship was found between the ARS and with some dimensions of social skills. : first social skills ($\rho=-0.243$; $p=0.006$), skills related to feelings ($\rho=-0.245$; $p=0.006$), alternatives to aggression ($\rho=-0.411$; $p=0.000$) and planning skills ($\rho=-0.248$, $p=0.005$); while no relationship was found with the dimensions advanced social skills ($\rho=-0.144$; $p=0.108$) and coping with stress ($\rho=-0.175$; $p=0.051$). It was concluded that the symptoms of addiction to social networks impair the development and manifestation of behaviors that favor healthy social interaction.

Keywords: social networks, addiction, social skills, university students, social behavior, psychology students

Índice

Portada	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento.....	iii
Resumen.....	iv
Abstract	v
Índice.....	vi
Índice de tablas	x
Índice de figuras.....	xi
Introducción	xii
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	15
1.1 Formulación del Problema	15
1.2 Formación del Problema	18
1.2.1 Problema general.....	18
1.2.2 Problemas específicos	18
1.3 Objetivos de la Investigación	19
1.3.1 Objetivo general	19
1.3.2 Objetivos específicos	19
1.4 Hipótesis.....	20
1.4.1 Hipótesis general.....	20
1.4.2 Hipótesis específicas	21
1.5 Variables	21
1.5.1 Operacionalización de variables	22
1.6 Justificación del Estudio	24

1.6.1 Justificación teórica.....	24
1.6.2 Justificación social	25
1.6.3 Justificación metodológica.....	25
1.6.4 Justificación práctica.....	25
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	26
2.1 Antecedentes	26
2.1.1 Locales	26
2.1.2 Nacionales	27
2.1.3 Internacionales	29
2.2 Bases Teóricas.....	32
2.2.1 Definición de adicción	32
2.2.2 Explicación de la adicción según aproximaciones teóricas.....	35
2.2.3 Redes sociales	38
2.2.4 Adicción a redes sociales	40
2.2.5 Dimensiones de la adicción a redes sociales	42
2.2.6 Definición de habilidades sociales	43
2.2.7 Evolución del concepto de habilidades sociales.....	47
2.2.8 Teorías factoriales sobre habilidades sociales.....	49
2.2.9 Aprendizaje de las habilidades sociales	53
2.2.10 Factores que influyen en el desarrollo de las habilidades sociales.....	54
2.2.11 Evaluación de las habilidades sociales.....	55
2.2.12 Mejoramiento de habilidades sociales.....	56
2.2.13 Características físicas, cognoscitivas y psicosociales de los adolescentes	57
2.3 Definición de Términos Básicos	58
CAPÍTULO III DISEÑO METODOLÓGICO	60

3.1 Tipo de Investigación.....	60
3.1.1 Según el propósito extrínseco de la investigación	60
3.1.2 Según el enfoque.....	60
3.1.3 Según la planificación de la toma de datos	60
3.2 Diseño de Investigación	61
3.3 Nivel de Investigación.....	61
3.4 Alcance de la Investigación	61
3.5 Población.....	61
3.6 Muestra.....	61
3.7 La técnica de recolección de datos.....	62
3.8 Los Instrumentos.....	63
3.8.1 Cuestionario de adicción a redes sociales	63
3.8.2 Habilidades sociales.....	65
3.9 Descripción de Análisis de Datos	66
3.10 Criterios Éticos.....	67
CAPÍTULO IV RESULTADOS	69
4.1 Pruebas de normalidad	69
Sintomatología de adicción a las redes sociales (total).....	69
Habilidades sociales (total).....	69
4.2 Correlaciones.....	71
4.3 Pruebas de Hipótesis	72
4.3.1 Hipótesis general.....	72
4.3.2 Primera hipótesis específica.....	73
4.3.3 Segunda hipótesis específica.....	73
4.3.4 Tercera hipótesis específica	74

4.3.5 Cuarta hipótesis específica.....	74
4.3.6 Quinta hipótesis específica.....	74
4.3.7 Sexta hipótesis específica.....	75
4.4 Descriptivos de población y variables.....	75
4.4.1 Edad.....	75
4.4.2 Sexo.....	76
4.4.3 Nivel de sintomatología a las redes sociales	76
4.4.4 Nivel de habilidades sociales	77
4.5 Discusiones	77
Conclusiones.....	82
Recomendaciones	84
Referencias Bibliográficas	85

Índice de tablas

Tabla 1 Definiciones de Habilidades sociales.....	46
Tabla 2 Proto conceptos de Habilidades Sociales.....	48
Tabla 3 Componentes de las HHSS según Goldstein et al.....	49
Tabla 4 Componentes de las HHSS según Monjas et al.....	51
Tabla 5 Instrumentos para medir HHSS	56
Tabla 6 Confiabilidad del cuestionario de adicción a las redes sociales.....	64
Tabla 7 Confiabilidad de la lista de chequeo de habilidades sociales.....	66
Tabla 8 Prueba de Kolmogorov Smirnov	69
Tabla 9 Correlaciones con Rho de Spearman	71
Tabla 10 Edad de la población.....	75
Tabla 11 Frecuencias y porcentajes según el nivel de sintomatología de adicción a las redes sociales	76
Tabla 12 Frecuencias y porcentajes según el nivel de habilidades sociales.....	77

Índice de figuras

Figura 1. Triple relación de contingencia. Tomado de Fernández (2019).....	54
Figura 2. Esquema de condicionamiento clásico. Tomado de Fernández (2019).....	54
Figura 3. Población según el sexo.....	76

Introducción

El empleo de las denominadas redes sociales impacta de manera muy significativa en la forma en que se da la comunicación humana, permite intercambiar mensajes, ideas, imágenes, videos, entre otras cosas de manera muy rápida y entre personas que se encuentran en diferentes espacios. Así mismo, durante la época de cuarentena fue un aliado muy importante en el sistema educativo, muchas plataformas sociales fueron utilizadas para impartir conocimiento. Sin embargo, así como el buen uso de la tecnología trae beneficios en el progreso individual y colectivo de las personas, también el uso excesivo y descontrolado trae prejuicios que puede terminar en una adicción a las redes sociales (ARS).

La adicción a las redes sociales (ARS) es una problemática de comportamiento que desde el inicio de la pandemia COVID 19 está en aumento, generalmente en grupos etarios que cursan el periodo escolar y universitario. La adicción, entendida como patrones conductuales con una determinada función en la vida de los sujetos, perjudica el adecuado desempeño a nivel social, familiar, laboral y académico. En ese sentido, es necesario conocer cómo se presenta este fenómeno en estudiantes jóvenes, además de los factores con las que se encuentra relacionada.

El estudio estuvo enmarcado por el método científico hipotético deductivo, fue de enfoque cuantitativo, de tipo básico, prospectivo, diseño no experimental, transversal y de nivel descriptivo correlacional.

Los resultados del estudio se podrán generalizar a la población, alumnos de primer ciclo de psicología de una casa de estudios superiores particular de Huancayo, debido a que se ha trabajado con un muestreo censal. El estudio contribuye a la

comprensión de las conductas de adicción a las redes sociales y su relación en las habilidades sociales, esto permitirá plantear y diseñar nuevas formas de intervención de acuerdo con los resultados.

Por otro lado, en cuanto a las limitaciones, los resultados no podrán ser generalizados en poblaciones socioculturalmente diferentes al empleado en este estudio. Además, la cantidad de población con la que se trabajó es muy pequeña comparada con la población de estudiantes universitarios a nivel local. Por tanto, se sugiere que para próximos estudios similares se aborden estas limitaciones.

La presente investigación cuenta con los siguientes capítulos:

El primer capítulo presenta el planteamiento del problema de investigación, que enmarca la pregunta de investigación que motiva al estudio; se determinan los objetivos, que son las acciones para responder la pregunta; las hipótesis, que son enunciados tentativos para resolver la pregunta de investigación; la operacionalización de variables, que define de qué manera se reconocerá en la realidad los constructos teóricos; y la justificación, importancia, viabilidad y limitaciones del estudio.

El segundo capítulo aborda los antecedentes internacionales, nacionales y locales del estudio, que aportan información para contrastar los resultados al marco teórico que brinda sustento al estudio, y la definición de términos básicos, que ofrece definiciones resumidas de los conceptos más importantes del estudio.

El tercer capítulo contiene la metodología, tipo de investigación, diseño y esquema de la investigación, que sitúan al estudio en una taxonomía específica; además, se establecen la población, la muestra, los instrumentos de recolección de información y el procesamiento de la información.

El cuarto capítulo presenta los hallazgos estadísticos a través de tablas, gráficos y pruebas de hipótesis, ya que la investigación cuantitativa se caracteriza por el uso de la medición de variables y el procesamiento descriptivo e inferencial de los datos, a fin de verificar la veracidad de las hipótesis contrastadas.

El quinto capítulo contiene la discusión, donde se realiza la comparación de los resultados con los antecedentes y las bases teóricas; asimismo, se incluyen los aportes científicos del estudio.

Por último, se muestran las conclusiones y sugerencias que dependen de los objetivos planteados y anexos que contienen la matriz de consistencia, los instrumentos, el consentimiento informado, la autorización de la casa de estudios superiores y las fotos de aplicación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Formulación del Problema

Aproximadamente, el 60 % de la población mundial (4 660 millones) son usuarios de internet, de los cuales 4 200 millones usan regularmente las redes sociales, asimismo su uso se ha incrementado durante la época de pandemia, debido al trabajo y estudio virtual hasta en un 27 % más que años anteriores, sin embargo, sin considerar a la pandemia como variable, existe un crecimiento interanual de 13 % de usuarios de redes sociales, lo que equivale a 490 millones de nuevos usuarios (Juste, 2021). Esto quiere decir que, si bien la pandemia de COVID-19 es un factor a tomar en cuenta, ya que ha incrementado el tiempo de uso de redes sociales, no varía el incremento progresivo de usuarios.

En ese sentido, es importante observar cómo se viene dando el uso de redes sociales durante la postpandemia en el grupo etario que tradicionalmente usaba dichos medios con mayor frecuencia (adolescentes y jóvenes), ya que existirían mayores condiciones para mostrar sintomatología de adicción y una posible afectación en sus habilidades sociales.

Las redes sociales son un fenómeno propio del siglo XXI que se encuentra en constante evolución y se refiere a herramientas que permiten interactuar en tiempo real a personas o comunidades que se encuentran en un espacio diferente, lo que permite compartir ideas, sentimientos, mensajes privados, videos, imágenes y mucho más (EDOMÉX, 2019).

Desde sus inicios, las redes sociales se han insertado poco a poco en la vida diaria de las personas y estas son algunas razones por las que son bien recibidas: por la fácil e instantánea comunicación entre los usuarios, además es una plataforma idónea para el ocio, asimismo se pueden encontrar grupos de cooperación y manifestación a gran escala (Prieto & Moreno, 2015), así como ofrece contenidos novedosos, permite crear contenido, opinar, estar de modo camaleónico, etc.

El uso de estas plataformas son mantenidas por las consecuencias que traen en la conducta humana: distracción y ocio, asimismo el consumo de estos contenidos refuerza la identidad de las personas, por ejemplo, al compartiendo fotos, sonidos, ideas muestran cómo se sienten (Luna, 2017).

La tecnología y en específico las redes sociales se lanzaron para facilitar la vida de las personas, sin embargo, este fin se ha ido distorsionando en función del comportamiento humano, el uso de las redes sociales para fines de ocio han ido en aumento y entre las más utilizadas se encuentran: WhatsApp, Facebook, Messenger e Instagram; si bien este avance tecnológico facilita y aumenta la calidad de vida de las personas, a nivel profesional como personal, sin embargo, en algunos casos se ve que no siempre es así (Del Barrio & Ruiz, 2014).

El abuso y uso descontrolado de las redes sociales provoca alteraciones en la calidad de vida de las personas. En la actualidad en el campo de la salud se habla de un nuevo tipo de adicción como adicción a internet o la adicción a redes sociales, tema que la psicología aún sigue estudiando; el cual se caracteriza cuando el usuario de dichas redes es esclavizado por su cognición, emociones y conductas orientadas a su utilización; emplea mucho tiempo, se experimenta perturbación cuando se interrumpe su uso, se

evidencia problemas con las personas de su ambiente, evitación de socialización presencial, pobre desempeño escolar, descuido de compromisos, privación del sueño. Si bien la tecnología tiene el objetivo de hacer más fácil el estilo de vida, tanto en lo personal como en lo profesional, se están advirtiendo casos contrarios.

El ser humano es sociable por naturaleza, la interacción presencial le permite adquirir muchas capacidades y habilidades en las diferentes etapas de su vida entre ellas las habilidades sociales, las cuales permite al individuo llevar una convivencia saludable con su entorno, usar un lenguaje claro y asertivo, intercambiar ideas, formar vínculos amicales, amorosos y familiares. Ante ello, el empleo de las redes sociales permite las relaciones interpersonales de manera rápida, sin mucho esfuerzo y solo teniendo un dispositivo a la mano, generando incertidumbre en si tiene algún tipo efecto relacional beneficioso o perjudicial en las habilidades sociales.

Las investigaciones demuestran que los jóvenes de 16 a 20 años presentan más tiempo de uso de redes sociales (Salas & Escurra, 2014), en ese sentido es justificado centrar la atención en este grupo etario para tener un panorama más completo, esto no quiere decir que los otros grupos etarios no sean relevantes (Rojas-Jara et al., 2018).

El contexto en que vivimos exige que estemos preparados para enfrentar situaciones de compleja interacción social (trabajos, estudios, viajes), donde las competencias sociales en cierta medida son determinantes en el éxito de la persona. Las autoridades educativas identificaron esta importancia es por eso que integran las habilidades sociales como contenido real de aprendizaje en la dinámica de las aulas. No obstante, la realidad es cambiante y las habilidades sociales que se desplegaban de

manera presencial están siendo reemplazadas por las redes sociales, en ese sentido es pertinente estudiar estos fenómenos en estudiantes jóvenes.

Investigadores interesados en este tema hallaron que las redes sociales del internet tienen una vinculación con las habilidades sociales en adolescentes (Domínguez-Vergara & Ybañez-Carranza, 2016). Se reportó que los varones puntuaron más alto que las mujeres en cuanto a la adicción a las redes sociales, asimismo se identificó puntuaciones más altas en alumnos universitarios de administración; mientras que en los de psicología y obstetricia las más bajas (Araujo, 2016). Estos datos abren muchas incógnitas acerca de si sucede lo mismo en el contexto de Huancayo, por tanto, se formulan las siguientes preguntas:

1.2 Formación del Problema

1.2.1 Problema general

¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?
- ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?

- ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?
- ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?
- ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?
- ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

1.3.2 Objetivos específicos

- Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

- Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Determinar relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

1.4 Hipótesis

1.4.1 Hipótesis general

Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

1.4.2 Hipótesis específicas

- Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

1.5 Variables

Variable 1: sintomatología de adicción a redes sociales

Obsesión por las redes sociales

Falta de control personal en el uso de redes sociales

Uso excesivo de redes sociales

Variable 2: Habilidades sociales

Primeras habilidades sociales

Habilidades sociales avanzadas

Habilidades relacionadas con sentimientos

Habilidades alternativas a la agresión

Habilidades para hacer frente al estrés

Habilidades de planificación

1.5.1 Operacionalización de variables

Variable 1

Título preliminar: Sintomatología de adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de primer ciclo de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Variable del estudio: sintomatología de adicción a redes sociales

Conceptualización de la variable. Es la ausencia de autocontrol en el empleo de las redes sociales, patrones de conducta que se caracteriza primordialmente en la producción de dependencia, síndrome de abstinencia, telenoticia, entre otros (Escurra & Salas, 2014).

Definición operacional: La variable se mide por medio del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).

Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Obsesión por las redes sociales	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22 y 23	
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	4, 11, 12, 14, 20, 24	(1) Nunca, (2) A veces, (3) Con frecuencia, (4) Muy a menudo y (5) Totalmente de acuerdo
Uso excesivo de las redes sociales	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18 y 21	

Variable 2

Título preliminar: Sintomatología de adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de primer ciclo de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Variable del estudio: habilidades sociales

Conceptualización de la variable. Son “un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socioemocional” (Goldstein et al., 1989, citado en Fernández, 2019, p. 21)

Definición operacional: La variable se mide por medio de la lista de chequeo conductual de habilidades sociales de Golstein (LCHS).

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Primeras habilidades sociales	Escuchar, iniciar conversación y presentar a otra persona	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8	
Habilidades sociales avanzadas	Participación en actividades, dar instrucciones y seguirlas, disculparse y convencer a los demás.	9, 10, 11, 12, 13 y 14	Escala Likert: (1) nunca, (2) rara vez, (3) a veces, (4) a menudo y (5) siempre.
Habilidades relacionadas con sentimientos	Comprender sus propios sentimientos, comprender a los demás, expresar afecto y auto compensarse	15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21	
Habilidades alternativas a la agresión	Emplea auto control, defiende sus derechos, responde bromas y evita problemas	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29 y 30	
Habilidades para hacer frente al estrés	Nivel para responder al fracaso, responder persuasiones, prepararse para conversaciones difíciles	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41 y 42	
Habilidades de planificación	Toma de decisiones, establecer objetivos, resolver problemas	43, 44, 45, 46, 47, 48, 49 y 50	

1.6 Justificación del Estudio

1.6.1 Justificación teórica

El presente estudio contribuyó a los cuerpos de conocimiento teórico de las variables de estudio. En primer lugar, para comprender la sintomatología de adicción de redes sociales se emplea la perspectiva de Eскурra y Salas (2014), quienes afirman que se basaron en el DSM-IV-TR para construir su instrumento (ARS), cabe señalar que, en el año de construcción del instrumento, ningún manual taxonómico de psicopatología consideraba al trastorno de adicción a las redes sociales o al internet, por lo que ambos autores tomaron criterios diagnósticos del trastorno de adicción por consumo de sustancias, que ya existían, y los adaptaron a la adicción a redes sociales.

En ese sentido, el modelo sobre el que se sustenta la adicción a redes sociales es el biomédico, el cual considera a la psicología como parte de las denominadas ciencias de la salud y ha aportado su argot profesional (diagnóstico, pronóstico, enfermedad, tratamiento), sus ámbitos de acción e institucionalización (hospital, clínica, consultorio) y su lógica de intervención (Jaramillo & Restrepo, 2015), asimismo este modelo brinda importancia a la clasificación y descripción de los signos y síntomas de los trastornos mentales para orientar la evaluación, el diagnóstico y la intervención.

Por otra parte, se empleó la teoría habilidades sociales de Goldstein (1978, citado en Daza, 2017), quien planteó su instrumento con seis factores a partir de un paradigma cognitivo y conductual, ya que consideró a las habilidades sociales como comportamientos observables y procesos internos que permiten al individuo adaptarse a su entorno social. Asimismo, existen pocas investigaciones a nivel nacional y escasas a nivel local que abordan esta incógnita, por este motivo la investigación buscará contribuir

al marco teórico existente acerca de las variables en una población de jóvenes universitarios.

1.6.2 Justificación social

Los resultados obtenidos permitieron describir e identificar si existe o no asociación significativa entre ambas variables, este conocimiento es de mucha utilidad para desarrollar programas preventivos y promocionales beneficiosos para estudiantes universitarios. Además, el contexto de la pandemia permitió que la virtualidad sea fundamental en la educación generando que nuevas formas de interacción social se manifiesten en los ambientes universitarios, por tanto, a partir de los resultados se podrían desarrollar estrategias para que los estudiantes equilibren el empleo de los recursos de comunicación virtual y el uso adecuado de las habilidades sociales.

1.6.3 Justificación metodológica

El estudio fue de metodología descriptiva correlacional, esto servirá como un antecedente para futuras investigaciones que aborden la misma problemática, además las propiedades psicométricas de los instrumentos fueron de mucha utilidad para el contexto huancaíno debido a que se realizó la validación y se obtuvo el nivel de confiabilidad, esto permitirá que los instrumentos se empleen en poblaciones con características similares.

1.6.4 Justificación práctica

La evolución de las habilidades sociales es fundamental a fin de lograr el éxito profesional y personal, por tanto, los resultados del trabajo brindaron información relevante para diseñar y aplicar programas de desarrollo de habilidades sociales y prevención de abuso de las redes sociales. Esto podría complementar la formación académica que tienen los estudiantes universitarios.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Locales

Blanco (2021) realizó la investigación titulada “Empleo de las aplicaciones de interacción social y las habilidades sociales en alumnos de la Universidad Continental-2020”, con el objetivo de establecer la vinculación entre la utilización de las aplicaciones de interacción social y las habilidades sociales en los estudiantes de una casa de estudios superiores. El estudio fue básico, correlacional, no experimental y transversal. Se utilizó una muestra de 290 alumnos, extraída de manera no probabilística de una población de 1175 alumnos de psicología. Se emplearon el Test de adicción a redes sociales y Evaluación de habilidades sociales.

Los resultados, alcanzados por medio del estadígrafo Rho de Spearman, indicaron la existencia de una vinculación negativa (-0.220 ; $p=0.001$) entre el empleo de las aplicaciones de interacción social y las habilidades sociales de los participantes. Asimismo, el bajo grado de empleo de las aplicaciones de interacción social fue el mayoritario en la población con 59 %, además el grado alto de habilidades sociales fue el mayoritario con 29,7 %.

Por su parte, Huamán y Vila (2020) realizaron un trabajo denominado “Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en adolescentes de un centro universitario parroquial, Huancayo-2020” con la finalidad de encontrar la vinculación entre las habilidades sociales y la adicción a las redes sociales en adolescentes preuniversitarios. La metodología fue experimental, transversal, correlacional. Se realizó

un censo de 120 alumnos. Se administró la Lista de evaluación de habilidades sociales del Departamento de Promoción de Salud Mental y de Prevención de problemas Psicosociales IEM HD-HN y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).

En los resultados alcanzados por medio del estadígrafo Rho de Spearman se encontró una correlación negativa y escasa (-0.276 ; $p=0.002$) entre las habilidades sociales y la adicción a las redes sociales en los participantes. Asimismo, el grado medio alto de habilidades sociales fue el mayoritario en la población con 30,83 %. Además, el grado alto de adicción a las redes sociales fue el mayoritario en la población con 49,17 %.

A su turno, Mozo (2021) desarrolló el estudio que lleva como título “Adicción a redes sociales en estudiantes de 4.º y 5.º de secundaria de una institución educativa de Manchay 2021” a fin de hallar el grado de adicción a redes sociales, así como el grado de cada una de sus dimensiones en alumnos de cuarto y quinto de secundaria. La investigación fue cuantitativa, básica, transversal, prospectiva y descriptiva. La población se compuso por 208 estudiantes, de la cual se seleccionó una muestra de 175 estudiantes de manera probabilística con la técnica aleatoria simple, a quienes se aplicó el Cuestionario Adicción a las Redes Sociales.

Los hallazgos señalaron que el 43 % de los participantes muestran adicción a redes sociales en nivel bajo y el 57 % evidencian adicción a redes sociales en nivel medio.

2.1.2 Nacionales

Ramos (2020) realizó el estudio de “Adicción a redes y habilidades sociales en estudiantes de la academia preuniversitaria Pitágoras de Pueblo Libre, 2019” cuya finalidad fue identificar la vinculación entre adicción a redes sociales y habilidades

sociales en alumnos preuniversitarios de Lima, Perú. La metodología de investigación fue descriptivo correlacional y no experimental. Se integró la muestra por 150 alumnos de ambos sexos, la selección se realizó por conveniencia. Se administró el cuestionario adicción a redes sociales (ARS) y la escala de habilidades sociales.

Los resultados demostraron que existe correlación positiva baja ($r=,2387$) con nivel de significancia de $0,004$ ($p<0,05$), por lo que llegó a la conclusión que existe vinculación entre adicción a redes sociales y habilidades sociales en alumnos de la academia preuniversitaria de la ciudad de Lima. De igual manera existe vinculación significativa entre adicción a redes sociales y la capacidad de autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor y expresión de enfado o disconformidad en estudiantes de la academia preuniversitaria.

Mientras que Delgado et al. (2016) desarrollaron la investigación nombrada “Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana” con el propósito de determinar la vinculación entre habilidades sociales y el uso de redes sociales en alumnos de educación superior. La metodología fue de carácter descriptivo, correlacional para determinar el grado de relación entre las variables en la muestra de 1405 universitarios. Los instrumentos a utilizar fueron la Escala de Habilidades Sociales (EHS) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).

Los hallazgos indicaron la existencia de una correlación negativa y significativa con la Rho de Spearman de $-,26$, $p<.001$ entre habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales. Así mismo utilizando la Rho de Spearman en las Hipótesis específicas demuestra la existencia de una vinculación inversa estadísticamente significativa.

Por su parte, Ccopa y Turpo (2019) hicieron el trabajo que lleva por título “Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de la institución educativa politécnico Huáscar de Puno, 2019” con la finalidad de establecer el vínculo entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en los adolescentes de una institución educativa. Para ello la muestra fue de 130 adolescentes seleccionadas por muestreo no probabilístico. Los test que se aplicaron para la investigación fueron la escala de adicción a las redes sociales; y la escala de habilidades sociales. El estudio fue descriptivo correlacional de diseño no experimental y transeccional.

Los resultados demostraron que el 10.8 % de los encuestados muestran una media baja en habilidades sociales y una adicción alta en redes sociales, asimismo otro 10.8 % presenta una adicción moderada a las redes sociales y baja media en habilidades sociales. Esto se puede notar sobre la relación significativa ($p=0.001$) que existe entre las dos variables utilizando el análisis estadístico de Chi cuadrada.

2.1.3 Internacionales

Barros et al. (2017) llevaron a cabo un trabajo investigativo denominado “Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones interpersonales” con la intención de hallar la vinculación entre la adicción al internet y redes sociales y los problemas interpersonales en 202 mujeres en etapa de la adolescencia de Cuenca-Ecuador, las cuales fueron seleccionadas de una población de 247 alumnas de básica superior. La muestra se sometió de forma voluntaria a la aplicación de la Prueba de Adicción a Internet y Redes Sociales (IAP) y Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA).

El estudio fue cuantitativo, relacional, prospectivo, básico y no experimental. En los resultados se advirtió una asociación escasa entre la utilización de internet y las relaciones interpersonales ($R=0.190$; $p=0.007$), además se halló que la mayoría de la población no tiene problemas a causa del consumo de redes sociales con 53,2 %, asimismo el 36 % no reportó un consumo problemático, no obstante, 8,9 % tiene problemas frecuentes y 2 % presenta problemas significativos, lo que representa una baja cantidad de comportamientos problemáticos asociados al empleo de internet y redes sociales, asimismo el promedio de puntaje de las relaciones interpersonales fue 86.50 en la población lo que muestra una dificultad para entablar relaciones sociales moderada.

A su turno, Chuquiana (2019) desarrolló el estudio denominado “Relación entre redes sociales y el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de 8.º de básica en una unidad educativa” con el fin de evidenciar la vinculación entre el uso de redes sociales y la evolución de las habilidades sociales de los adolescentes de una unidad educativa de Quito, Ecuador. La metodología del estudio fue correlacional descriptiva transversal no experimental. La muestra fue de 106 adolescentes de género femenino de 12 a 13 años, para ello se aplicó la escala de adicción a redes sociales (ARS) y la escala de habilidades sociales (EHS).

Se demostró en la investigación que las redes sociales influyen en la evolución de habilidades sociales aceptando la hipótesis de la investigación ($p=0.001$), sin embargo, de manera escasa la correlación positiva. Por otro lado, el 50.9 % de la muestra tiende a existir un riesgo de adicción debido al uso de las redes sociales y el 23,6 % de las estudiantes no presenta tendencia a la adicción de redes sociales.

Mientras que Cediel (2019) hizo el trabajo denominado “Relación de habilidades sociales y el uso de las redes sociales en adolescentes” con la finalidad de encontrar la vinculación del uso de las redes sociales con el desarrollo de las habilidades sociales en alumnos del décimo y onceavo grado de dos escuelas colombianas. La muestra que se utilizó fue de 174 estudiantes las edades oscilaron entre los 14 y 18 años de edad. La metodología fue cualitativa, de diseño transeccional, descriptiva correlacional. Se aplicaron los cuestionarios de Adicción a las redes sociales (ARS) y la batería de socialización (BAS-3).

Se utilizó Rho de Spearman, que dio como resultado la relación directa y significativa entre el uso excesivo de las redes ($Rho=.784$; $p<.01$), la falta de control personal de uso de redes sociales ($Rho= .643$; $p<0.1$) y desacatamiento de normas sociales ($Rho=.222$; $p<.01$), sin embargo, en autocontrol resultó ser indirectamente proporcional y significativa ($Rho= -.402$; $p<.01$).

Asimismo, Holst et al. (2017) elaboraron el estudio titulado “Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios” con la meta de hallar la validez de constructo del instrumento de habilidades sociales y encontrar las discrepancias entre estudiantes. El estudio fue cuantitativo, descriptivo-comparativo, de optimización instrumental, no experimental, y transversal. La muestra se compuso por 200 estudiantes superiores de la UNAM, 100 de CU y 100 de FES Zaragoza, los cuales fueron de las carreras de medicina, biología, psicología e ingeniería química. La muestra fue sometida a la administración de la escala de habilidades sociales.

El resultado del análisis factorial confirmatorio indicó que el instrumento psicométrico es válido y confiable, ya que explica el 59.2 % de la varianza de los

resultados y tiene una consistencia interna de 0.69, asimismo se halló que los universitarios de CU tienen un nivel más elevado de habilidades a fin de solucionar inconvenientes que los de FES Zaragoza. En los estudiantes de CU se encontró una diferencia entre sexos, los hombres tienen un nivel más elevado de habilidades comunicativas que las mujeres. En cuanto a la carrera los estudiantes de psicología tuvieron un mayor puntaje en habilidades comunicativas que los de ingeniería química. Se llegó a la siguiente conclusión: las habilidades sociales son importantes para una vida social satisfactoria y un rendimiento laboral adecuado.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Definición de adicción

El término adicción de acuerdo con el *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales en su cuarta versión de texto revisado* (DSM IV-TR), lo constituye un conjunto de conductas que no van acorde a las reglas y normas impuestas por la sociedad, las cuales llevan a un deterioro físico, psicológico y social significativo, para ello el paciente debe cumplir con tres a más criterios para que se le catalogue como adicto (Asociación Americana de Psiquiatría, 2002).

- a) Tolerancia al consumo ascendente de sustancias para conseguir el efecto deseado o tolerar la misma cantidad de consumo sin llegar al efecto deseado.
- b) Síndrome de abstinencia que se caracteriza por la sensación de ansiedad y/o fatiga al no lograr consumir la sustancia o utilizar productos similares para evitar la abstinencia.
- c) El consumo se da de forma gradual y/o durante lapsos prolongados.
- d) Pretende dejar de consumir o evitar la conducta, sin embargo no tiene éxito.

- e) Realiza diferentes conductas que requieren una inversión de tiempo para conseguir la sustancia, consumirla y obtener el efecto deseado.
- f) Limita las reuniones sociales, laborales y familiares por el consumo de sustancias.
- g) Se da cuenta del malestar que genera el consumo de la sustancia y la afectación del área física, social y familiar.

Según la Asociación Americana de Psiquiatría (2014) en el *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (DSM-5), los trastornos relacionados con sustancias y trastornos adictivos involucran conductas repetitivas y difíciles de controlar que tienen en común la producción de actividad del sistema de recompensa del cerebro, implicado en el refuerzo de la conducta y la generación de recuerdos, la activación puede ser tan fuerte que los sujetos llegan a descuidar sus hábitos cotidianos.

Según la Organización Mundial de la Salud (2018) en el manual *Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10)*, la adicción es parte del síndrome de dependencia y en ella se presenta una necesidad degenerativa de distintas sustancias químicas. Asimismo, refiere que los trastornos de los hábitos y del control de impulsos (F63) son conductas repetitivas sin una motivación específica, sin control y que produce deterioro del propio sujeto y su entorno. Dentro de estos trastornos, se encuentra el juego patológico (F63.0), aunque no se clasifica como adicción contiene conductas similares, ya que el juego es frecuente y repetitivo, produce malestar, no se puede controlar y existen pensamientos e imágenes mentales persistentes vinculados al juego lo que deteriora el ámbito económico, laboral y familiar de las personas que lo padecen.

Mientras tanto Saunders (2017) sostiene que el manual de clasificación de enfermedades (CIE-11) considera a la dependencia de sustancias como un diagnóstico maestro de adicción a diferencia del DSM-5 que plantea un concepto más general del trastorno de uso de sustancias y disímil entre sus categorías diagnósticas, sin embargo, ambos manuales taxonómicos en sus versiones más recientes consideran al trastorno al juego dentro de los trastornos adictivos y ya no en los trastornos de control de impulsos, asimismo se incluye el trastorno a juegos por internet dentro del DSM-5.

Cabe señalar que esta es la categoría diagnóstica más próxima a la adicción a redes sociales; aunque aún no está debidamente clasificada, forma parte de las adicciones tecnológicas y aún siguen manteniendo indicadores muy similares a los planteados en el trastorno de uso de sustancias del DSM IV-TR.

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (2010) señala que la adicción se compone de un conjunto de signos y síntomas relacionados a la genética, biología, psicología y sociabilidad del paciente. Se añade que es una enfermedad mental y física que involucra una necesidad o dependencia hacia actividades, sustancias o relaciones que se incrementa de manera progresiva y podría ser fatal. De manera similar, Cueva (2012) refiere que el impacto que ocasiona el consumo de sustancias no solo afecta a la persona que lo realiza sino también a su entorno social, familiar y laboral.

Así mismo, Echeburúa (2012) sostiene que en un principio el individuo presenta tendencias adictivas por reforzadores positivos (el placer), pero a medida que va avanzando la adicción, estos pasan a ser reforzadores negativos, ya que la persona intenta disminuir el malestar que genera el no consumir las sustancias.

Por otro lado, Quiceno y Vinaccia (2007) afirman que la adicción no solamente se centra en el consumo de sustancias o productos químicos, sino que también se relaciona con las conductas desadaptativas que se realizan de forma continua y que produzcan satisfacción y/o placer, además que de manera paralela se dejen de realizar otras actividades en la vida cotidiana. Así mismo, sostienen que el nivel de interferencia de las relaciones sociales determina la adicción, es decir que las conductas de adicción se encuentran relacionadas al malestar social y personal del paciente.

A medida que se realizan más estudios sobre la adicción se advierte que no solamente se presenta este problema con la autoadministración de drogas sino que también con las conductas que se realizan en el día a día, como sostienen Ecurra y Salas (2014, p. 74), “las adicciones psicológicas se caracterizan porque son comportamientos repetitivos que resultan ser placenteros en un primer momento, pero una vez que se instalan como hábitos, generan estados de necesidad que no pueden ser controlados”; en ese sentido, las adicciones no solo se conforman por el uso continuo de sustancias orgánicas y/o químicas sino que también por conductas repetitivas que generen placer.

2.2.2 Explicación de la adicción según aproximaciones teóricas

2.2.2.1 Psicoanálisis. De acuerdo con Gutiérrez-Peláez et al. (2018) y siguiendo la misma línea del padre del psicoanálisis en esta problemática:

No se trata de la búsqueda de la felicidad, sino de la evitación del displacer. La función de la droga se entiende como un “quita penas”. En la obra de Lacan, partiendo de los argumentos de Freud, encontraremos también la droga como un laberinto sin salida para los avatares del deseo humano (p. 203).

Además, añaden que el término *adicción* no se considera una enfermedad, sino un síntoma o un dilema moral del sujeto. Estos autores se refieren a la tensión que existe como resultado de la frustración al satisfacer los deseos internos. Con respecto a la perspectiva de Lacan, el impacto que sufre la persona por el complejo del destete brinda una primera visión de la adicción (López, 2007).

Otros autores que abordan la problemática de adicción como Ferenczi (1911, citado por Gutiérrez-Peláez et al., 2018) consideran que las adicciones son consecuencia de la neurosis, a su vez Glover (1928, citado por Gutiérrez-Peláez et al., 2018) refiere que el onanismo fue la primera conducta adictiva del ser humano y a partir de ella existen variaciones según el planteamiento freudiano, de esta actividad se desprenden las demás adicciones.

2.2.2.2 Humanismo. “Una adicción es un estado mental que impide a la persona que la padece concentrarse en otra cosa que no sea la adquisición de ese objeto, sustancia u persona que genere la adicción” (Piñas & Chivato, 2020, p. 190). De esta manera, la persona no presenta autocontrol de su estado, el cual lo lleva a la autodestrucción. Así mismo, los autores refieren que para llegar a la adicción el individuo podría haber contenido algunos rasgos patológicos con conductas desadaptativas.

Para Maslow (1954, citado por García-Aurrecoechea et al., 2007), teniendo en cuenta la pirámide de las necesidades, las personas a medida que se desarrollan dentro de un entorno específico van satisfaciendo cada una de las escalas de la pirámide (fisiológicas, de seguridad, afectivas y de estima), sin embargo, cuando existe un déficit de satisfacción (complejo de Jonas) se evidencia una afectación en cada una de las

escalas: a) fisiológica que es la salud, b) seguridad que es la tranquilidad, c) afectiva que es el respeto y d) cariño y estima que es el éxito personal, a causa de la adicción.

2.2.2.3 Gestáltico. De acuerdo con Carpenter (2002, citado por Grimaldo, 2019), cuando el individuo presenta sentimientos de fracaso, vacío, desesperación y ahogamiento desarrolla conductas de consumo de sustancias psicoactivas y/o conductas desadaptativas repetitivas; esto le genera placer, debido a que logra evadir el aquí y ahora por un corto tiempo, pero que se vuelve un círculo vicioso, esto es llamado una pseudo satisfacción momentánea.

2.2.2.4 Cognitivo-conductual. Según Keegan (2023), la adicción debe ser analizada mediante una perspectiva biopsicosocial. Las personas no tienen conductas preestablecidas de consumo de sustancias o desadaptativas, sino que durante su historia vital aprenden estos comportamiento mediante la familia, amigos, trabajo etc. La magnitud y continuidad de exposición influye en la adquisición de estas nuevas conductas a lo largo de su vida, y en caso las actividades sean placenteras la conducta se mantendrá en el tiempo.

Asimismo, añade que, dentro del modelo terapéutico cognitivo conductual, los pacientes con mayor vulnerabilidad a la adicción tienen problemas de regulación emocional, además en las patologías la adicción se suelen encontrar otras patologías comórbidas. En otras palabras, las personas con conductas adictivas presentan una gestión emocional pobre, lo que podría asociarse a otras patologías.

Si bien es cierto existen varias aproximaciones teóricas o psicoterapéuticas que plantean explicaciones al fenómeno de la adicción, en la presente investigación la adicción a las redes sociales se conceptualizan desde la perspectiva de Ecurra y Salas

(2014), quienes construyeron su instrumento psicométrico basándose en los indicadores de diagnóstico del DSM IV para adicción a sustancias. Al respecto, Millon et al. (2006) refieren que el DSM se construyó bajo una perspectiva ecléctica, sin embargo, intenta ser objetivo al momento de establecer los indicadores diagnósticos o síntomas de los distintos trastornos.

Aunque la relación del conductismo y la psicopatología y la personalidad es antagónica, ya que esta filosofía de la ciencia excluye todo constructo no observable como rasgo de personalidad, impulso y esquema cognitivo, se hicieron avances en aplicaciones clínicas de conductismo a partir de reinterpretaciones de las escuelas tradicionales de la psicología, por ejemplo, para el clínico conductual, una depresión no es una psicopatología o enfermedad, sino una etiqueta de un criterio operativo. En ese sentido, la tradición clínica y la conductual podrían tratar de lo mismo, sin embargo, cada una con sus propias categorías, de esta forma los terapeutas conductuales pueden utilizar las categorías psicopatológicas diagnósticas sin traicionar sus principios epistemológicos (Millon et al., 2006).

2.2.3 Redes sociales

De acuerdo con Grimaldo (2019), el inicio de las redes sociales virtuales comienza en 1997, con la creación de una URL que permitía a los usuarios interconectarse con amigos de manera limitada; en 1998, comenzó a tener mayor importancia la relación mediante redes virtuales, una de las redes sociales con mayor importancia hasta la fecha es Facebook, la cual inicio en 2008. Esta red en particular tenía la facilidad de interconectarse a nivel mundial a las personas, es decir, se pasó de una relación limitada a una ilimitada.

Para Castell (2012, citado por Grimaldo, 2019), las redes sociales parten desde la era de la industrialización, una de las herramientas que fue capaz de generar una comunicación a nivel mundial en tiempo real, con intercambio de conocimiento mediante la conexión digital. Las primeras ciencias que estudiaron este fenómeno fueron las matemáticas y las ciencias sociales como: antropología, sociología y psicología. Se pasó de la explicación de las teorías matemáticas a incluir a la psicología social.

Según Marañón (2012), los primeros ordenadores fueron los que iniciaron la red social, que consistía en una sociedad de personas conectadas por redes que les permitía intercambiar información. De manera similar, Fernández (2013, citado por Cediell, 2019) comenta que las redes sociales son un grupo de personas que conforman comunidades con la finalidad de generar relaciones amicales y pertenecer a un grupo con intereses en común.

Asimismo, Marañón (2012) denomina a esta generación de internautas como generación @, nativos digitales o generación del pulgar; ya que han crecido rodeados de nuevos medios electrónicos que les facilita la comunicación, formación, vinculación y el entretenimiento; representando así el grupo poblacional con mayor actividad.

No obstante, de acuerdo con lo que sostiene Del Barrio y Ruiz (2014), esta generación se ha sumergido en las redes sociales a nivel de solo relacionarse de forma digital, sin embargo no todos los púberes abusan de las nuevas tecnologías. La conducta de esta generación podría responder a dos formas de desarrollo personal: a) las que evaden las dificultades que existen en el mundo real y las trasladan a la comunidad digital y b) los que comienzan desde cero en la vida digital dejando atrás el entorno real.

Por otro lado, Del Barrio y Ruiz (2014) asevera que las redes sociales como la tecnología podrían ser de gran ayuda en el desarrollo de los adolescentes, eso da a entender que el campo de la tecnología y su interacción con la vida humana debe ser más estudiado.

2.2.4 Adicción a redes sociales

2.2.4.1 Teoría psicosocial. Díaz y Latorre (2015) sostienen que la suma de las decisiones y acciones que realizamos en diferentes contextos conforma nuestra personalidad, esto incluye a los conflictos que se suscitan en el transcurso de la vida. Las dificultades, si no son resueltas dentro de las ocho fases de Erikson, podrían desencadenar trastornos mentales que afectarían al individuo para toda la vida.

Por s parte, Ovejero (2000, citado por Guzmán, 2018) sostiene que el desarrollo de la identidad surge por la convivencia con la comunidad, la información adquirida por el sujeto y su percepción es equivalente a su dominio del lenguaje. La adicción ya sea hacia sustancias y/o conductas desadaptativas repetitivas que generan placer y malestar de forma degenerativa se adquieren por el mismo mecanismo que la identidad.

Mientras que Escurra y Salas (2014) se basaron en los indicadores del DSM-IV-TR para el trastorno de control de impulsos no clasificados y las adicciones a sustancias a fin de construir el instrumento de adicción a las redes sociales tal como se sostiene a continuación. Asimismo, Grimaldo (2019) señala lo siguiente:

El juego patológico y ludopatía: el DSM-IV lo define como un trastorno que se presenta de manera crónica y progresiva ya que existe una incapacidad para controlar el impulso del juego, generando una fuerte tensión o excitación previa a

la conducta de juego. Esto ha sido relacionado y usado para el concepto de las tecnologías de internet, los videojuegos y las redes sociales (p. 38).

Los detonantes de la adicción a los juegos de azar y videojuegos son el sentimiento de pertenencia a un grupo, la percepción de que se va a salir victorioso de esa situación y la obtención de una recompensa en forma de placer, así mismo la persona que está inmersa en ese contexto no reconoce el problema en el que se encuentra, no obstante para que se produzca esta conducta deben estar presentes los siguientes factores de riesgos de acuerdo con Echeburúa (2012):

a) Factores personales. Las características individuales del sujeto podrían conllevar a la conducta adictiva y/o al consumo de sustancias psicoactivas, debido a la vulnerabilidad de las emociones, baja autoestima y “estilo de afrontamiento inadecuado”, en otros casos puede deberse a problemas existenciales donde la única solución que encuentran es una salida rápida para evitar la angustia de la realidad.

b) Factores familiares. Las familias nucleares o extensas no necesariamente desarrollan actividades en pro del desarrollo de los hijos, en algunos casos presentan un estilo de crianza autoritario que está regido al mandato del padre o madre, los hijos no tienen decisión para elegir o aportar en el entorno familiar lo que podría causar en el hijo(a) dependiente, sumisión ante la autoridad. También, no es extraño advertir al estilo de crianza permisivo donde no existen normas claras, de igual manera que el autoritario el nivel de comunicación y afecto no es el adecuado, lo que podría causar rasgos egocéntricos e impulsivos en los hijos.

c) Factores sociales. Entablar una relación con un grupo de personas que representen conductas desadaptativas ya sea por la ingesta de alguna sustancia ilegal o el abuso de internet y redes sociales.

2.2.4.2 Teoría condicionamiento operante de Skinner. La teoría de Skinner se fundamenta en la triple relación de contingencia, la cual explica que antes de la respuesta adictiva se presenta un estímulo antecedente que es una situación, evento o condición previa que incrementa la probabilidad de aparición de dicha respuesta, luego de la respuesta aparece un nuevo evento denominado estímulo consecuente que mantiene, incrementa o extingue la probabilidad de aparición de la respuesta, esto depende de cómo el organismo considera al evento consecuente (agradable o desagradable) (Ribes, 2012).

Por ejemplo, contar con redes sociales ilimitadas en el celular es un estímulo antecedente que incrementaría la probabilidad de que el sujeto de análisis haga publicaciones en sus redes sociales, como consecuencia, la comunidad virtual hace *likes* o comentarios, lo cual resulta agradable al sujeto; entonces este evento se convierte en un reforzador positivo que incrementará las probabilidades de aparición de la respuesta de hacer publicaciones. Con la combinación estimular adecuada las respuestas vinculadas con la interacción en redes sociales se mantendrán e incrementarán en el tiempo, esto podría causar problemas en áreas de desarrollo como la académica y familiar.

2.2.5 Dimensiones de la adicción a redes sociales

Para el presente estudio se empleará el test creado por Ecurra y Salas (2014), quienes desarrollan la teoría de adicción a las redes sociales basándose en otros trastornos adictivos del DSM-IV-TR, ya que en esa época no se disponía de muchos estudios sobre

este constructo. El cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) presenta tres dimensiones:

2.2.5.1 Obsesión por las redes sociales. El deseo continuo por permanecer en las redes sociales genera ansiedad, estrés y angustia causada por la imposibilidad de conectarse a las redes. Ramos (2020) señala que el sujeto obsesivo por las redes está constantemente al tanto de las publicaciones e historias de sus contactos y el tiempo que invierte para estar en las redes sociales puede llegar hasta las 24 horas del día.

2.2.5.2 Falta de control personal en el uso de las redes sociales. Preocupación por el descuido de las actividades interpersonales presenciales, familiares y laborales, no existe la organización de actividades y falta el desarrollo de herramientas para el uso adecuado del tiempo.

2.2.5.3 Uso excesivo de las redes sociales. Para Escurra y Salas (2014), esto consiste en usar las redes sociales más de lo debido, en invertir mucho tiempo, en la dificultad para dejar de usar las redes sociales, el déficit de autorregulación a fin de realizar distintas actividades al punto de aplazar o dejar de lado reuniones importantes para su desarrollo personal, laboral y familiar.

Adicional a ello existen diferentes enfoques en la psicología que han explicado el desarrollo de la adicción y sus consecuencias.

2.2.6 Definición de habilidades sociales

Vizcarro (1994, citado en Fernández, 2019) refiere que en la definición del concepto de habilidades sociales existe un consenso entre autores que concuerdan en la complejidad y hasta en la imposibilidad de plantear una definición exacta. Sin embargo,

en este trabajo investigativo se intentará elegir la definición más próxima a los fines del estudio.

Asimismo, Vizcarro (1994, citado en Fernández, 2019) manifiesta además que existen dos tipos de definiciones: las que describen a las habilidades sociales y las que describen sus consecuencias. Siguiendo esa línea, Caballo (2007) se refiere a las definiciones que describen a las habilidades sociales como “contenido”, también considera a las que describen consecuencias y añade definiciones mixtas (consideran contenido y consecuencias), dicho de otro modo las definiciones de contenido aluden a las expresiones conductuales y las consecuencias al refuerzo social.

De acuerdo con Monjas (1993, citada en Monjas et al., 1998), las habilidades sociales son comportamientos necesarios para interrelacionarse con los semejantes y con los mayores de manera satisfactoria y positiva. Además, Monjas et al. (1998) refieren que las habilidades sociales también son llamadas destrezas o capacidades sociales y cada una es específica durante la interacción social, aunque con cualquiera de las tres denominaciones se alude a un grupo de comportamientos aprendidos, entre ellos podemos encontrar por ejemplo: decir “no”, pedir algo, saludar, gestionar conflictos, sentir empatía, preguntar cuando es necesario, manifestar tristeza y decir palabras de confort a los otros.

Por otro lado, Gresham (1986, citado en Monjas et al., 1998) sostiene que en la literatura científica es usual tres maneras de definir a las habilidades sociales.

- Definición de aceptación de pares. Se emplean indicadores de popularidad o conformidad de los pares, se categorizan como individuos hábiles interpersonalmente a los que gozan de aceptación y popularidad en algún sitio

determinado o en la comunidad, la principal deficiencia de esta definición es que no reconoce a los comportamientos específicos que se vinculan con la aceptación de los pares.

- Definición conductual. Son conductas específicas que incrementan la probabilidad mantener la aparición del reforzador o disminuyen la probabilidad de castigo o extinción contingente a dichas conductas. Esta definición facilita la fácil identificación de los antecedentes o consecuentes de las conductas sociales, lo que facilita la evaluación e intervención, sin embargo, tiene la dificultad para establecer si las conductas identificadas denotan importancia o competencia interpersonal.
- Definición de validación social. Son conductas que predicen resultados sociales importantes como la aceptación y la popularidad o una buena valoración social de las personas clave del entorno del sujeto.

En síntesis, las habilidades sociales son competencias comportamentales que facilitan al individuo mantener relaciones sociales favorables y afrontar situaciones complejas en el entorno social por medio del ajuste y la adaptación.

Por otra parte, Caballo (1986, citado en Caballo, 2007) señala que una definición más completa de las habilidades sociales tendría que hacer referencia tanto al contenido como a las consecuencias tal como lo define a continuación:

La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve

los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (p. 6).

Asimismo, Caballo (2007) sostiene las siguientes definiciones luego de una revisión de literatura exhaustiva:

Tabla 1

Definiciones de habilidades sociales

Autor (es) y año	Definición de habilidades sociales HHSS
Libet y Lewinsohn (1973)	La competencia compleja de realizar comportamientos que son reforzados de manera positiva o negativa y de no realizar comportamientos que son castigados o extinguidos por el entorno social.
Rimm (1974)	El comportamiento social que representa la directa y honesta manifestación sentimental.
Rich y Schroeder (1976)	La capacidad de promover, sostener o incrementar el reforzamiento en un contexto social por medio de la manifestación de sentimientos, incluso cuando dicha manifestación corre peligro de perder el reforzamiento.
Hersen y Bellack (1977)	La habilidad de manifestar socialmente sentimientos agradables y desagradables sin experimentar una pérdida de reforzadores sociales.
Wolpe (1977)	La manifestación apropiada hacia otras personas de emociones excepto la ansiedad.
Alberti y Emmons (1978)	El comportamiento que facilita a un sujeto acercarse a objetivos que le interesan, protegerse sin experimentar ansiedad inadecuada, manifestar con comodidad sentimientos sinceros o hacer valer los derechos individuales y respetar los derechos de los otros.
McDonald (1978)	La manifestación de gustos por medio de la conducta verbal o motriz buscando ser tomado en cuenta por el resto.
Phillips (1978)	El nivel de comunicación que una persona emplea a fin de satisfacer sus derechos, necesidades, estímulos consecuentes agradables o deberes, de manera razonable, sin vulnerar derechos, necesidades, estímulos consecuentes agradables o deberes de los demás, y socialice dichos derechos, etc. con los otros en una interacción independiente y con apertura.
Hargie, Saunders y Dickson (1981)	Un grupo de comportamientos con una finalidad, que se interrelacionan, que pueden ser aprendidas y que son controladas por el sujeto.
Kelly (1982)	<u>Un grupo de comportamientos observables, aprendidos que utilizan los sujetos en contextos sociales para conseguir o conservar el</u>

	reforzamiento ambiental.
Linehan (1984)	La habilidad superior para realizar comportamientos que mejoren las relaciones sociales y la protección durante interacciones sociales indeseadas (eficacia en las metas), de forma simultánea mejora las ganancias y reduce las pérdidas en las interacciones (eficacia en la interacción) y sostiene la integridad y el dominio (eficacia en el auto respeto).
Trower, Bryant y Argyle (1978)	Las personas socialmente inapropiadas no pueden influir en el comportamiento y los sentimientos de los otros en la manera en que lo hace y la cultura acepta.

Nota. Tomado del *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* de Caballo (2007)

Luego de la extensa exposición de definiciones es perentorio mostrar la definición del autor principal de la variable habilidades sociales en la presente tesis. Goldstein et al. (1989, citados en Fernández, 2019, p. 21) refieren que las habilidades sociales son “un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socioemocional”.

2.2.7 Evolución del concepto de habilidades sociales

De acuerdo con Caballo (2007), la línea de investigación acerca de las habilidades sociales cuenta con tres orígenes principales:

El primero, que usualmente es conocido como el único, viene del trabajo de Salter (1949) titulado “Terapia de reflejos condicionados” con fuerte influencia pavloviana sobre la actividad nerviosa superior, esta línea fue continuada por Wolpe (1958), quien introdujo el término “asertividad”. Después Alberti y Emmons (1970) continuaron la línea de investigación con su trabajo “Estás en tu perfecto derecho”. Asimismo, otros autores entre ellos Goldstein, realizaron contribuciones durante el inicio de la década de los setenta y construyeron programas de entrenamiento a fin de reforzar las deficiencias en las habilidades sociales.

La segunda fuente tiene como protagonistas a Zigler y Phillips (1960, 1961), quienes trabajaron la competencia social en adultos institucionalizados arribando al resultado de que a mayor competencia social menor tiempo de internamiento hospitalario y menor probabilidad de recaídas, demostrando así que la variable “competencia social previa al internamiento” tenía mayor poder predictivo que variables como diagnóstico psiquiátrico, ajuste post internamiento o clase de tratamiento recibido. El concepto de “habilidad” empleado en primera instancia en la relación hombre-máquina, tuvo importancia en la evolución del concepto de habilidades sociales, bajo esta premisa la habilidad está constituida por las capacidades de percepción, decisión, motrices y de procesamiento de información, este término luego pasó a emplearse en la relación hombre-hombre (HHSS).

Las dos primeras fuentes se llevaron a cabo en EEUU y la tercera se dio en Inglaterra, aunque con una perspectiva un tanto diferente a las dos primeras, pero que finalmente se unificaron en su evolución conceptual. Mucho antes de que se arribara al concepto de Habilidades sociales (HHSS), muchos autores propusieron conceptos distintos como se muestra a continuación:

Tabla 2

Proto conceptos de habilidades sociales

Autor y año	Proto conceptos de HHSS
Salter (1949)	Personalidad excitatoria
Wolpe (1958)	Conducta asertiva
Lazarus (1971)	Libertad emocional
Liberman y Cols (1975)	Efectividad personal

Nota. Tomado del *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* de Caballo (2007).

2.2.8 Teorías factoriales sobre habilidades sociales

Diferentes autores tienen preferencias particulares en la organización interna del concepto de habilidades sociales. Goldstein et al. (1989, citados en Fernández, 2019) organizan a los componentes de las habilidades sociales de la siguiente forma:

Tabla 3

Componentes de las HHSS según Goldstein et al.

Dimensiones	Primeras habilidades sociales	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades para manejar sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión	Habilidades para el manejo del estrés	Habilidades de planificación
Indicadores	Escuchar	Pedir ayuda	Conocer los sentimientos propios	Pedir permiso	Formular una queja	Tomar una decisión
	Iniciar una conversación	Participar	Expresar los sentimientos propios	Compartir algo	Responder ante una queja	Discernir sobre la causa de un problema
	Mantener una conversación	Dar instrucciones	Comprender los sentimientos de los demás	Ayudar a los otros	Demstrar deportividad después de un juego	Establecer un objetivo
	Formular una pregunta	Seguir instrucciones	Enfrentarse al enfado de otro	Negociar	Resolver la vergüenza.	Determinar las propias habilidades
	Dar las gracias	Disculparse	Expresar afecto	Utilizar el autocontrol	Arreglárselas cuando es dejado de lado	Recoger información
	Presentarse	Convencer a los demás	Resolver el miedo	Defender los propios derechos	Defender a un amigo	Resolver problemas según la importancia
	Presentar a otras personas Hacer un cumplido		Auto recompensarse	Responder a las bromas	Responder a la persuasión	Tomar la iniciativa
			Evitar los problemas con los demás No entrar en peleas	Responder al fracaso	Concentrarse en una tarea	
				Enfrentarse a mensajes contradictorios Responder a una acusación Prepararse para una conversación difícil Hacer frente a la presión de grupo		

Nota. Tomado de Fernández (2019).

De acuerdo con Salvador (2016):

i) Primeras habilidades sociales. Son capacidades interpersonales básicas para interactuar con los demás.

ii) Habilidades sociales avanzadas. En ella se advierten conductas avanzadas de interacción.

iii) Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos. Implica la comprensión de los otros y la expresión adecuada de sentimientos.

iv) Habilidades alternativas a la agresión. Son conductas para evitar problemas con los demás.

v) Habilidades sociales para hacer frente al estrés. Son comportamientos que ayudan al autocontrol durante una situación bajo presión.

vi) Habilidades de planificación. Son conductas relacionadas a la toma de decisiones.

Por otra parte, Monjas et al. (1998) establecen la siguiente organización factorial para evaluar a niños:

Tabla 4

Componentes de las HHSS según Monjas et al.

Dimensiones	Habilidades básicas de interacción social	Habilidad para hacer amigos	Habilidades conversacionales	Habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones.	Habilidades de solución de problemas interpersonales	Habilidad para relacionarse con los adultos.
	Sonreír	Reforzar a los otros.	Iniciar conversaciones	Autoafirmaciones positivas	Identificar problemas interpersonales	Cortesía con el adulto
	Saludar	Iniciaciones sociales.	Mantener conversaciones Terminar conversaciones	Expresar emociones Recibir emociones	Buscar soluciones Anticipar consecuencias	Refuerzo al adulto Petición al adulto
Indicadores	Presentaciones	Unirse al juego con otros.	Unirse a la conversación de otros	Defender los propios derechos Defender las propias opiniones	Elegir una solución Probar la solución	Solucionar problemas con el adulto
	Favores Cortesía y amabilidad	Ayuda. Cooperar y compartir.	Conversaciones de grupo			

Nota. Tomado Las habilidades sociales en el currículo (Monjas et al., 1998)

Por su parte, según Caballo (2007) los principales componentes de las HHSS son los siguientes:

- i. Iniciar y mantener conversaciones
- ii. Hablar en público
- iii. Expresión de agrado, amor o afecto
- iv. Defensa de los propios derechos
- v. Pedir favores

- vi. Rechazar peticiones
- vii. Hacer cumplidos
- viii. Aceptar cumplidos
- ix. Expresión de opiniones personales, incluido el desacuerdo
- x. Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado
- xi. Disculparse o admitir ignorancia
- xii. Petición de cambio en la conducta del otro
- xiii. Afrontamiento de las críticas.

Asimismo, Lazarus (1973, citado en Caballo, 2007) plantea cuatro componentes de HHSS desde un punto de vista clínico:

- i. Capacidad de decir no
- ii. Capacidad de pedir favores
- iii. Capacidad para manifestar sentimientos positivos y negativos
- iv. Capacidad para comenzar y finalizar charlas.

Mientras que Haselt y Cols (1979, citados en Caballo, 2007) postulan tres elementos fundamentales para las HHSS:

- i. Especificidad. Cada conducta tiene un significado que depende del contexto.
- ii. Efectividad. Se evalúa por medio de las conductas verbales y no verbales.
- iii. Papel del interlocutor. No se debe generar daño verbal ni físico.

A su vez, Alberti (1977, citado en Caballo, 2007) plantea cinco características fundamentales de las HHSS:

- i. Son características conductuales y no personales
- ii. Es una característica de un sujeto en un contexto por lo que no es universal
- iii. Deben tomarse en cuenta la cultura del contexto y otras variables ambientales.
- iv. El sujeto puede elegir de manera libre la acción a realizar
- v. Es una característica de la conducta social eficaz que no causa daño.

2.2.9 Aprendizaje de las habilidades sociales

Según Daza (2017) existen mecanismos básicos de aprendizaje que explican la adquisición de las habilidades sociales, por ejemplo, el refuerzo social sostenido por el conductismo o el aprendizaje observacional. Además, Monjas (2002, citada en Daza, 2017) sostiene que el aprendizaje de las habilidades sociales comienza en la infancia y depende del entorno familiar, especialmente de las figuras de apego.

Mientras que Vizcarro (1994, citado en Fernández, 2019, p. 25) sustenta que el “desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes, es menester, saber cómo se adquieren y refuerzan y se extinguen las conductas socialmente habilidosas, para de esta manera poder determinar el momento ocurrió” de esta manera existen fuertes vínculos entre los comportamientos sociales que denotan habilidad en la infancia y el desempeño social posterior (edad adulta).

Por su parte, Cohen (1973, citado en Fernández, 2019) describe el proceso de condicionamiento operante y clásico para el aprendizaje de cualquier conducta.

En la figura 1 se advierte que el ED es el estímulo discriminativo (como una luz), RO es la respuesta operante (como presionar un botón) y ER es el estímulo consecuente que puede castigar o reforzar (como una descarga eléctrica o alimento).

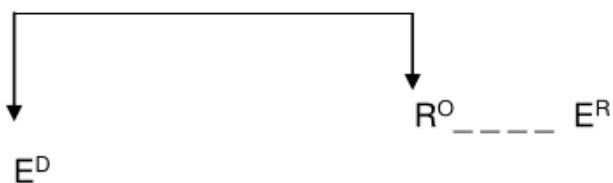


Figura 1. Triple relación de contingencia. Tomado de Fernández (2019).

En la figura 2 se aprecia un esquema de condicionamiento clásico donde ES es el estímulo señalador (por ejemplo, una luz), EI es el estímulo incondicionado (por ejemplo, alimento), RR es una respuesta incondicionada (por ejemplo, salivación).

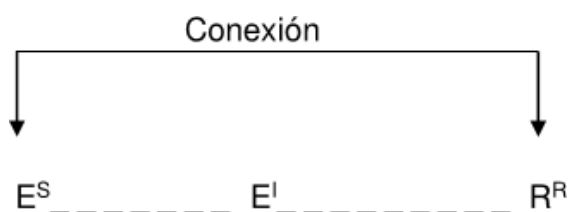


Figura 2. Esquema de condicionamiento clásico. Tomado de Fernández (2019)

2.2.10 Factores que influyen en el desarrollo de las habilidades sociales

De acuerdo con Dewerick (1986, citado en Daza, 2017), existen dos factores importantes:

a) Factor ambiental. Los estímulos ambientales son determinantes para que los sujetos se relacionen, interactúen o se estanquen. Este factor está conformado por distintos contextos.

i) Contexto familiar. Es el primer entorno social del ser humano, por medio del cual aprende por observación e imitación de modelos significativos (padres, hermanos, etc.), las conductas sociales.

ii) Contexto escolar. Es el segundo medio de socialización de los niños, aquí se ensayan los modelos de comportamiento social aprendidos en casa y también se adquieren nuevos por medio de la imitación de modelos significativos (profesores o pares).

iii) Contexto barrial. Es un medio pocas veces sostenido por los estudiosos de las habilidades sociales, sin embargo, es importante en la adquisición de conocimientos, incluyendo el lenguaje.

b) Dimensión personal. Incluye la historia de vida del sujeto.

i) Componente cognitivo. Se le vincula a la inteligencia y a las aptitudes, ayuda en la adquisición de conceptos.

ii) Componente afectivo. Es la capacidad de elaborar y manifestar emociones y sentimientos a fin de resolver conflictos.

iii) Componentes conductuales. Aquí se manifiestan conductas ligadas a la amabilidad, empatía y disponibilidad para la interacción en distintos contextos sociales.

2.2.11 Evaluación de las habilidades sociales

De acuerdo con Badia (2005), la medición de las habilidades sociales es compleja ya que se han propuesto muchos instrumentos evaluativos, entre ellos existen escalas, inventarios, cuestionarios o estrategias de observación. De esta manera, la evaluación se lleva a cabo teniendo en cuenta dos niveles.

- El nivel general que muestra si el evaluado cuenta o no con la habilidad.
- Enfocándose en la dimensión verbal y no verbal, en este nivel se han desarrollado estrategias de observación directa, el *rol play*, el autoinforme y el informe de personas clave (padres, maestros, amigos, etc.)

Según Daza (2017), existen muchos instrumentos que miden las habilidades sociales.

Tabla 5

Instrumentos para medir HHSS

Autor	Instrumento
Moreno (1920)	Cuestionario sociométrico
Matson, Rotatori y Helsel (1983)	The Matson Evaluation of Social Skills in Youngsters (MESSY)
Michelson, Sugai, Wood y Kazdin (1983)	La Escala de Comportamiento Asertivo para Niños (CABS)
Muñoz, Trianes, Jiménez, Sánchez y García (1996)	Escala de Observación para Profesores (EOP)
Monjas (2002)	Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS)
Reynolds y Kamphaus (2004)	BASC. Sistema de Evaluación de la Conducta de Niños y Adolescentes
Caballo (1989)	Escala Multidimensional de Expresión Social
Goldstein (1978)	Lista de Chequeo de Habilidades Sociales
Gismero (2000)	Escala para la Evaluación de las Habilidades Sociales
MINSA (2006)	Test de Habilidades Sociales

Nota: Tomado de Daza (2017)

2.2.12 Mejoramiento de habilidades sociales

Según Goldstein (1981); McGinnis y Goldstein (1984), existe un aprendizaje estructurado de habilidades sociales que produce una mejora y se sostiene en cuatro técnicas (citados en Badia, 2005):

- Modelamiento. Se muestran modelos de alguna habilidad específica que se debe mejorar.
- Juego de roles. Los aprendices practican lo observado en el modelo mostrado.
- Retroalimentación. Se aplica mientras se desarrolla en juego de roles. La finalidad de esta técnica es brindar datos al aprendiz sobre su desempeño y

corregirlo en tiempo real, en ese sentido se pueden realizar críticas, sugerencias o apreciaciones a fin de que el sujeto entrenado adquiera, incremente o mantenga el comportamiento deseado, de esta manera la ejecución de la habilidad se ira perfeccionando.

- Entrenamiento para la transferencia. Se promueve que los nuevos comportamientos adquiridos y mejorados se apliquen en el entorno social del aprendiz.

2.2.13 Características físicas, cognoscitivas y psicosociales de los adolescentes

Papalia y Martorell (2017) sostienen, en cuanto al desarrollo físico de los adolescentes, que la maduración sexual se hace evidente con la aparición de la producción espermática y la menstruación, esto es el preludio del inicio de la vida sexual, además se evidencia un último crecimiento acelerado de estatura y un cerebro aún en desarrollo, por lo cual el procesamiento emocional tiene lugar en la amígdala y no en el lóbulo frontal como en los adultos, esto se traduce en juicios menos razonados y precisos, impulsividad y conductas de riesgo.

En cuanto al deterioro de la salud mental de los adolescentes se observan problemas con la imagen corporal, anorexia, bulimia, abuso y/o dependencia de alcohol y drogas. En cuanto al desarrollo cognoscitivo se resalta el desarrollo moral y la búsqueda de una vocación.

Con respecto al desarrollo psicosocial se advierte la búsqueda de una identidad, el inicio de la vida amorosa y sexual, relaciones conflictivas con las figuras de autoridad, mayor influencia de los pares, rebeldía e individuación, asimismo existe el riesgo de incurrir en conductas antisociales y delincuencia juvenil.

2.3 Definición de Términos Básicos

Habilidades sociales. Son un conjunto de comportamientos que promueven la adecuación y buen desempeño social dentro de una cultura determinada, lo cual produce refuerzos sociales (Goldstein et al., 1989, citado en Fernández, 2019).

Primeras habilidades sociales. Son habilidades primarias para interrelacionarse con otras personas (Salvador, 2016).

Habilidades sociales avanzadas. Contiene habilidades un poco más complejas que las primeras, como seguir instrucciones de manera adecuada (Salvador, 2016).

Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos. Son conductas que favorecen la comprensión de los demás y la manifestación apropiada de emociones (Salvador, 2016).

Habilidades alternativas a la agresión. Son comportamientos que se orientan a la evitación de conflictos (Salvador, 2016).

Habilidades sociales para hacer frente al estrés. Son conductas que promueven el autocontrol durante una circunstancia compleja de resolver (Salvador, 2016).

Habilidades de planificación: Son comportamiento que se orientan a la toma de decisiones.

Adicción. De acuerdo con Mozo (2019) es la ausencia de control presentada en algunas conductas que se caracteriza primordialmente en la producción de dependencia, síndrome de abstinencia, telenoticia, entre otros.

Redes sociales. Son escenarios virtuales donde los cibernautas interactúan con el fin de establecer relaciones de amistad, comerciales con otros usuarios. Dichas redes

sociales facilitan la comunicación online para establecer vínculos interpersonales (Chira, 2020)

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 Tipo de Investigación

Se empleó el método hipotético-deductivo que se caracteriza por una serie de procesos para establecer hipótesis y someterlo a verificación para aceptar o rechazarlas (Hernández et al., 2014). En este estudio se formuló hipótesis para responder la pregunta de investigación y se someterá a comprobación.

3.1.1 Según el propósito extrínseco de la investigación

La investigación fue de tipo básica que consiste en generar y aumentar los conocimientos científicos acerca un objeto de estudio, pero sin contrastarlos con aspectos prácticos (Hernández et al., 2014).

3.1.2 Según el enfoque

Fue de enfoque cuantitativo, que se caracteriza por usar la medición en los fenómenos de estudio (Hernández et al., 2014).

3.1.3 Según la planificación de la toma de datos

Fue prospectivo, el cual se diferencia por recolectar los datos de forma primaria, es decir el investigador acopia la información luego de haber planificado el estudio (Hernández et al., 2014).

3.1.4 Según número de mediciones de las variables

Fue transversal, porque se recolectó la información de la variable en un momento en particular sin prolongarlo en el tiempo (Hernández et al., 2014).

3.2 Diseño de Investigación

Fue no experimental ya que no se realizó la manipulación de una variable independiente de estudio y no se midió el efecto de una variable dependiente (Hernández et al., 2014).

3.3 Nivel de Investigación

El nivel del estudio fue descriptivo correlacional, lo que indica que se obtuvo las descripciones de la variable de la muestra de estudio y se halló el nivel de relación entre las variables (Hernández et al., 2014).

3.4 Alcance de la Investigación

El alcance del estudio fue correlacional, ya que se analizó la bivariación de ambas variables (Hernández et al., 2014).

3.5 Población

La población es un conjunto de individuos con características comunes que comparten el mismo espacio (Hernández et al., 2014), para la presente investigación estuvo constituida por 150 alumnos del ciclo I de psicología de una universidad privada de Huancayo.

3.6 Muestra

La muestra es un subconjunto representativo de la población (Hernández et al., 2014). Para este estudio se llevó a cabo un censo, es decir se trabajó con la población compuesta por 150 alumnos del ciclo I de psicología de una universidad privada de Huancayo.

3.6.1 Criterios de inclusión

- Estudiantes de primer ciclo que se encuentran matriculados en periodo académico 2022-1.
- Estudiantes que acepten el consentimiento informado.
- Estudiantes que usan redes sociales.

3.6.2 Criterios de exclusión

- Estudiantes que no estuvieron presentes el día de la recolección de datos.
- Estudiantes que se encuentran llevando tratamiento psicológico.
- Estudiantes que se matricularon en la modalidad a distancia de la carrera de psicología.
- Estudiantes que no tengan tres dosis de la vacuna COVID-19.

3.7 La técnica de recolección de datos

Para Hernández et al. (2014) es una serie de pasos por la cual se obtiene información fundamental y necesaria para estudiar las variables de interés. Para esta investigación se utilizó la técnica de la encuesta. En este caso, las investigadoras luego de haber solicitado y obtenido la autorización del director de la escuela académica profesional de psicología, coordinaron con los catedráticos para que brinden 30 minutos de su tiempo de clases. En la hora pactada, las investigadoras se aproximaron a las respectivas aulas cumpliendo el siguiente protocolo sanitario COVID-19:

- Contaron con una botella de alcohol al 70 % de concentración con aplicación atomizada para la desinfección de manos.
- Usaron dos cubre bocas: uno N 95 o KN 95 y uno quirúrgico.
- Conservaron distancia de al menos 1 metro con los evaluados y docentes a fin de reducir el riesgo de contagio.

- Contaron con las vacunas correspondientes.

Luego se repartieron los instrumentos y consentimientos informados, los cuales se leyeron en conjunto con los estudiantes, después de las firmas de los participantes, se procedió a explicar las instrucciones del instrumento de sintomatología de adicción a redes sociales, cuando los alumnos terminaron de contestar el primer instrumento, se procedió a explicar las instrucciones de la lista de chequeo de Goldstein.

3.8 Los Instrumentos

3.8.1 Cuestionario de adicción a redes sociales

Ficha técnica

Nombre	: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)
Autores	: Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)
Año	2014
Procedencia	: Perú, Lima
Rango de edad	: dirigido a adolescentes y jóvenes universitarios
Administración	: individual o grupal
Duración	: 10 minutos aproximadamente
Objetivo	: puede ser usada para el diagnóstico de sintomatología a adicción a las redes sociales o para la investigación.
Estructura	: consta de 24 ítems agrupados en 3 dimensiones.
Dimensiones	: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales

Escala : Escala de frecuencia tipo Likert: (1) nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre

Calificación : El puntaje va desde 0 a 96. El ítem 13 se califica de forma inversa.

Validez

Escurra y Salas (2014) validaron el instrumento bajo el modelo de la teoría clásica de los test a través del análisis factorial confirmatorio y obtuvieron que el cumplimiento con los criterios básicos para ser utilizado.

Las autoras de la investigación sometieron el instrumento al juicio riguroso de tres expertos y obtuvieron un coeficiente de validación de contenido de Hernández Nieto (Pedrosa et al., 2013) de 0,946 (anexo 6), que se categoriza como validez y concordancia excelente.

Confiabilidad

Este indicador se obtuvo a través del procedimiento de consistencia interna, los resultados fueron que cumple con los requisitos básicos de la teoría clásica de los test para ser empleado (Escurra y Salas, 2014).

Asimismo, las autoras del estudio realizaron una prueba piloto con 20 estudiantes de segundo ciclo y obtuvieron un alfa de Cronbach de 0,97 que se categoriza como excelente confiabilidad o consistencia interna, esto se evidencia en la tabla 6.

Tabla 6

Confiabilidad del cuestionario de adicción a las redes sociales

Alfa de Cronbach	N de elementos	N
0.97	24	20

3.8.2 Habilidades sociales

Ficha técnica

Nombre	: Lista de chequeo conductual de habilidades sociales de Golstein (LCHS)
Autores	: Arnold P.Golstein
Año	1978
Procedencia	: New York
Rango de edad	: 12 años en adelante
Administración	: individual y grupal
Duración	: 15 minutos aproximadamente
Objetivo	: mide las habilidades sociales que muestra la persona
Estructura	: consta de 50 ítems agrupados en 6 dimensiones.
Dimensiones	: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación.
Escala	: Escala Likert: (1) nunca, (2) rara vez, (3) a veces, (4) a menudo y (5) siempre.
Calificación	: este puntaje mínimo es de 50 y el máximo de 250.

Validez

Tomas (1995) llevó a cabo un análisis de los ítems del instrumento y obtuvo vinculaciones significativas ($p < .05$, $.01$), esto significa que el instrumento tiene validez.

Las autoras del estudio sometieron al instrumento al escrutinio de tres expertos y a partir de los resultados obtuvieron un coeficiente de validez de contenido de Hernández Nieto (Pedrosa et al., 2013) de 0,949 (anexo 8), lo cual se categoriza como validez y concordancia excelente.

Confiabilidad

Se realizó la prueba test-retest mediante el coeficiente de correlación producto-momento de Pearson, y se halló una $r=0.6137$ y una $t=3.011$ muy significativa, el periodo entre test y retest fue de 4 meses. Así mismo, el alfa de Cronbach fue de 0.9244. Esto indica que el instrumento es muy confiable (Tomas, 1995).

Asimismo, las autoras del estudio realizaron una prueba piloto con 20 estudiantes de segundo ciclo y obtuvieron un alfa de Cronbach de 0,977 que se categoriza como excelente confiabilidad o consistencia interna, esto se aprecia en la tabla 7.

Tabla 7

Confiabilidad de la lista de chequeo de habilidades sociales

Alfa de Cronbach	N de elementos	N
.977	50	20

3.9 Descripción de Análisis de Datos

Los datos obtenidos en la aplicación de los instrumentos fueron analizados empleando el *software* IBM SPSS Statistics 24. Para conocer las características específicas de las variables en la muestra se utilizaron estadísticos descriptivos (media, moda, mediana, entre otros). Así mismo, para el análisis inferencial se realizó la prueba de normalidad con el estadístico Kolmogorov Smirnov (K-S) para conocer si la muestra sigue una distribución paramétrica o no, dependiendo del resultado se utilizó el

estadígrafo de correlación, ya sea Rho de Spearman o R de Pearson, y de esta forma determinar la vinculación de las variables. Finalmente, para la presentación de los resultados se empleó tablas y gráficos de manera didáctica.

3.10 Criterios Éticos

Se realizaron las coordinaciones con la universidad privada, para lo cual se envió una solicitud al director de la carrera de psicología (anexo 5), quien respondió con la carta autorización firmada (anexo 6). De esta forma cumplimos la formalidad

También, se consideró las siguientes normas éticas de nuestra casa superior de estudios.

a) Valor social o científico

El presente estudio provee saberes científicos socialmente relevantes, ya que sus resultados aportan a las teorías de las variables estudiadas y son de utilidad en el diseño de programas de salud mental preventivos y promocionales en jóvenes estudiantes universitarios.

b) Consentimiento informado

Se buscó que los jóvenes universitarios participen en el presente estudio, con la condición de que esta no ponga en peligro sus preferencias, valores, intereses, ni su voluntad individual; por este motivo, antes de la administración de los test psicológicos se proporcionó un consentimiento informado (anexo 4) a fin de que tomaran la decisión de participar en el estudio con plena responsabilidad y conocimiento.

c) Selección justa de los sujetos

La elección de los estudiantes para la investigación se realizó siguiendo rigurosamente la metodología (muestreo censal).

d) Confidencialidad

La investigación respeta el derecho a la privacidad y la protección de la identidad de los participantes.

e) Integridad científica

Se hizo un uso honesto, transparente, justo y responsable de la metodología.

f) Conflicto de intereses

No se alteró la objetividad ni los resultados del trabajo por intereses económicos, comerciales o de servicio.

g) Buena práctica científica

No se incurre en malas acciones para realizar el proyecto de investigación, las autoras estarán comprometidas con el empleo correcto de la ciencia para construir conocimiento.

h) Plagio o autoplagio

En este trabajo se reconoce la propiedad de ideas e información de terceros a través de las citas APA séptima edición, de esta manera las autoras del presente estudio valoran y difunden información científica veraz fruto del esfuerzo de otros investigadores.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados del primer nivel de análisis, en primer lugar, la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov; en segundo lugar, las correlaciones entre variables de interés con el estadígrafo Rho de Spearman; en tercer lugar, se muestran las pruebas de hipótesis; en cuarto lugar, los descriptivos de la población y de las variables de estudio por medio de tablas de frecuencia y gráficos de sectores, y finalmente la discusión de resultados.

4.1 Pruebas de normalidad

Tabla 8

Prueba de Kolmogorov Smirnov

Variables/dimensiones	Z de Kolmogorov-Smirnov	Sig. asintót. (bilateral)
Sintomatología de adicción a las redes sociales (total)	1.458	.028
Habilidades sociales (total)	.668	.763
Primeras habilidades sociales	.834	.490
Habilidades sociales avanzadas	.955	.321
Habilidades relacionadas con sentimientos	.993	.278
Habilidades alternativas a la agresión	1.132	.154
Habilidades para hacer frente al estrés	.600	.864
Habilidades de planificación	.904	.388

Para realizar estas pruebas se seleccionó el estadígrafo Kolmogorov-Smirnov (K-S), ya que la población analizada cumple con la condición de $N > 50$. Los datos analizados

fueron los puntajes globales de sintomatología de adicción a redes sociales y habilidades sociales, así como las dimensiones de habilidades sociales: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación. Esta prueba estadística plantea las siguientes hipótesis:

H0: La distribución de los datos es normal.

H1: La distribución de los datos es no normal.

Cuando el p-valor < 0.05 se acepta la H1 y se rechaza la H0, y cuando el p-valor > 0.05 se rechaza la H1 y se acepta la H0; por lo tanto, según la tabla 8:

El puntaje global de sintomatología de adicción a redes sociales obtuvo un $p=0.028 < 0.05$; por lo tanto, se aceptó la H1 y se rechazó la H0. Es decir, estos puntajes tienen una distribución no normal.

El puntaje global de habilidades sociales así como el puntaje de sus dimensiones: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación obtuvieron un $p > 0.05$, por lo tanto se aceptó la H0 y se rechazó la H1, dicho de otra forma, estos puntajes tienen una distribución normal.

En conclusión, ya que la variable sintomatología de adicción a redes sociales que se correlacionó con la variable habilidades y sus dimensiones tiene una distribución no normal, fue necesario seleccionar un estadígrafo no paramétrico para tal fin: Rho de Spearman.

4.2 Correlaciones

Tabla 9

Correlaciones con Rho de Spearman

		Sintomatología de adicción a las redes sociales (total)
Habilidades sociales (total)	Coefficiente de Rho	-,284**
	Sig. (bilateral)	.001
Primeras habilidades sociales	Coefficiente de Rho	-,243**
	Sig. (bilateral)	.006
Habilidades sociales avanzadas	Coefficiente de Rho	-.144
	Sig. (bilateral)	.108
Habilidades relacionadas con sentimientos	Coefficiente de Rho	-,245**
	Sig. (bilateral)	.006
Habilidades alternativas a la agresión	Coefficiente de Rho	-,411**
	Sig. (bilateral)	.000
Habilidades para hacer frente al estrés	Coefficiente de Rho	-.175
	Sig. (bilateral)	.051
Habilidades de planificación	Coefficiente de Rho	-,248**
	Sig. (bilateral)	.005
	N	126

En la tabla 9 se evidencia lo siguiente:

Existe una correlación negativa, escasa y altamente significativa ($Rho=-0,284$; $p=0,001$) entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales.

Existe una correlación negativa, escasa y altamente significativa ($Rho=-0,243$; $p=0,006$) entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales.

No existe correlación ($p=0.108$) entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas.

Existe una correlación negativa, escasa y altamente significativa ($Rho=-0,245$; $p=0,006$) entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con sentimientos.

Existe una correlación negativa, moderada y altamente significativa ($Rho=-0,411$; $p=0,000$) entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión.

No existe correlación ($p=0.051$) entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés.

Existe una correlación negativa, escasa y altamente significativa ($Rho=-0,248$; $p=0,005$) entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación.

4.3 Pruebas de Hipótesis

4.3.1 Hipótesis general

H0: No existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

H1: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Decisión: En la tabla 9 se advierte un $p=0,001 < 0,05$ por lo tanto se aceptó la H1 y se rechazó la H0.

4.3.2 Primera hipótesis específica

H0: No existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

H1: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Decisión: En la tabla 9 se aprecia un $p=0,006 < 0,05$ entonces se aceptó la H1 y se rechazó la H0.

4.3.3 Segunda hipótesis específica

H0: No existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

H1: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Decisión: En la tabla 9 se observa un $p=0,108 > 0,05$ por lo tanto se rechazó la H1 y se aceptó la H0.

4.3.4 Tercera hipótesis específica

H0: No existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

H1: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Decisión: En la tabla 9 se evidencia un $p=0,006 < 0,05$ entonces se aceptó la H1 y se rechazó la H0.

4.3.5 Cuarta hipótesis específica

H0: No existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

H1: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Decisión: En la tabla 9 se advierte un $p=0,000 < 0,05$ por lo tanto se aceptó la H1 y se rechazó la H0.

4.3.6 Quinta hipótesis específica

H0: No existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

H1: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Decisión: En la tabla 9 se observa un $p=0,051 > 0,05$ por lo tanto se rechazó la H1 y se aceptó la H0.

4.3.7 Sexta hipótesis específica

H0: No existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

H1: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.

Decisión: En la tabla 9 se aprecia un $p=0,005 < 0,05$ por lo tanto se aceptó la H1 y se rechazó la H0.

4.4 Descriptivos de población y variables

4.4.1 Edad

Tabla 10

Edad de la población

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Edad	126	17	32	18.95	2.311
N válido (según lista)	126				

En la tabla 10 se evidencia que la edad media de la población fue 18,95 años, la desviación estándar fue 2.311 años, la edad mínima fue 17 años y la máxima 32 años.

4.4.2 Sexo

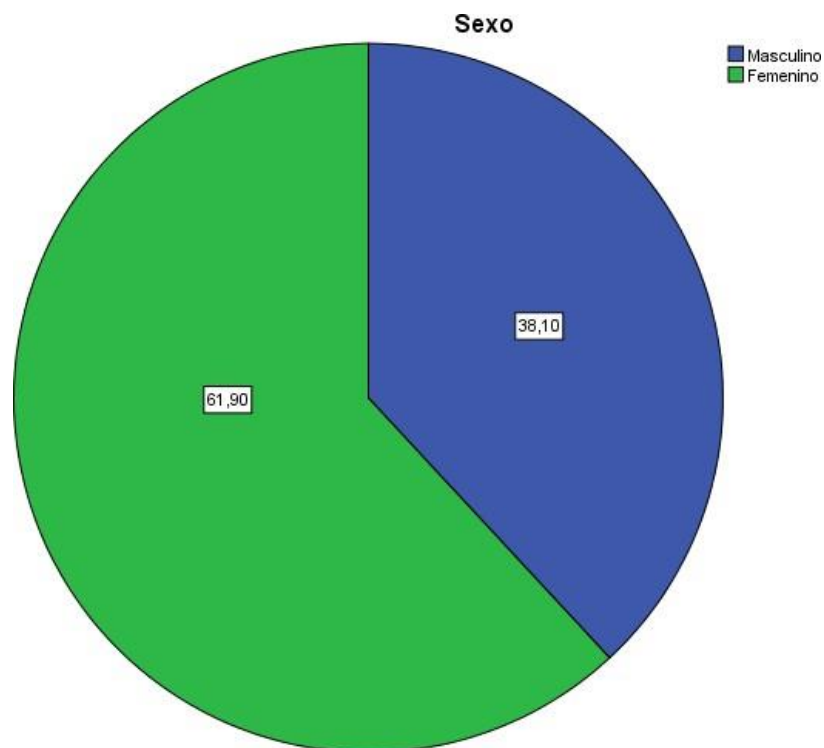


Figura 3. Población según el sexo

En la figura 3 se evidencia que la mayoría de participantes fueron de sexo femenino (61.9 %) con 78 mujeres, mientras que el 38, 10 % fueron de sexo masculino con 48 varones.

4.4.3 Nivel de sintomatología a las redes sociales

Tabla 11

Frecuencias y porcentajes según el nivel de sintomatología de adicción a las redes sociales

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	58	46.0	46.0	46.0
Moderado	52	41.3	41.3	87.3
Severo	16	12.7	12.7	100.0
Total	126	100.0	100.0	

En la tabla 11 se evidencia que 58 (46 %) participantes tuvieron un nivel bajo; 52 (41,3 %), un nivel moderado; y 16 (12,7 %), un nivel severo de sintomatología de adicción a redes sociales.

4.4.4 Nivel de habilidades sociales

Tabla 12

Frecuencias y porcentajes según el nivel de habilidades sociales

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	1	.8	.8	.8
Medio	61	48.4	48.4	49.2
Alto	64	50.8	50.8	100.0
Total	126	100.0	100.0	

En la tabla 12 se evidencia que 1 (0.8 %) estudiante alcanzó un nivel bajo de habilidades sociales; 61 (48,4 %) alcanzaron un nivel medio; y 64 (50,8 %) obtuvieron un nivel alto.

4.5 Discusiones

La edad promedio de los participantes del estudio fue 18,95 años, lo que los ubica, en su mayoría, en una etapa de desarrollo adolescente, la cual se caracteriza por conductas sociales como la búsqueda de una identidad, el inicio de la vida amorosa y sexual, relaciones conflictivas con las figuras de autoridad, mayor influencia de los pares, conductas impulsivas de riesgo, rebeldía e individuación, asimismo existe el riesgo de incurrir en conductas antisociales y delincuencia juvenil (Papalia & Martorell, 2017).

Sin embargo, a pesar de la considerable cantidad de riesgos a los que podrían estar expuestos a nivel físico, cognoscitivo y psicosocial, la mayoría (50,8 %) de los participantes alcanzaron un grado elevado de habilidades sociales y un gran porcentaje

(48,4 %) obtuvo un nivel medio. Además, solo un 12,7 % de participantes obtuvo un grado severo de sintomatología de adicción a redes sociales. Estas cifras son coherentes con lo que refieren Papalia & Martorell (2017), quienes señalan que la mayoría de adolescentes por lo general gozan de una buena salud física y mental.

El análisis de los hallazgos indicó la existencia de una vinculación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a las redes sociales y las habilidades sociales ($\rho=-0,284$; $p=0,001$), esto indica que los participantes de primer ciclo que presentan altos niveles de sintomatología de adicción a las redes también tienden a presentar bajo puntaje en habilidades sociales.

Este resultado refuerza reportes internacionales de que la adicción a las redes sociales afecta las relaciones interpersonales (Barros et al., 2017), que el exceso de tiempo en las redes sociales afecta el desarrollo saludable de patrones conductuales que permite relacionarnos con los demás (Chuquiana, 2019), presentar falta de control personal, no cumplir normas sociales y abuso de las redes sociales impacta de manera negativa en la convivencia con las personas que los rodean (Cediel, 2019).

A nivel nacional, el resultado coincide con los reportes de correlación negativa en universitarios (Delgado et al., 2016), en adolescentes preuniversitarios (Ramos, 2020), y adolescentes (Ccopa y Turpo, 2019). A nivel local, la relación significativa entre las variables se condice con los estudios de Blanco (2021), quien trabajó con estudiantes de psicología, y Huamán y Villa (2020), quien lo hizo con adolescentes de colegio.

En relación con el primer objetivo específico, el análisis de datos mostró la existencia de una relación negativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales; esto quiere decir que, hacer uso descontrolado de las

redes sociales perjudica el inicio de interacción con los demás (mantener una conversación, escuchar, formular una pregunta etc.).

Respecto al segundo objetivo específico, se halló que no existe relación significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas, esto significa que, conductas sociales como pedir ayuda, participar activamente en grupos, seguir instrucciones, entre otros, se presenta en mayor o menor medida independientemente del uso excesivo de las redes sociales. Estos hallazgos se condicen con los reportes de Barros et al. (2017), Chuquiana (2019), Ccopa y Turpo (2019), Delgado et al. (2016), Blanco (2021) y Huamán y Vila (2020), quienes hallaron que las conductas que ayudan a socializar de manera saludable con los demás se perjudican con el uso descontrolado de las redes sociales.

La explicación a esto está en la pérdida de hábitos, cuando se deja de interactuar de manera presencial por un buen tiempo con el resto es complicado iniciar y mantener diálogo, compartir emociones y sentimientos con los demás. Además, pasar mucho tiempo en plataformas virtuales impacta en la percepción de cómo debe ser las relaciones sociales.

En función al tercer objetivo específico, se determinó que existe correlación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y habilidades relacionadas con los sentimientos; esto indica que, habilidades como conocer, expresar y comprender los propios sentimientos y de los demás se ven afectados por pasar mucho tiempo en las redes sociales. Este resultado se condice con el estudio de Domínguez-Vergara & Ybañez-Carranza (2016), quienes hallaron relación entre competencias para

expresar y manejar los sentimientos con la ARS en adolescentes; así mismo Araujo (2016) sostiene que la ARS se vincula con los sentimientos de soledad.

La socialización permite desarrollar ciertas competencias comunicativas en las que se encuentra la habilidad para comunicar los propios sentimientos a los demás y autoconocerse; pero si las habilidades comunicativas se ven perjudicadas por el uso de redes sociales también se verá limitada la manifestación saludable de las emociones y sentimientos.

En relación con el cuarto objetivo específico se halló que existe relación negativa significativa entre la ARS y las habilidades alternativas a la agresión. Los estudiantes con problemas de controlar su uso a las redes sociales presentan problemas para negociar ante situaciones conflictivas, tener autocontrol, ayudar a los demás y compartir cosas con los otros. Este resultado refuerza los reportes de Calderón (2021), quien halló relación entre la ARS y conductas agresivas, y Aldave (2021), quien reportó relación entre conductas agresivas y el uso de redes sociales en estudiantes de psicología.

Asimismo, desarrollar competencias para solucionar y hacer frente a situaciones agresivas requiere de experiencia de socialización, no es algo que aparece espontáneamente, por eso, es importante participar de espacios sociales para aprender conductas mediante la observación o contingencias de reforzamiento.

En cuanto al objetivo específico número 5 se determinó que no existe relación significativa entre las ARS y las habilidades para hacer frente al estrés. Los participantes con problemas para responder a emociones desagradables se presentan independientemente de los indicadores de adicción a las redes sociales. Una posible explicación a este resultado es que, para enfrentar el estrés se requiere de competencias

intrapersonales antes que las sociales, en ese sentido una persona que no pasa mucho tiempo con los demás pueden sin ninguna dificultad mitigar reacciones de estrés por sí solo.

Por último, en función del sexto objetivo específico se encontró que existe relación significativa entre las ARS y las habilidades de planificación como tomar decisiones, establecer objetivos claros, recoger información, tomar iniciativa, concentrarse en una tarea, entre otras. Este conocimiento encontrado refuerza el reporte de Quiñones (2018), quien halló relación entre conductas de postergación de actividades con la ARS en universitarios. El uso descontrolado de las redes sociales no permite gestionar adecuadamente el tiempo de las actividades que se tiene, por tanto, impide el buen desempeño en las labores académicas, familiares y sociales.

Conclusiones

1. Se determinó que existe relación negativa y significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de primer ciclo de una universidad privada de Huancayo. En ese sentido, se aceptó la hipótesis alternativa. En síntesis, a mayor sintomatología de adicción a las redes sociales menores habilidades sociales.
2. Se determinó que existe relación negativa y significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de primer ciclo de una universidad privada de Huancayo. En ese sentido se aceptó la hipótesis alternativa. En síntesis, a mayor sintomatología de adicción a redes sociales menores primeras habilidades sociales.
3. Se determinó que no existe relación significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de primer ciclo de una universidad privada de Huancayo. En ese sentido se aceptó la hipótesis nula.
4. Se determinó que existe relación negativa y significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de primer ciclo de una universidad privada de Huancayo. En ese sentido se aceptó la hipótesis alternativa. En síntesis, a mayor sintomatología de adicción a redes sociales menores habilidades relacionadas con sentimientos.
5. Se determinó que existe relación negativa y significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en

estudiantes de psicología de primer ciclo de una universidad privada de Huancayo. En ese sentido se aceptó la hipótesis alternativa. En suma, a mayor sintomatología de adicción a redes sociales menores habilidades alternativas a la agresión.

6. Se determinó que no existe relación significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de primer ciclo de una universidad privada de Huancayo. En ese sentido se aceptó la hipótesis nula.
7. Se determinó que existe relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de primer ciclo de una universidad privada de Huancayo. En ese sentido se aceptó la hipótesis alternativa. En suma, a mayor sintomatología de adicción a redes sociales menores habilidades de planificación.

Recomendaciones

Se recomienda, a los investigadores interesados en este tema, investigar las variables en poblaciones más grandes, estudiantes de diversas carreras con características sociodemográficas similares y diferentes para corroborar y comparar los resultados. Así mismo, se sugiere que empleen un diseño de investigación con validez interna y externa para que los resultados sean relevantes.

Se exhorta a las autoridades de la universidad que empleen los resultados, correlación entre la ARS y las habilidades sociales, para fomentar espacios sociales de actividades para los jóvenes y de esta forma expresen y desarrollen competencias sociales.

Se sugiere a los psicólogos que consideren este resultado en sus intervenciones con estudiantes con problemas de habilidades sociales. Además, que realicen programas preventivos del abuso de las redes sociales y promocionales de conductas de interacción social.

Se recomienda a los jóvenes estudiantes establecer un horario de uso de las redes sociales a fin de que esta actividad no interfiera con otras actividades como los estudios o la interacción social presencial, asimismo que participen en actividades extracurriculares de la universidad que les permita vincularse presencialmente con los demás.

Referencias Bibliográficas

- Aldave, F. (2021). *Agresión y adicción a las redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima Sur* [Universidad Autónoma del Perú]. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) [https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1183/Aldave Ludena %2C Fiorella Cristina.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1183/Aldave%20Ludena%20Fiorella%20Cristina.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Araujo, E. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 48–58. <https://doi.org/10.19083/ridu.10.494>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2002). *Manual diagnóstico DSM-IV TR*. Editorial CPPM. <https://www.cppm.org.ar/wp-content/uploads/2015/06/DSMIV.pdf>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ta ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Badia, M. (2005). La Salud Mental en el aula. Abordaje psicosocial de problemas conductuales. *Revista Educación Social* (portal web). <https://eduso.net/res/revista/3/articulos/la-salud-mental-en-el-aula-abordaje-psicosocial-de-problemas-conductuales/>
- Barros, S., Hernández, Y., Vanegas, O., Cedillo, M., Alvarado, H., & Cabrera, J. (2017). Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 42–68. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173d.pdf>
- Blanco, S. (2021). *Empleo de las aplicaciones de interacción social y las habilidades sociales en alumnos de la Universidad Continental-2020*. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/9768/4/IV_FHU_501_TE_Blanco_Chuco_2021.pdf.
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (Siglo XXI (ed.); Séptima Ed). <https://www.pdfdrive.com/manual-de-evaluación-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-d186970337.html>
- Calderón, W. (2021). *Adicción a redes sociales y agresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Carabayllo, 2020* [Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62094/Calderon_BW-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Ccopa, C., & Turpo, G. (2019). *Adición a las redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de la institución educativa Politecnico Huascar de puno-2019* [Universidad Nacional del Altiplano de Puno]. (Tesis para obtener la licenciatura en enfermería)
http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13628/Ccopa_Carmen_Turpo_Gilma.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Cediel, M. (2019). *Relación de las habilidades sociales y el uso de las redes sociales en adolescentes* [Universidad Pontificia Bolivariana]. Repositorio Universidad Pontificia Bolivariana. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología)
https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/6873/digital_38818.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chuquiana, L. (2019). *Relación entre las redes sociales y el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de 8vo de básica en una unidad educativa* [Universidad Central del Ecuador]. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología)
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/21446/1/T-UCE-0007-CPS-277.pdf>
- Cueva, G. (2012). Violencia y adicciones: Problemas de salud pública. *Rev. Perú Med. Exp. Salud Pública*, 29(1), 99–103.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v29n1/a15v29n1.pdf>
- Daza, E. (2017). *Adaptación de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein en Ecuador*. Repositorio Universidad Central del Ecuador. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología)
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/12870/1/T-UCE-0007-PPS010.pdf>
- Del Barrio, Á., & Ruiz, I. (2014). Los adolescentes y el uso de redes sociales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 571–576. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.537>
- Delgado, A. E., Ecurra, L., Atalaya, M. C., Pequeña-Constantin, J. o, Cuzcano, A., Rodríguez, R. E., & Álvarez, D. (2016). Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Persona*, 55–75. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.971>
- Díaz, D., & Latorre, J. (2015). *Psicología Médica* (Elsevier).
<https://docer.com.ar/doc/xn5188c>
- Domínguez-Vergara, J., & Ybañez-Carranza, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181–230. <https://doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- 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*, 37(4), 435–447.

https://www.aesed.com/descargas/revistas/v37n4_5.pdf

EDOMÉX. (2019). Redes sociales y salud pública. *Revista Cevece*, 32. 9(3), https://salud.edomex.gob.mx/cevece/docs/revista_cercati/revista19_3.pdf

Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción Y Validación Del Cuestionario De Adicción a Redes Sociales (ARS). *Revista de Psicología Liberabit*, 20(1), 73–91. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

Fernández, D. (2019). *Habilidades sociales y acoso escolar en estudiantes de 5.º año de secundaria de la institución educativa nacional n°5125 “Las casuarinas”, Pachacutec- Ventanilla, 2017* [Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Universidad Peruana Los Andes. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) <http://www.repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1075/TESIS-FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García-Aurrecochea, R., Díaz-Guerrero, R., & Medina-Mora, M. (2007). Déficit de satisfacción de necesidades en usuarios de drogas solicitantes de tratamiento. *Adicciones*, 19(3), 289–296. <https://doi.org/10.20882/adicciones.308>

Grimaldo, M. (2019). *Autoestima y adicción a redes sociales en estudiantes de 3er a 5.º de secundaria de una institución educativa pública de Villa EL Salvador* [Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) [https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/905/GrimaldoGarcia %2C Margarita Isabel.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/905/GrimaldoGarcia%20MargaritaIsabel.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Gutiérrez-Peláez, M., Blanco-González, L., & Márquez, C. (2018). Aportes de la teoría psicoanalítica para la comprensión de las adicciones. *Revista Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*, 18(34), 201–222. <http://www.scielo.org.co/pdf/ccso/v18n34/1657-8953-ccso-18-34-00201.pdf>

Guzmán, Y. (2018). *Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en alumnos de 3, 4 y 5 grado de secundaria, 2017*. Universidad Católica Sedes Sapientiae. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/656/Guzman_Yamely_tesis_bachiller_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (M. H. Education (ed.); 6ta ed.). <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Holst, I., Galicia, Y., Gómez, G., & Degante, A. (2017). Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios. *Revista Especializada En Ciencias de La Salud*, 20(2), 22–29. <https://www.medigraphic.com/pdfs/vertientes/vre-2017/vre172c.pdf>

- Huamán, R., & Vila, L. (2020). *Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en adolescentes de un centro universitario parroquial, Huancayo-2020* [Universidad Peruana Los Andes]. Universidad Peruana Los Andes. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) http://www.repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1770/TESIS_FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Jaramillo, J., & Restrepo, D. (2015). Psicología y Salud. *Revista CES Psicología*, 1(8), 1-2. <http://www.scielo.org.co/pdf/cesp/v8n1/v8n1a01.pdf>
- Juste, M. (2021). *La pandemia dispara el uso de las redes sociales, un 27 % más que hace un año*. Expansión: Economía Digital. <https://www.expansion.com/economia-digital/innovacion/2021/02/10/6022c89de5fdea59448b459b.html>
- Keegan, E. (2023). Perspectiva cognitivo-conductual del abuso de sustancias. *Intersecciones Psi.* (portal web). http://intersecciones.psi.uba.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=44:perspectiva-cognitivo-conductual-del-abuso-de-sustancias&Itemid=1%5D
- López, H. (2007). *Las adicciones: Sus fundamentos clínicos*. Editorial Lazos. <https://docer.com.ar/doc/sc8vx8v>
- Luna, G. (2017). La influencia del consumo simbólico en la intensidad de uso de las redes sociales digitales y el valor percibido de las experiencias. *JSTOR*. 64(27), 37-50. https://www.jstor.org/stable/90002187?searchText=uso+de+las+redes+sociales&searchUri=%2Faction%2FdoBasicSearch%3FQuery%3Duso%2Bde%2Blas%2Bredes%2Bsociales%26so%3Drel&ab_segments=0%2Fbasic_search_gsv2%2Fcontrol&refreqid=fastly-default%3A621e50eb81af8f2e865
- Marañón, C. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, 54, 1-16. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=495950250003>
- Millon, T., Grossman, S., Millon, C., Meagher, S., & Ramnath, R. (2006). *Trastornos de la personalidad en la vida moderna* (ELSEVIER (ed.); 2nd ed.).
- Monjas, M., Gonzáles, B., Benito, P., Casado, M., Francia, M., Peinado, L., & Rodríguez, I. (1998). *Las habilidades sociales en el currículo*. In Secretaría General Técnica (Ed.), Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/habilidades_sociales_curriculo_mec.pdf
- Mozo, C. (2021). *Adicción a redes sociales en estudiantes de 4.º y 5.º de secundaria de una institución educativa de Manchay 2021* [Universidad Peruana Los Andes]. In Universidad Peruana Los Andes. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología)

http://www.repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2762/TESIS_FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Organización Mundial de la Salud. (2010). *Estrategia mundial para reducir el uso nocivo del alcohol*. Organización Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud. [https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/Organizacion_Mundial_de_la_Salud_-OMS-\(2010\)_Estrategia_mundial_para_reducir_el_uso_nocivo_del_alcohol.pdf](https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/Organizacion_Mundial_de_la_Salud_-OMS-(2010)_Estrategia_mundial_para_reducir_el_uso_nocivo_del_alcohol.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Guía de Bolsillo de la Clasificación CIE-10* (Editorial médica panamericana (ed.); 2da ed.).
- Papalia, D., & Martorell, G. (2017). *Desarrollo humano*. McGrawHill Education (Ed.), Mc Gran Hill Education (Decimoterc, Vol. 13).
- Pedrosa, I., Suárez-Álvarez, J., & García-Cueto, E. (2013). Evidencias sobre la validez de contenido Avances teóricos y métodos para su estimación. *Acción Psicológica*, 10(2), 3–18. <https://scielo.isciii.es/pdf/acp/v10n2/02monografico2.pdf>
- Piñas, A., & Chivato, T. (2020). *Las adicciones de ayer y hoy: Hacia un enfoque humanista en el tratamiento de las adicciones*. Google-Libros. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=AKsSEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=explicacion+desde+el+enfoque+humanista+sobre+la+adiccion&ots=q8WiE1S64&sig=bpsA-nvXMaEcOO7ucqde3NsaRl4#v=onepage&q=explicacion desde el enfoque humanista sobre la adiccion&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=AKsSEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=explicacion+desde+el+enfoque+humanista+sobre+la+adiccion&ots=q8WiE1S64&sig=bpsA-nvXMaEcOO7ucqde3NsaRl4#v=onepage&q=explicacion+desde+el+enfoque+humanista+sobre+la+adiccion&f=false)
- Prieto, J., & Moreno, A. (2015). Las redes sociales ¿una nueva adicción? *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 24(2), 149–155. [https://eprints.ucm.es/id/eprint/37620/1/Las redes sociales de internet. Una nueva adicción.pdf](https://eprints.ucm.es/id/eprint/37620/1/Las_redes_sociales_de_internet._Una_nueva_adiccion.pdf)
- Quiceno, M., & Vinaccia, S. (2007). La Adicción Al Trabajo “Workaholism.” *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 16(2), 135–142. <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281921793004.pdf>
- Quiñones, M. (2018). *Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo* [Universidad Privada Antenor Orrego]. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) http://200.62.226.186/bitstream/20.500.12759/4371/1/RE_PSICOL_MARILI.QUINONES_PROCRASTINACION.Y.ADICCIÓN_DATOS.PDF
- Ramos, R. (2020). *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de la academia pre universitaria Pitágoras de Pueblo Libre, 2019* [Universidad Peruana Los Andes]. In Repositorio Universidad Peruana Los Andes. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1937/TESIS>

FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Ribes, E. (2012). Skinner y la psicología: lo que hizo, lo que no hizo y lo que nos corresponde hacer. *Apuntes de Psicología*, 30(1), 77–91. <https://apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/394/314>
- Rojas-Jara, C., Henríquez, F., Sanhueza, F., Núñez, P., Inostroza, E., Solís, A., & Contreras, D. (2018). Adicción a Internet y uso de redes sociales en adolescentes: una revisión. *Revista Española de Drogodependencias*, 43(4), 39–54. <https://www.aesed.com/upload/files/v43n4-2-rrss.pdf>
- Salas, E., & Escurra, M. (2014). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75–90. https://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/2014_Actitudes_discapacidad_universitarios_p._37-60_.pdf#page=75
- Salvador, D. (2016). *Bienestar psicológico y habilidades sociales en alumnos de primer grado de nivel secundaria de una institución educativa particular de Trujillo* [Universidad Privada Antenor Orrego]. (Tesis para obtener la licenciatura en psicología) https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/1971/1/RE_PSICO_DIEGO.SALVADOR_BIENESTAR.PSICOLOGICO_HABILIDADES.SOCIALES_DATOS.pdf
- Saunders, J. (2017). *Substance use and addictive disorders in DSM-5 and ICD 10 and the draft ICD 11*. Current Opinion in Psychiatry. https://journals.lww.com/psychiatry/Abstract/2017/07000/Substance_use_and_addictive_disorders_in_DSM_5_and.2.aspx
- Tomas, A. (1995). *Manual de calificación y diagnóstico de la lista de lista de chequeo de habilidades sociales*. https://www.academia.edu/36913711/MANUAL_DE_CALIFICACIÓN_Y_DIAGNÓSTICO_DE_LA_LISTA_DE_LISTA_DE_CHEQUEO_DE_HABILIDADES_SOCIALES

Anexo 1. Matriz de Consistencia

Título del proyecto: Sintomatología de adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022

Autoras: Deysi Parraguez y Fabiola Salas

Problema de investigación	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Método
Problema general: ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?	Objetivo general: Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022	Hipótesis: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022	V1: Sintomatología de adicción a redes sociales	Frecuencia de conexión a redes sociales Bajo rendimiento académico Alteración del patrón del sueño	Método: Científico. Método específico: Cuantitativo; Hipotético-Deductivo Tipo de Investigación:
Problemas específicos: P1: ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?	Objetivos específicos: O1: Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022	Hipótesis específicas: H1: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las primeras habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022	V2: Habilidades sociales	Primeras habilidades sociales Habilidades sociales avanzadas Habilidades relacionadas con los sentimientos Habilidades alternativas a la agresión Habilidades para hacer frente al estrés Habilidades de planificación	Básica; Observacional Prospectiva; Transversal y Analítica Nivel de la investigación: Relacional Diseño: No Experimental; Transversal; Correlacional. Población: Finita, Todos los estudiantes de primer ciclo Muestra: Muestreo censal
P2: ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?	O2: Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022	H2: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022			

<p>P3: ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?</p>	<p>O3: Determinar relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022</p>	<p>H3: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades relacionadas con los sentimientos en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022</p>
<p>P4: ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?</p>	<p>O4: Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022</p>	<p>H4: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022</p>
<p>P5: ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?</p>	<p>O5: Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022</p>	<p>H5: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades para hacer frente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022</p>
<p>P6: ¿Qué relación existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022?</p>	<p>O6: Determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022</p>	<p>H6: Existe una relación negativa significativa entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades de planificación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022</p>

Anexo 2. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

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:

Siempre (S)

Casi siempre (CS)

Algunas veces (AV)

Rara vez (RV)

Nunca (N)

N.º	ÍTEMS	RESPUESTA				
		S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					

16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.				
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.				
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.				
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.				
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.				
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.				
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.				
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).				
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.				

**Anexo 3. Lista de Chequeo Conductual de Habilidades Sociales de
Goldstein (LCHS)**

Instrucciones:

A continuación, usted encontrará una lista de habilidades sociales que las personas usan en la dirección social más o menos eficiente, Ud. Deberá determinar cómo usa cada una de esas habilidades, marcando con un aspa (x) en la columna de la derecha y en la fila correspondiente, según el siguiente patrón: marque en la columna...

N Si Ud. Nunca usa esta habilidad

RV Si Ud. Rara vez usa esta habilidad

AV Si Ud. A veces usa esta habilidad

AM Si Ud. A menudo usa esta habilidad

S Si Ud. Siempre usa esta habilidad

Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, no un proceso de pensamiento prolongado. Asegúrese de no omitir alguna pregunta. No hay respuesta “correcta” ni respuesta “incorrecta”. Ahora comiese

N.º	Ítems	Respuestas				
		N	RV	AV	AM	S
	Primeras habilidades sociales					
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?					
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?					
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?					
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?					
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida (o) con ellos por algo que hicieron por ti?					
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?					

7	¿Presentas a nuevas personas con otros (as)?					
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?					
Habilidades sociales avanzadas		N	RV	AV	AM	S
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?					
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?					
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?					
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?					
13	¿Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que sabes que está mal?					
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?					
Habilidades relacionadas con los sentimientos		N	RV	AV	AM	S
15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?					
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?					
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?					
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?					
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?					
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?					
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?					
Habilidades alternativas a la agresión		N	RV	AV	AM	S
22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?					
23	¿Compartes tus cosas con los demás?					
24	¿Ayudas a quien lo necesita?					
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?					
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?					
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?					

28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?					
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?					
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?					
Habilidades para hacer frente al estrés		N	RV	AV	AM	S
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?					
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?					
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?					
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?					
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?					
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?					
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?					
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?					
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?					
40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?					
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?					
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?					
Habilidades de planificación		N	RV	AV	AM	S
43	¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?					
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?					

45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?					
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?					
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?					
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?					
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?					
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?					

Anexo 4. Consentimiento Informado

“Sintomatología de adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de primer ciclo de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022”

Se le invita a ser participante de esta investigación que tiene el objetivo de determinar la relación que existe entre la sintomatología de adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de primer ciclo de una universidad privada de Huancayo, 2022. Por este motivo, usted deberá responder con la mayor honestidad: un formulario con algunos datos personales generales, y dos encuestas, usted podrá tomar el tiempo necesario y es libre de no participar o de dejar de participar si así lo considera. Si decide participar en el estudio tenga en cuenta las siguientes consideraciones:

Riesgos:

La aplicación de estas encuestas no representa ningún riesgo para su salud.

Beneficios:

Se establecerá un diagnóstico institucional acerca de los factores de riesgo y protectores de la salud mental, este permitirá planificar una futura intervención de prevención psicopatológica y promoción de la salud mental en la institución. Los costos serán cubiertos por los investigadores.

Costos y Compensación:

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

Confidencialidad:

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

Declaración y/o consentimiento

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Nombres y Apellidos del participante:

--

Edad**Sexo**

--	--

Fecha:**Investigadores:** BACH. Parraguez Serpa, Deysi Ingrid

BACH. Salas Huamán, Fabiola Zulema

Anexo 5. Validación del cuestionario de adicción a redes sociales

Primer juez

Variable	Dimensiones	ítem	Relevancia	Coherencia	Suficiencia	Claridad
Síntomatología de adicción a redes sociales	Obsesión por las redes sociales	2	4	4	4	4
		3	4	4	4	4
		5	4	4	4	4
		6	4	4	4	4
		7	4	4	4	3
		13	4	4	4	4
		15	4	4	4	4
		19	4	4	4	4
		22	4	4	4	4
		23	4	4	4	4
	Falta de control personal en el uso de redes sociales	4	4	4	4	4
		11	4	4	4	4
		12	4	4	4	4
		14	4	4	4	3
		20	4	4	4	4
		24	4	4	4	4
	Uso excesivo de las redes sociales	1	4	4	4	4
		8	4	4	4	4
		9	4	4	4	3
		10	4	4	4	4
		16	4	4	4	3
		17	4	4	4	4
		18	4	4	4	4
		21	4	4	4	4

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: **SI (x) NO ()**

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JURADO: Rojas Torres Arquimides (CCPs: 47503)



Firma

Segundo juez

Variable	Dimensiones	Nº	Ítems	Relevancia	Coherencia	Suficiencia	Claridad	
Síntomatología de adicción a redes sociales	Obsesión por las redes sociales	2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	4	
		3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	4	4	4	4	
		5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	4	4	4	4	
		6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4	
		7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4	
		13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	4	
		15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	4	4	4	4	
		19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	4	
		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.	4	4	4	2	
		23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	4	4	4	4	
		Falta de control personal en el uso de redes sociales	4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	4	4	4
			11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	4	4	4	3
			12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4

Uso excesivo de las redes sociales	14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	4	4	4	4
	20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	4
	24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	2
	1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	4
	8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	4	4	3	4
	9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	4	4
	10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	4
	16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	4	4	4	4
	17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	4
	18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	4	4	4	4
	21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	4

¿Hay alguna dimensión o ítem que tiene observación (es)? SI (X) NO () En caso de Sí, ¿Qué ítems son y cuales con las observaciones?

Ítem 22: redacción

Ítem 24: describir mejor a que se refiere con intensidad y frecuencia según la población a la que será aplicada.

Ítem 8: Su gusto mejor a la primera dimensión.

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ()

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JURADO:


 Dr. Priscila K. Arroyo Nájera
 Psicóloga y Socióloga 19937

Tercer Juez

Variable	Dimensiones	N°	Ítems	Relevancia	Coherencia	Suficiencia	Claridad	
Sintomatología de adicción a redes sociales	Obsesión por las redes sociales	2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	1	1	1	1	
		3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	1	1	1	1	
		5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	1	1	1	1	
		6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	1	1	1	1	
		7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	1	1	1	1	
		13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	1	1	1	1	
		15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	1	1	1	1	
		19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	1	1	1	1	
		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.	1	1	1	1	
		23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	1	1	1	1	
		Falta de control personal en el uso de redes sociales	4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	1	1	1	1
			11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	2	1	1	1
			12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	1	1	1	1

Uso excesivo de las redes sociales	14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	1	1	1	1
	20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	1	1	1	1
	24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	1	1	1	1
	1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	1	1	1	1
	8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	1	1	1	1
	9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	1	1	1	1
	10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	1	1	1	1
	16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	1	1	1	1
	17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	1	1	1	1
	18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	1	1	1	1
	21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	1	1	1	1

¿Hay alguna dimensión o ítem que tiene observación (es)? SI () NO (X) En caso de SI, ¿Qué ítems son y cuales con las observaciones?

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI () NO (X)

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JURADO: CASTRO GULOPIO, SHEILA SOFIA


S. Sofia Castro Gulopio
psicóloga
C.P.S.P. 20720

Firma y Sello

**Anexo 6. Cálculo del coeficiente de valides de contenido del cuestionario
de adicción a las redes sociales**

Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Sx1	Mx	CVCi	Pei	CVct
2	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
3	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
5	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
6	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
7	15	16	16	47	2.94	0.98	0.04	0.94
13	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
15	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
19	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
22	16	14	14	44	2.75	0.92	0.04	0.88
23	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
4	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
11	16	15	14	45	2.81	0.94	0.04	0.90
12	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
14	15	15	16	46	2.88	0.96	0.04	0.92
20	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
24	16	14	14	44	2.75	0.92	0.04	0.88
1	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
8	16	15	15	46	2.88	0.96	0.04	0.92
9	15	16	16	47	2.94	0.98	0.04	0.94
10	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
16	15	15	16	46	2.88	0.96	0.04	0.92
17	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
18	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
21	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
							PROMEDIO DEL INSTRUMENTO	0.946

Anexo 7. Validación de la lista de chequeo de habilidades sociales

Primer Juez

Variable	Dimensiones	Nº	Relevancia	Coherencia	Suficiencia	Claridad
Habilidades sociales	Primeras habilidades sociales	1	4	4	4	4
		2	4	4	4	4
		3	4	4	4	4
		4	4	4	4	4
		5	4	4	4	4
		6	4	4	4	4
		7	4	4	4	4
		8	4	4	4	4
	Habilidades sociales avanzadas	9	4	4	4	4
		10	4	4	4	4
		11	4	4	4	4
		12	4	4	4	4
		13	4	4	4	4
		14	4	4	4	4
	Habilidades relacionados con los sentimientos	15	4	4	4	4
		16	4	4	4	4
		17	4	4	4	4
		18	4	4	4	4
		19	4	4	4	4
		20	4	4	4	4
	Habilidades alternativas a la agresión	21	4	4	4	4
		22	4	4	4	4
		23	4	4	4	4
		24	4	4	4	4
		25	4	4	4	4
		26	4	4	4	4
		27	4	4	4	4
		28	4	4	4	4
		29	4	4	4	4
		30	4	4	4	4
	Habilidades para hacer frente al estrés	31	4	4	4	4
		32	4	4	4	4
		33	4	4	4	4
		34	4	4	4	4
		35	4	4	4	4
		36	4	4	4	4
		37	4	4	4	4
		38	4	4	4	4
		39	4	4	4	4

		40	4	4	4	4
		41	4	4	4	4
		42	4	4	4	4
	Habilidades de planificación	43	4	4	4	4
		44	4	4	4	4
		45	4	4	4	4
		46	4	4	4	4
		47	4	4	4	4
		48	4	4	4	4
		49	4	4	4	4
		50	4	4	4	4

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: **SI** (x) **NO** ()

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JURADO: Rojas Torres Arquimides (CCPs:
47503)



Firma y Sello

Segundo Juez

Variable	Dimensiones	Nº	Ítems	Relevancia	Coherencia	Suficiencia	Claridad
Habilidades sociales	Primeras habilidades sociales	1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	4	4	4	4
		2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	4	4	4	4
		3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	4	4	4	4
		4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	4	4	4	4
		5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida (o) con ellos por algo que hicieron por ti?	4	4	4	4
		6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	4	4	4	4
		7	¿Presentas a nuevas personas con otros (as)?	4	4	4	4
		8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	4	4	4	4
	Habilidades sociales avanzadas	9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	4	4	4	4
		10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	4	4	4	4
		11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	4	4	4	4

Habilidades relacionados con los sentimientos	12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	4	4	4	4
	13	¿Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que sabes que está mal?	4	4	4	4
	14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	4	4	4	4
	15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	4	4	4	4
	16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	4	4	4	4
	17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	4	4	4	4
	18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	4	4	4	4
	19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	4	4	4	4
	20	¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	4	4	4	4
	21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	4	4	4	4
Habilidades alternativas a la agresión	22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	4	4	4	4

	23	¿Compartes tus cosas con los demás?	4	4	4	4
	24	¿Ayudas a quien lo necesita?	4	4	4	4
	25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	4	4	4	4
	26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	4	4	4	4
	27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	4	4	4	4
	28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	4	4	4	4
	29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	4	4	4	4
	30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	4	4	4	4
Habilidades para hacer frente al estrés	31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	4	4	4	4
	32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	4	4	4	4
	33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	4	4	4	4

	34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	4	4	4	4
	35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentarte mejor en esa situación?	4	4	4	4
	36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	4	4	4	4
	37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	4	4	4	4
	38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	4	4	4	4
	39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	4	4	4	4
	40	¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	4	4	4	4
	41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	4	4	4	4

Habilidades de planificación	42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	4	4	4	4
	43	¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?	4	4	4	4
	44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	4	4	4	4
	45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	4	4	4	4
	46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrias realizar antes de comenzar una tarea?	4	4	4	4
	47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	4	4	4	4
	48	¿Determinas de forma realista cual de tus numerosos problemas es el más importante y cual debería solucionarse primero?	4	4	4	4
	49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	4	4	4	4
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	4	4	4	4	

¿Hay alguna dimensión o ítem que tiene observación (es)? SI () NO (X) En caso de Sí, ¿Qué ítems son y cuáles con las observaciones?

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI () NO (X)

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JURADO:


 P. Priscilla K. Arroyo Acosta
 CPAE 1987
 Firma y Sello

Tercer Juez

Variable	Dimensiones	Nº	Ítems	Relevancia	Coherencia	Suficiencia	Claridad
Habilidades sociales	Primeras habilidades sociales	1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	4	4	3	4
		2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	4	4	4	4
		3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	4	4	4	4
		4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	4	4	4	4
		5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida (o) con ellos por algo que hicieron por ti?	4	4	4	4
		6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	4	4	4	4
		7	¿Presentas a nuevas personas con otros (as)?	4	3	4	4
		8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	4	3	4	4
	Habilidades sociales avanzadas	9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	4	4	4	4
		10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	4	4	4	4
		11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	4	4	4	4

Habilidades relacionados con los sentimientos	12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	4	4	4	4
	13	¿Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que sabes que está mal?	4	4	4	4
	14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	4	3	4	4
	15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	4	4	4	4
	16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	4	4	4	4
	17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	4	4	4	4
	18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	2*	4	2	4
Habilidades alternativas a la agresión	19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	4	4	4	4
	20	¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	4	4	4	4
	21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	4	4	4	4
	22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	4	4	4	4

	23	¿Compartes tus cosas con los demás?	2	2	1	1
	24	¿Ayudas a quien lo necesita?	2	2	1	1
	25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	1	1	1
	26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	1	1	1
	27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	1	1	1
	28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	1	1	1
	29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	1	1	1
	30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	1	1	1
Habilidades para hacer frente al estrés	31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	1	1	1
	32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	1	1	1
	33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	1	1	1

	34	¿Haces algo* que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	1	1	1
	35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentarte mejor en esa situación?	1	1	1	1
	36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	2	1	1	1
	37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	1	1	1
	38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	1	1	1
	39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	1	1	1
	40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada (o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	1	1	2
	41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	1	1	1

Habilidades de planificación	42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	4	4
	43	¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?	4	4	4	4
	44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	4	4	4	4
	45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	2	1	4	4
	46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	4	4	4	4
	47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	4	4	4	4
	48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	4	4	4	4
	49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	4	4	4	4
	50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	4	4	4	4

¿Hay alguna dimensión o ítem que tiene observación (es)? SI NO () En caso de Sí, ¿Qué ítems son y cuales con las observaciones?

Algunos ítems pueden incluir el concepto de una dimensión (reservada)
 Existen ítems que requieren de modificaciones respecto al orden de palabras y obviar otras.

DECISIÓN DEL EXPERTO: El instrumento debe ser aplicado: SI NO ()

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JURADO: CASTRO GULOGIO, SHEYLA SOFIA



S. Sheyla Castro Gulogio
 PSICÓLOGA
 C. P. P. 37728

Firma y Sello

**Anexo 8. Cálculo del coeficiente de valides de contenido de la lista de
chequeo de habilidades sociales**

Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Sx1	Mx	CVCi	Pei	CVct
1	16	16	15	47	2.94	0.98	0.04	0.94
2	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
3	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
4	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
5	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
6	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
7	16	16	15	47	2.94	0.98	0.04	0.94
8	16	16	15	47	2.94	0.98	0.04	0.94
9	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
10	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
11	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
12	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
13	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
14	16	16	15	47	2.94	0.98	0.04	0.94
15	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
16	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
17	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
18	16	16	12	44	2.75	0.92	0.04	0.88
19	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
20	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
21	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
22	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
23	16	16	12	44	2.75	0.92	0.04	0.88
24	16	16	12	44	2.75	0.92	0.04	0.88
25	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
26	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
27	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
28	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
29	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
30	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
31	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
32	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
33	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
34	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
35	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
36	16	16	11	43	2.69	0.90	0.04	0.86
37	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
38	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
39	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
40	16	16	14	46	2.88	0.96	0.04	0.92

41	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
42	16	16	11	43	2.69	0.90	0.04	0.86
43	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
44	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
45	16	16	11	43	2.69	0.90	0.04	0.86
46	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
47	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
48	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
49	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
50	16	16	16	48	3.00	1.00	0.04	0.96
							PROMEDIO DEL INSTRUMENTO	0.949

Anexo 9. Solicitud de autorización para la institución



"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Huancayo 24 de Agosto 2022.

Ps. Jorge Antonio Salcedo Chuquimantari
Director de la Carrera de Psicología de la Universidad Continental

Por la presente, deseando que usted y sus seres queridos se encuentren bien de salud, nos presentamos Fabiola Zulema Salas Huaman con DNI 47344933 y Deysi Ingrid Parraguez Serpa con DNI 71528216, bachilleres en Psicología de la Universidad Continental que nos encontramos planteando una investigación para la obtención de grado de licenciatura mediante el estudio siguiente:

"Síntomatología de adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada en Huancayo 2022"

Por lo cual nos dirigimos a su despacho con el debido respeto para **solicitar el permiso para el desarrollo de dicho estudio en la facultad que dirige, lo cual incluye la aplicación de instrumentos psicológicos en los alumnos de primer ciclo.** Esta actividad científica se aplicará (**Setiembre - octubre**) y se encuentra dirigida a los estudiantes del primer ciclo. Esto permitirá, si los resultados lo indican, la elaboración e implementación de un programa de intervención educativo a futuro.

De este modo agradeceríamos que, si se acepta la solicitud, se extienda un documento de autorización para fines de formalidad y sobre todo de evidencia para nuestra universidad de esta actividad científica en la facultad que Ud. dirige.

Desde ya expresamos el agradecimiento de su disposición y expresar la más alta consideración y estima.

Atentamente.

Firma inv. 1

Firma inv. 2

Anexo 10. Carta de autorización de la institución

Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Huancayo, 09 de septiembre de 2022

Salas Huamán Fabiola
Parraguez Serpa Deysi

Bachilleres

De mi consideración:

Es grato dirigirme a ustedes para expresarle mi saludo cordial, y a la vez autorizarles para poder realizar la siguiente investigación según detalle:

Nombre del proyecto de tesis: **"Síntomatología de adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de psicología de una u**

Instrumentos a utilizar:

Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)
Lista de chequeo conductual de habilidades sociales de Golstein (LCHS)

Población donde se aplicarán los instrumentos: **Estudiantes 1er ciclo Universidad Continental.**

Finalmente, comunicar que los estudiantes se comprometen a cumplir con las buenas prácticas de investigación y de ética.

Agradecido por la atención a la presente para su aprobación.

Atte.



Ma. Jorge Salcedo Chuquimantari
Director de la EAP de Psicología de la Universidad Continental

Anexo 11. Oficio de aprobación de comité de ética

Universidad
Continental

Huancayo, 26 de septiembre de 2022

OFICIO N° 197-2022-CE-FH-UC

Señoras:

**PARRAGUEZ SERPA, DEYSI INGRID
SALAS HUAMÁN, FABIOLA ZULEMA**

Presente

EXP. 197- 2022

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarle cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: **"SINTOMATOLOGÍA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2022"** ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

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

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

Atte,



Claudia Ríos Cotafe
Comité de Ética en Investigación
Facultad de Humanidades
Presidenta
Universidad Continental

Anexo 12. Fotos de la aplicación de instrumentos











