

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

***Phubbing* y valores orientados al progreso en
estudiantes de Psicología de una universidad
privada de Huancayo, 2023**

Yesenia Milagros Soto Rivera
Saira Mishelle Condor Oscanoa

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2024

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 : Eliana Carmen Mory Arciniega
Decano de la Facultad de Humanidades

DE : Luis Centeno Ramírez
Asesor de tesis

ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de tesis

FECHA : 6 de Marzo de 2024

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarla y en vista de haber sido designado asesor de la tesis titulada: "**PHUBBING Y VALORES ORIENTADOS AL PROGRESO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO - 2023**", perteneciente a las estudiantes **YESSENIA MILAGROS SOTO RIVERA - SAIRA MISHALLE CONDOR OSCANO**, 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 20 % 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,



Luis Centeno Ramírez
Asesor de tesis

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Yessenia Milagros Soto Rivera, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 70414144, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada: "PHUBBING Y VALORES ORIENTADOS AL PROGRESO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO - 2023", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciado 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.

06 de Marzo de 2024.

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Saira Mishelle Condor Oscanoa, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 70178709, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada: "PHUBBING Y VALORES ORIENTADOS AL PROGRESO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO - 2023", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciado 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.

06 de Marzo de 2024.

Tesis final - Condor - Soto

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	20%	5%	%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	7%
2	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	<1%
9	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1%

10	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	repositorio.ulasamericas.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
12	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	repositorio.ulc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	vsip.info Fuente de Internet	<1 %
17	repositorio.unp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
18	repositorio.upeu.edu.pe:8080 Fuente de Internet	<1 %
19	docplayer.es Fuente de Internet	<1 %
20	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
21	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

22 "Guía para el seguimiento del desarrollo infantil en la práctica pediátrica. Resumen", Archivos Argentinos de Pediatría, 2017
Publicación <1 %

23 repositorio.uladech.edu.pe
Fuente de Internet <1 %

24 repositorio.utn.edu.ec
Fuente de Internet <1 %

25 www.researchgate.net
Fuente de Internet <1 %

26 repositorio.unsaac.edu.pe
Fuente de Internet <1 %

27 search.bvsalud.org
Fuente de Internet <1 %

28 www.businessempresarial.com.pe
Fuente de Internet <1 %

29 www.grafiati.com
Fuente de Internet <1 %

30 repositorio.udh.edu.pe
Fuente de Internet <1 %

31 repositorio.uncp.edu.pe
Fuente de Internet <1 %

32 repositorio.undac.edu.pe
Fuente de Internet <1 %

33	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
34	repositorio.utesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
35	www.revistavertex.com.ar Fuente de Internet	<1 %
36	Pedro González Angulo. "Modelo explicativo de factores protectores socio ecologicos del consumo de alcohol en jóvenes universitarios", Universidade de Sao Paulo, Agencia USP de Gestao da Informacao Academica (AGUIA), 2022 Publicación	<1 %
37	idoc.pub Fuente de Internet	<1 %
38	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
39	revistas.uncp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
40	1library.co Fuente de Internet	<1 %
41	prezi.com Fuente de Internet	<1 %
42	www.cop.es Fuente de Internet	<1 %

43	dspace.ucuenca.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
44	repositorio.konradlorenz.edu.co Fuente de Internet	<1 %
45	repositorio.unas.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
46	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
47	www.semanticscholar.org Fuente de Internet	<1 %
48	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	<1 %
49	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
50	www.japonenespanol.com Fuente de Internet	<1 %
51	www.produsa.es Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 10 words

Excluir bibliografía

Activo

DEDICATORIA

A Dios, Todopoderoso, quien es mi guía constante.

A mi familia, por su comprensión, cariño y soporte.

A mis educadores y compañeros, por su invaluable y constante apoyo en este importante proceso para mí.

Saira.

A Dios, Nuestro Señor, quien es el autor de mi vida.

A mi familia, por ser el necesario soporte e inagotable fuente de apoyo para alcanzar mis metas.

Yessenia.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por permitirnos ser parte de este gran logro, también agradecemos su fortaleza y por bendecir nuestro camino. También a nuestra familia y, también, por su apoyo incondicional.

A nuestros docentes, por compartir sus conocimientos y experiencia con nosotras. Asimismo, agradecer a las personas que nos dieron su apoyo en esta presente investigación.

RESUMEN

En este trabajo se planteó el problema de investigación ¿Cuál es la relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?, y el objetivo fue determinar la relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de primer ciclo de psicología de una casa de estudios superiores de Huancayo, 2023. La metodología fue cuantitativa, básica, transversal y descriptivo-correlacional. Se realizó un censo de 446 universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología. Se administró una escala de phubbing de Cumpa y un cuestionario de valores orientados al desarrollo (VQ). Los hallazgos evidenciaron que no existe un vínculo entre el phubbing y los valores orientados al desarrollo en estos estudiantes. Se concluyó que la conducta de ignorar a otras personas por usar el celular no tiene relación con los ideales individuales que producen motivación y satisfacción.

Palabras clave: phubbing, valores orientados al desarrollo, valores

ABSTRACT

In this work, the research problem was posed: What is the relationship between phubbing and progress-oriented values in psychology students at a private university in Huancayo, 2023? and the objective of determining the relationship between phubbing and progress-oriented values in first-cycle psychology students from a higher education institution in Huancayo, 2023. The methodology was quantitative, basic, transectional and descriptive-correlational. A census of 446 first-cycle university students studying psychology was carried out. A Cumpa phubbing scale and a development-oriented values (VQ) questionnaire were administered. The findings showed that there is no link between phubbing and development-oriented values in these students. It was concluded that the behavior of ignoring other people for using the cell phone has no relationship with the individual ideals that produce motivation and satisfaction.

Keywords: phubbing, values-oriented development, values

ÍNDICE

PORTADA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	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 Planteamiento del problema	15
1.2 Formulación del problema	17
1.2.1 Problema general	17
1.2.2 Problemas específicos	17
1.3 Objetivos de la investigación	17
1.3.1 Objetivo general	17
1.3.2 Objetivos específicos	18
1.4 Hipótesis	18
1.4.1 Hipótesis general	18
1.4.2 Hipótesis específicas	18
1.5 Variables	19
1.6 Justificación e importancia de la investigación	20
1.6.1 Justificación teórica	20

1.6.2	Justificación práctica.....	20
1.6.3	Justificación metodológica.....	21
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....		22
2.1	Antecedentes.....	22
2.1.1	Antecedentes internacionales.....	22
2.1.2	Antecedentes nacionales.....	25
2.1.3	Antecedentes locales.....	27
2.2	Bases teóricas.....	30
2.2.1	Definición de phubbing.....	30
2.2.2	Elementos del phubbing.....	31
2.2.3	Antecedentes del uso del celular.....	31
2.2.4	Ventajas del uso del celular inteligente.....	32
2.2.5	Desventajas del uso del celular inteligente.....	32
2.2.6	Características de los celulares inteligentes.....	33
2.2.7	Implicaciones del phubbing en adolescentes.....	34
2.2.8	Predictores del phubbing en adolescentes.....	34
2.2.9	Dimensiones del phubbing.....	35
2.2.10	Teoría de la dependencia al celular.....	36
2.2.11	Definición de valores orientados al progreso.....	37
2.2.12	Fundamentos teóricos que sustentan el concepto de valor.....	38
2.2.12.1	Conductismo y conductas gobernadas por reglas.....	38
2.2.12.2	Interconductismo.....	41
2.2.12.3	Contextualismo funcional.....	44
2.2.12.4	Teoría de los marcos relacionales (TMR).....	45
2.2.12.5	Terapia de aceptación y compromiso (ACT).....	47

2.3	Definición de términos básicos.....	49
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA.....		50
3.1	Método de investigación.....	50
3.2	Tipo de investigación.....	50
3.2.1	Según el propósito extrínseco de la investigación	50
3.2.2	Según el enfoque.....	50
3.2.3	Según la planificación de la toma de datos	51
3.2.4	Según número de mediciones de las variables.....	51
3.2.5	Diseño de investigación	51
3.2.6	Nivel de investigación.....	52
3.3	Población	52
3.4	Muestra	52
3.4.1	Criterios de inclusión	52
3.4.2	Criterios de exclusión	52
3.5	Técnica de recolección de datos	53
3.6	Instrumentos	53
3.7	Descripción de análisis de datos	56
3.8	Aspectos éticos del estudio	57
CAPÍTULO IV. RESULTADOS		58
4.1	Resultados descriptivos	58
4.1.1	Descriptivos sociodemográficos	58
4.1.2	Descriptivos de las variables de estudio	61
4.2	Prueba de normalidad	63
4.3	Resultado inferencial	63
4.3.1	Prueba de hipótesis general.....	64

4.3.2	Prueba de hipótesis específica 1	65
4.3.3	Prueba de hipótesis específica 2	66
4.3.4	Prueba de hipótesis específica 3	68
4.4	Discusión	69
	CONCLUSIONES.....	74
	RECOMENDACIONES	75
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	76

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Etapas de la aplicación de ACT.....	48
Tabla 2.	Frecuencias según la cantidad de participantes según sexo.....	58
Tabla 3.	Frecuencias según el tipo de colegio de los participantes	60
Tabla 4.	Frecuencias según con quiénes viven los participantes.....	60
Tabla 5.	Frecuencias según el nivel de phubbing	61
Tabla 6.	Frecuencias según el nivel de valores de progreso.....	62
Tabla 7.	Prueba de normalidad K-S.....	63
Tabla 8.	Correlación entre phubbing y valores de progreso	64
Tabla 9.	Correlación entre dependencia y valores de progreso	66
Tabla 10.	Correlación entre relaciones interpersonales y valores de progreso.....	67
Tabla 11.	Correlación entre ansiedad-insomnio y valores de progreso.....	68

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.	Triple relación de contingencia del phubbing	36
Figura 2.	Segmento conductual.....	42
Figura 3.	Contingencias de ocurrencia y función dentro de la triple relación de contingencia.....	43
Figura 4.	Edad de los participantes	59
Figura 5.	Tipo de colegio de los estudiantes	59
Figura 6.	Estructura familiar de los participantes	60
Figura 7.	Nivel de phubbing.....	61
Figura 8.	Valores orientados al progreso	62
Figura 9.	Dispersión de datos entre phubbing y valores orientados al progreso.....	65
Figura 10.	Dispersión de datos entre dependencia y valores orientados al progreso.....	66
Figura 11.	Dispersión entre las relaciones interpersonales y valores de progreso.....	67
Figura 12.	Dispersión entre ansiedad-insomnio y los valores de progreso.....	69

INTRODUCCIÓN

El phubbing es la conducta de ignorar a otras personas por el uso del teléfono celular (Cumpa, 2017). Esto podría generar problemas en las interacciones sociales de las personas que lo hacen, denominados phubbers (Chotpitayasunondh, & Douglas, 2016). Asimismo, el uso desmedido del móvil puede relacionarse a la adicción de redes sociales (Abbasi, 2019), en el ámbito laboral reduce el rendimiento de los colaboradores y la confianza que generan en los jefes (Roberts, & David, 2017), este uso desmedido de celulares incrementa la probabilidad de accidentes sobre todo en jóvenes (Fernández et al., 2020). Por otro lado, se han reportado dificultades de pareja por este motivo (Al-Saggaf et al., 2019).

Si bien es cierto, que el uso de celulares puede ser de mucha utilidad para las personas en general, y en especial para los estudiantes, también se observa formas de relación persona-celular inadecuadas y perjudiciales. Por este motivo, es importante conocer la manera en que la psicología podría abordar esta problemática en poblaciones estudiantiles. Es así, cómo se plantea la variable valores orientados hacia el progreso, como una posible forma de reducir el phubbing y mejorar los vínculos interpersonales valiosos.

Los valores orientados al desarrollo son una hoja de ruta para seguir una vida orientada hacia un ideal o propósito (Barraca, 2007) y realización individual (Ruiz et al., 2012). Una persona que tenga como valor principal las relaciones interpersonales podrán dejar de ignorar a las personas por el uso de su celular (phubbing). Álvarez-Cabrera et al. (2021) encontraron un vínculo entre la nomofobia y el phubbing, asimismo encontró que los hombres puntuaban más que las mujeres. Hernández et al. (2021) encontró que al menos el 30 % de estudiantes de su población de estudio usaba el celular para fines

personales durante la clase, además el phubbing se vinculó con el turno de estudios, la clase de estudiante y las relaciones de pareja. Álvarez y Moral (2020) hallaron que la utilización problemática del celular y redes sociales son predictores del phubbing, asimismo encontró que cogniciones de autocontrol se vincula de manera negativa con la disrupción comunicacional.

Alcachuaman y Andía (2021) encontraron que 54 % de los estudiantes de su estudio alcanzaron un nivel medio de phubbing, asimismo el bienestar psicológico se relacionó de manera inversa con el phubbing. Por otro lado, Durand (2021) encontró que 43,5 % de los universitarios de su estudio tenían un nivel medio de phubbing. Vicente (2020) encontró que el 44,3 % de los universitarios de su estudio obtuvieron un nivel medio de phubbing. Miraval y Rojas (2019) hallaron una correlación positiva entre phubbing y valores personales en psicólogos en formación. Así mismo, Castillo y Quispe (2021) concluyeron que el phubbing es perjudicial para la vida social, Ramos y Rivera (2020) encontraron una correlación inversa entre phubbing y competencias sociales. Por último, García (2020) encontró que 95,2 % de estudiantes de psicología no mostraban adicción a redes sociales.

La relevancia profesional del estudio radicó en la identificación de posibles factores efectivos para reducir el phubbing, como los valores orientados hacia el progreso, los cuales podrían implementarse en programas de intervención de corte preventivo. La relevancia académica fue la producción de conocimiento acerca de la relación que existe entre el phubbing y sus dimensiones y los valores orientados al progreso, lo cual será publicado y sometido a discusión por otros investigadores. La principal motivación para realizar el estudio fue encontrar factores que permitan predecir y abordar psicológicamente la conducta problemática reciente denominada phubbing en estudiantes universitarios. La metodología fue básica, cuantitativa, transversal y correlacional. Por otro lado, el principal

alcance del estudio fue que los resultados solo se generalizaron a la población, por lo que otros investigadores podrían replicar el estudio. La limitación más importante fue la metodología, la cual nos brinda información relacional, más no causal (Hernández et al., 2014).

El presente trabajo se compone de cuatro capítulos, en el capítulo I se aborda el planteamiento de la problemática, las preguntas, objetivos e hipótesis de investigación, así como la justificación de estudio. En el capítulo II se desarrolla los antecedentes de investigación, las bases teóricas y la definición de términos básicos. En el capítulo III, se detalla la clasificación metodológica de la investigación, la población, la muestra, los instrumentos y la técnica de procesamiento de datos. En el capítulo IV, se muestran los resultados descriptivos sociodemográficos y de variables, así como los resultados inferenciales y las discusiones.

Finalmente, se presentan las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

En el Perú, según una encuesta residencial de servicios de telecomunicaciones (ERESTEL) ejecutada por el Organismo Supervisor de Inversión Privada en Telecomunicaciones (OSIPTEL, 2022), se identificó que los celulares inteligentes se transformaron en un bien prioritario y su demanda en el mercado aumentó durante la pandemia a tal punto que el 88,4 % de viviendas cuenta con este dispositivo. La tasa del uso de *smartphones* aumento en zonas rurales pasando de 39,9 % en 2016 a 70,3 % en el 2021. En Lima la adquisición de este dispositivo aumento 13 puntos porcentuales, llegando en el 2021 a 94,6 %. Así mismo, comparando grupos etarios se evidenció que el incremento más significativo se dio en sujetos de 12 a 17 años, pasando de 37,8 % en el 2016 a 52,1 % en el año 2021.

Asimismo, Alvino (2021) señala que se incrementaron los usuarios a internet hasta 13,4 % del 2020 al 2021 y los perfiles de redes sociales (RS) aumentaron a 12,5 %. Además, la gran mayoría del público peruano utilizan RS a través de teléfonos celulares.

Por otra parte, el porcentaje de acceso a Smartphones según grupo etario se da de la siguiente manera: el 83,1 % de los usuarios entre 25 a 29 años hace uso de un celular

inteligente; mientras que el 81,9 % de las personas entre 18 a 23 años utilizan estos dispositivos (Statista Research Department, 2022).

El uso excesivo del celular afecta el desarrollo socioafectivo y distrae de sus actividades diarias a los jóvenes; por tanto, es necesario evaluar los valores comprendidos como conductas reforzadas por reglas verbales, los cuales son objetivos que nunca se alcanzan (ideales) pero que guían la vida de la persona.

Actualmente, usar el celular y que esto conlleve a ignorar a las personas cercanas tiene el nombre de phubbing, este concepto es entendido por Cumpa (2017), como el efecto de la mala utilización del Smartphone que implica una afectación socioemocional. Esta consecuencia negativa se advierte en la salud psicológica de los estudiantes y daña las relaciones presenciales.

Los valores (desde un punto de vista contextual) son un indicador de bienestar, cada persona tiene metas que se esfuerza por conseguir cada día, éstas pueden ser en el ámbito familiar, académico, laboral, amical etc. Además, los valores se logran con acciones concretas en el presente, sin embargo, si el uso del celular se ha normalizado en la vida diaria, es importante conocer cómo se relaciona con los valores personales, y si está se ve afecta o no. En ese sentido, es necesario formularse cuestionamientos que serán detallados en el siguiente apartado.

Investigar la relación que existe entre el phubbing y los valores permite conocer si las conductas de evitar interactuar con las personas por usar el celular tienen un impacto en las direcciones de vida de los estudiantes. Esto será de mucha importancia para la literatura científica debido a que es el primer estudio que se lleva con estas variables en la ciudad de Huancayo y contribuirá a entender los valores de estudiantes universitarios. Los resultados brindan información acerca de la tasa de estudiantes con phubbing y bajos valores orientados al progreso, los cuales pueden utilizarse para diseñar mejores estrategias de

intervención en personas que tengas problemas para relacionarse de manera presencial y adicción a las redes sociales.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?

1.2.2 Problemas específicos

PE1. ¿Cuál es la relación entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?

PE2. ¿Cuál es la relación entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?

PE3. ¿Cuál es la relación entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

1.3.2 Objetivos específicos

- OE1. Determinar la relación entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.
- OE2. Determinar la relación entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.
- OE3. Determinar la relación entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

1.4 Hipótesis

1.4.1 Hipótesis general

- H0: No existe relación significativa entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.
- H1: Existe relación significativa entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

1.4.2 Hipótesis específicas

- H0: No existe relación significativa entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023

- H1: Existe relación significativa entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023
- H0: No existe relación significativa entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.
- H1: Existe relación significativa entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.
- H0: No existe relación significativa entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.
- H1: Existe relación significativa entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

1.5 Variables

Tabla 1

Variable 1: Phubbing

Conceptualización de la variable: Cumpa (2017) señala que es la conducta de obviar a las personas del entorno por hacer uso de un celular inteligente.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Dependencia	Pérdida de interés, Pérdida de autonomía, Pérdida de control, Abstinencia	2, 4, 12, 13, 15, 19, 22	Alto Medio Bajo
Relaciones interpersonales	Déficit comunicacional	3, 5, 7, 9, 11	
Ansiedad- insomnio	Ansiedad, Cansancio - fatiga	1, 6, 8, 10, 17, 14, 16, 18, 20, 21, 23	

Tabla 2

Variable 2: Valores orientados al progreso

Conceptualización de la variable: Es el mecanismo para orientar una vida digna de ser vivida con un norte (Barraca, 2007). También, son comprendidos como guías para actuar hacia la realización personal (Ruiz et al., 2012).			
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Progreso	Valores que se orientan al progreso	3, 4, 5, 7, 9	No clínico 18-20 puntos Clínico 16-18 puntos

1.6 Justificación e importancia de la investigación

1.6.1 Justificación teórica

El presente trabajo investigativo busca aclarar la relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología, esto contribuye a la comprensión y la forma de cómo se manifiestan las variables en universitarios de la ciudad de Huancayo. Además, al margen de los resultados, el estudio sirve de antecedente para futuras investigaciones que deseen indagar la conducta de phubbing en jóvenes y las variables que la predicen. En el caso de los valores orientados al progreso, el cual se trata de un constructo dentro de la corriente contextual-conductual, los resultados que se obtengan marcaran un inicio en el estudio en la ciudad de Huancayo.

Se trabaja con estudiantes de primer ciclo de psicología debido a que no existe ningún estudio sobre valores orientados al progreso en este grupo etario ni en futuros profesionales de la salud psicológica, así mismo, según los datos de Statista Research Department (2022), una de las poblaciones que más utiliza los dispositivos tecnológicos (81,9 %) se encuentran en edades de 18 a 23 años, rango de edad propio de los primeros años universitarios.

1.6.2 Justificación práctica

La tecnología trae muchos beneficios en la vida de las personas, pero si se hace un uso descontrolado daña las relaciones interpersonales como es el caso del phubbing. Los

resultados del estudio abren el camino a investigaciones aplicadas en caso se halla relación estadística entre los constructos de interés. Así mismo, permite que los alumnos conozcan su nivel de phubbing y valores orientados al progreso, el cual puede emplearse para tomar decisiones a favor de los estudiantes, por ejemplo, programas preventivos y/o promocionales. Los estudiantes, a partir del resultado, pueden realizar conductas de protección frente al uso indebido del smartphone y reflexionar sobre sus valores en la vida. Además, los profesores y personal administrativo directivos tendrán datos valiosos para tomar decisiones en beneficio de los estudiantes y llevar a cabo intervenciones orientadas al desarrollo de hábitos saludables de uso de la tecnología.

1.6.3 Justificación metodológica

La investigación es cuantitativa y se emplea un instrumento construido bajo una perspectiva conductual el cual es Values Questionnaire (VQ), esto abre camino para que investigadores interesados en constructos contextuales - conductuales puedan conocer el instrumento. Los resultados servirán de antecedente para futuras investigaciones con la misma variable. Asimismo, los cuestionarios que se utilizan en la recolectar de los datos se someterán al proceso de validez y confiabilidad; por consiguiente, pueden ser utilizado para futuras investigaciones interesadas en esta variable.

Se trabaja con estudiantes de primer ciclo de psicología debido que el instrumento de valores orientado al progreso no ha sido adaptado para un grupo etario con estas características, por lo que este estudio aporta a la optimización de las propiedades psicométricas del Cuestionario de Valores y se pone a la disposición de profesionales e investigadores interesados en el tema.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes internacionales

Villafuerte-Garzón y Vera-Perea (2019) hicieron un trabajo de investigación con el propósito de comparar el nivel de phubbing según el género. El estudio fue básico, cuantitativo y descriptivo comparativo. Se trabajó con una muestra no probabilística de 3 793 personas pertenecientes a una comunidad educativa de una casa superior de estudios de Quito. Se administró una batería de preguntas creadas para el estudio. Los hallazgos mostraron comportamientos de adicción a las tecnologías de información y comunicación y de phubbing, asimismo se encontraron diferencias de phubbing por género, los hombres tienen mayor uso de tecnologías y mayores problemas que las mujeres. Se concluyó que los hombres tienden a tener mayores comportamientos de phubbing que las mujeres.

Álvarez y Moral (2020) llevaron a cabo el estudio con el objetivo de examinar la utilización problemática que los adolescentes hacen con sus celulares y de las RS y como esto predice la conducta de ignorar a los demás por usar el celular, también se examinó la relación entre estas conductas y los déficits de autocontrol. Se empleó una metodología transversal correlacional multivariada. La muestra fue no probabilística de 285 alumnos

entre 14 y 18 años. Se aplicó el Mobile Phone Problem Use Scale for Adolescents, la Escala de Phubbing, la Escala de Adicción a Redes Sociales y Cuestionario de Autocontrol. Los resultados mostraron un bajo nivel de abuso del celular, asimismo la utilización problemática del celular y redes sociales pronostican la aparición de conductas descritas en el phubbing, también se encontró que las participantes de sexo femenino tuvieron mayor utilización problemática de los celulares y redes sociales, además se halló una relación positiva entre la utilización problemática del teléfono móvil y el phubbing, y este asociado a déficits de autocontrol, en se sentido el empleo de cogniciones relacionadas al autocontrol emocional se relaciona de manera negativa con la interrupción comunicacional. Se concluyó que es necesario promocionar el empleo responsable de las tecnologías de la información y comunicación y mejorar los recursos de comunicación de los adolescentes.

Nina et al. (2020) realizaron una investigación con el propósito de conocer la relación entre el phubbing y la comunicación tecnológica y la calidad de relación de pareja en parejas puertorriqueñas. Se empleó una metodología básica, cuantitativa, no experimental y descriptiva correlacional. Se trabajó con una muestra de 215 personas con distintos tipos de relaciones de parejas con una media de edad de 33 años. Se administró la escala de comunicación tecnológica, la escala de phubbing y la escala de calidad diádica. Los hallazgos revelaron que existe una relación positiva entre el phubbing y la comunicación tecnológica, asimismo se encontró una relación negativa entre el phubbing y la calidad de relación en pareja. Asimismo, se encontraron diferencias de phubbing según la edad. Se concluyó que la forma de comunicarse mediante un Smartphone influye en la vida de las parejas puertorriqueñas.

Álvarez-Cabrera et al. (2021) realizaron un trabajo investigativo con la finalidad de establecer los niveles de las variables de interés en alumnos universitarios de Chile. La

metodología empleada fue básica, cuantitativa, no experimental, correlacional y transaccional. La muestra fue no probabilística de 248 estudiantes de ambos sexos. Se aplicó los instrumentos titulados cuestionario de nomofobia y la escala de phubbing. Los hallazgos señalan que existe una correlación entre la nomofobia y el phubbing, asimismo las participantes de sexo femenino alcanzaron un mayor nivel en la dimensión no poder comunicar de nomofobia. Asimismo, se observaron diferencias por sexo en cuanto a las dimensiones del phubbing, los hombres obtuvieron una media de 134,26, más elevada que las mujeres, en la dimensión alteración de la comunicación, mientras que las féminas obtuvieron una media de 127,08, más elevada que los varones, en obsesión por el teléfono. Se concluyó que ambas variables se presentan y se correlacionan de forma importante en esta población.

Hernández et al. (2021) llevaron a cabo un estudio con el propósito de caracterizar el empleo del celular en alumnos de nivel universitario de México. La metodología fue básica, cuantitativa, descriptiva y transversal. Se construyó un instrumento de phubbing a una muestra de 92 alumnos con 82,1 % de participantes de sexo femenino, entre 20 y 22 años. Los hallazgos mostraron que al menos 30 % de estudiantes emplean el celular en clase, sin permiso del profesor y para abordar temas particulares. Asimismo, la media de la dimensión uso del teléfono fue 3.20, de problemas de uso del celular fue 1,97 y de sentimiento de culpa fue 1,94. También se reportó una asociación entre el phubbing y el turno de estudios, el tipo de alumno y las relaciones amorosas. Se concluyó que el phubbing es un fenómeno adverso para la educación que se presenta de forma importante en la población.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Miraval y Rojas (2019) desarrollaron la investigación que tuvo como meta establecer la relación entre el phubbing y los valores interpersonales de los estudiantes de psicología. El estudio fue básico, cuantitativo, transversal y correlacional. Se empleó una muestra de 163 estudiantes seleccionados de forma probabilística de una población de 283. Se aplicó la escala de phubbing y cuestionario de valores interpersonales (SIV). Los resultados encontraron una relación entre el phubbing y los valores interpersonales ($r=0,19$; $p=0,015$), asimismo los niveles mayoritarios, en las tres dimensiones de phubbing (ansiedad – insomnio, relaciones interpersonales y dependencia), son medios en los participantes. Se concluyó en la existencia de una relación entre el de phubbing y los valores interpersonales.

Vicente (2020) realizó una tesis con el fin de establecer las diferencias del phubbing en estudiantes universitarios. Respecto a la metodología, el estudio fue de tipo no experimental y diseño descriptivo transversal, además la población estuvo constituida por 381 estudiantes de administración de la UNFV y 293 estudiantes de administración de la Universidad Nacional de Cañete que se encontraban matriculados en el periodo académico 2019. El muestreo fue no probabilístico y se contó con la participación de 400 estudiantes de administración (50 % de cada universidad). Para la recolección de datos se empleó la escala de phubbing compuesta por dos subfactores: perturbación de la comunicación y obsesión telefónica. Los hallazgos indicaron que había diferencias muy significativas entre los niveles de phubbing en los estudiantes de ambas universidades públicas de Lima y Cañete. Se observó que el 53,5 % de los participantes obtuvo un nivel bajo de phubbing, 44,3 % nivel medio y 2,3 % alto. Así mismo, no se halló diferencias significativas entre el nivel de phubbing según sexo; sin embargo, si se reportó diferencias con respecto al sexo en la dimensión perturbación de la comunicación y la dimensión

obsesión telefónica. Se concluyó que el tipo de universidad influye en las conductas de phubbing.

Claveriano et al. (2020) realizaron un estudio titulado *El phubbing y las relaciones interpersonales en adolescentes de una institución educativa pública de Huánuco 2019* con el objetivo de determinar la relación entre el phubbing y las relaciones interpersonales. El alcance del trabajo fue descriptivo relacional, tipo aplicada y diseño correlacional. La población estuvo integrada por 111 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, el muestreo fue no probabilístico de tipo censal. Se utilizó la escala de phubbing y el cuestionario de relaciones interpersonales, los cuales arrojaron que, el 47,7 % presentó nivel bajo de phubbing, 42,4 % nivel medio y el 9,9 % alto. En cuanto a las relaciones interpersonales el 53,2 % obtuvo un nivel bueno, el 36 % regular y el 10,8 % malo. Así mismo, se halló relación negativa significativa entre los niveles de phubbing y las relaciones interpersonales ($\rho=-0,485$; $p=0,000$). SE concluye indicando que el aumento de conductas relacionadas al phubbing disminuye la calidad de relaciones interpersonales en los adolescentes de la muestra.

Alcachuaman y Andia (2021) ejecutaron un trabajo de investigación con el propósito de establecer la relación entre la nomofobia, el phubbing y el bienestar psicológico. El estudio fue básico, cuantitativo, no experimental, correlacional y transversal. Se trabajó con una muestra de 387 alumnos de psicología entre 18 a 24 años, ellos se sometieron a la aplicación de una ficha sociodemográfica, la Escala de Dependencia al Móvil, la Escala de Phubbing y el Cuestionario de Bienestar Psicológico. Los hallazgos mostraron que la mayoría (54 %) de estudiantes tuvo un nivel medio de phubbing. Asimismo, la dimensión de bienestar psicológico, aceptación, se relacionó de forma inversa y significativa con el phubbing ($\rho=-0,122$).

Durand (2021), para optar su título de pregrado, realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre phubbing y agresividad en universitarios. La investigación fue de tipo básica, diseño no experimental, descriptivo y correlacional. La población estuvo integrada por 6894 estudiantes de tres universidades de Lima norte. El muestreo fue no probabilístico de tipo intencional y la muestra estuvo constituida por 177 estudiantes. La técnica de recolección fue la encuesta y los instrumentos utilizados fueron la Escala de Phubbing y el Cuestionario de agresividad. Se halló que había relación entre el phubbing y la agresividad ($\rho=0,491$; $p=0,000$); asimismo, con las dimensiones, perturbación de la comunicación ($\rho=0,307$; $p=0,000$) y obsesión telefónica ($\rho=0,379$; $p=0,000$). Respecto a los niveles de phubbing se identificó que el 43,5 % de los participantes presentó un nivel medio de phubbing, 29,4 % nivel alto y 27,1 % bajo. El estudio concluye indicando que mientras mayor es el phubbing, mayor será también la manifestación de conductas agresivas en estudiantes universitarios.

2.1.3 Antecedentes locales

Ramos y Rivera (2020) realizaron una investigación titulada *El Phubbing y las habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa privada de Pasco, 2020*, con la finalidad de establecer la correlación entre el phubbing y las habilidades sociales en una institución de Pasco. La metodología utilizada fue de tipo básica, nivel correlacional y diseño de investigación no experimental transversal. La población estuvo conformada por todos los estudiantes (200) de nivel secundario de la Institución Educativa Privada Francisco Bolognesi. La muestra estuvo constituida por 189 estudiantes de 2do al 5to grado. La técnica que la encuesta y los instrumentos que se aplicó a los participantes fue el Test de dependencia al móvil (Phubbing) y la Escala de habilidades sociales (EHS). Los resultados hallados fueron que el 56,08 % de los estudiantes obtuvieron nivel medio de

phubbing, 25,40 % nivel alto y 18,52 % nivel bajo. En la dimensión abstinencia el 57,14 % presentó nivel medio, 23,81 % nivel bajo y 19,05 % nivel alto. En la dimensión abuso y dificultad en controlar el impulso el 48,68 % presentaron un nivel medio, 29,10 % alto y 22,22 % bajo. En la dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo el 47,09 % indicaron un nivel medio, 27,51 % nivel alto y 25,40 % bajo. En la dimensión tolerancia el 54,50 % obtuvieron nivel medio, 30,69 % nivel bajo y 14,81 % alto. En relación a las habilidades sociales el 78,31 % presentaron un nivel de proceso y el 16,93 % nivel de inicio. Asimismo, se reportó que existe asociación negativa moderada entre las variables ($\rho = -0,509$). Se concluye que los jóvenes de 13 a 17 años mientras más ignoran a las personas que le rodean por usar un Smartphone, disminuyen el nivel de competencias sociales. Además, que la mayoría presenta un nivel medio de phubbing.

García (2020) realizó una tesis titulada *Adicción al celular en estudiantes de la Universidad Continental Huancayo 2019* con la meta de identificar el grado de adicción al celular en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Ingeniería Civil. La metodología fue de enfoque cuantitativo, de tipo básica, nivel descriptivo y diseño no experimental transversal. La población estuvo constituida por 1177 estudiantes universitarios de psicología y 2416 estudiantes universitarios de ingeniería civil. El muestreo fue no probabilístico de conveniencia, y la muestra estuvo constituida por 290 estudiantes de psicología y 332 de ingeniería civil. La técnica empleada fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el test de adicción Móvil. Los resultados manifestaron que el 95,2 % de los participantes de psicología no presentaban adicción a las redes sociales, 3,4 % presentaron ciertos indicios y el 1,4 % si presentaba indicadores de adicción. En relación a la muestra de estudiantes de ingeniería civil el 95,5 % no presento adicción al celular, 2,4 % presenta ciertos indicios y 2,1 % si tenían indicadores de adicción.

Castillo y Quispe (2021) realizaron una tesis titulada *Phubbing y tolerancia a la frustración en estudiantes de la carrera de salud de un instituto público de Pasco – 2022* que tenía como finalidad determinar cómo la conducta de phubbing daña los vínculos amicales y familiares en estudiantes de un instituto. La investigación fue de tipo básica, nivel descriptivo y diseño no experimental transversal. La población estuvo conformada por 144 estudiantes de primer a sexto semestres de la carrera de computación e informática y el muestreo fue censal. La técnica que se utilizó fue la encuesta y los instrumentos empleados fue el Cuestionario para el estudio del Phubbing. Los resultados indicaron que el 46,16 % tenía alterado su convivencia familiar como producto de prestar mayor atención a su celular, el 50,35 % generó incomodidad en los integrantes de su familia por el uso del celular, el 50,35 % se aislaba de su entorno familiar por centrar su atención al celular, el 44,06 % prefería mantener interacciones virtuales por medio de su celular en lugar de conversaciones presenciales, 34,27 % se incomoda cuando le mencionan por el excesivo uso de su celular, 32,87 % usaba su celular cuando realizaban trabajos grupales y 41,95 % usaban su celular en clase. Se concluye que la práctica de phubbing perjudica las relaciones interpersonales de los estudiantes.

Calle (2022) realizó un estudio titulado *Procrastinación académica y dependencia al celular en estudiantes de la escuela profesional de psicología de una universidad privada, Huancayo – 2021* con el objetivo de conocer la relación entre la procrastinación académica y la dependencia al celular. La investigación fue básica, tipo relacional y diseño no experimental transaccional. La población fue de 1800 personas y la muestra fue de 450, el tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia. Los instrumentos utilizados fueron la escala de procrastinación académica (EPA) y el test de dependencia al móvil (TDM). Los resultados indicaron que el 72,89 % obtuvo un nivel medio de procrastinación y el 75,78 % un nivel medio de dependencia al celular. En relación al resultado inferencial

se halló que existe relación significativa entre la procrastinación académica y la dependencia al celular ($\rho=0,641$; $p=0,000$). Se concluyó indicando que a medida que aumenta el uso patológico del celular incrementa la manifestación de conductas de procrastinación.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Definición de phubbing

El efecto que causa el uso excesivo y el mal empleo de las tecnologías generan una pérdida de sensibilidad y reducción del valor del proceso de comunicación. Este fenómeno es conocido como phubbing que significa ignorar a las personas por prestar atención a una tecnología portátil como lo es el celular o tableta (Hernández et al., 2021). Es un fenómeno reciente, que es producto del avance de la tecnología en la comunicación.

Para Karadağ et al. (2015), el phubbing es el estado en el que una persona observa su teléfono en una conversación con otras personas, prestando mucha atención al teléfono móvil y reduciendo la comunicación interpersonal. Así mismo, Cizmeci (2017) indica que es el acto por el que los celulares llevan a los individuos a ignorar la comunicación interpersonal con las personas que están a su lado. El desarrollo de celulares inteligentes en el campo de la comunicación busca aumentar el intercambio de información y de vincularse con los sujetos de la lejanía, sin embargo se observa algunas consecuencias colaterales que perjudican la comunicación cara a cara.

Las definiciones mencionadas son parecidas, todas reconocen que se trata de una conducta de obviar la presencia de los otros de manera intencionada o no en contextos de vinculación interpersonal. Así mismo, se puede notar que la conducta de ignorar a los demás es una forma de segregación y descuido social que se utiliza para interrumpir relaciones sociales generadas por el uso del celular.

2.2.2 Elementos del Phubbing

El phubbing consiste en utilizar el celular en un ambiente interpersonal con al menos dos sujetos, y enfocarse en el dispositivo en vez de las personas presentes. En este fenómeno psicológico se identifican dos roles bien diferenciados, “phubber” y “phubbee”. Un phubber es aquella persona que presta atención a su smartphone y no presta atención a la situación social, y un phubbee es la persona que es ignorada por su acompañante o acompañantes en una situación social debido al uso de un celular (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). El phubbing se puede presentar en espacios familiares, interacción con amigos, relaciones amorosas, ambientes académicos, trabajos en equipo y espacios laborales.

2.2.3 Antecedentes del uso del celular

Las comunicaciones inalámbricas desde hace años han crecido de manera significativa, como ejemplo de ello se tiene a la televisión pública digital, el internet móvil y los celulares, los cuales se encuentran presentes de manera natural. La gran necesidad de las personas por comunicarse de manera rápida con aquellos que se encuentran lejos trajo como consecuencia el crecimiento del uso de telefonía celular y redes móviles. Los celulares hicieron su aparición en 1984, al inicio como toda novedad estos dispositivos fueron muy caros y accesibles para poco público; sin embargo el celular logró avanzar muy rápido, en el año 2004 la cantidad de celulares vendidos había alcanzado el billón, solo demoró 18 meses en llegar al segundo billón, nueve meses para el tercer billón y para el cuarto solo seis meses. Los datos mencionados muestran que el uso del celular es dominante y crece progresivamente (Corzo y Pérez, 2015). En las últimas décadas el celular se hizo un lugar en la cotidianidad humana, hasta el nivel de que algunas personas lo usan como una extensión más de su cuerpo, se normaliza que cada persona cuente con

un celular inteligente. En ese sentido, el celular se convirtió en un estímulo presente en cada momento de la vida, y esto contribuye a la manifestación del phubbing.

2.2.4 Ventajas del uso del celular inteligente

El contar con un celular inteligente trae ventajas en algunas actividades diarias como el en campo de la educación ya que permite tomar notas, gestionar las clases, crear contenidos educativos, crear presentaciones (Mejía, 2020). El celular es un dispositivo que puede ayudar a lograr los objetivos de enseñanza aprendizaje de los estudiantes. Así mismo, tiene bondades actividades universitarias como la posibilidad de estar comunicados en todo momento y lugar para compartir conocimiento, usarlo para en temas investigativos, acceso a la información vía internet, entre otros (Organista-Sandoval et al., 2013).

2.2.5 Desventajas del uso del celular inteligente

El celular inteligente puede ser usado sabiamente en el campo académico ya que es un recurso muy poderoso, sin embargo también puede presentar inconvenientes en el que se destaca su gran capacidad distractora y el costo elevado por tiempo de conexión, ya que estos dispositivos requieren estar conectados a una red de WIFI para poder ser utilizada.

El uso desmedido del celular también afecta la sociabilidad de las personas, ya que provoca la pérdida de habilidades sociales y deteriora las relaciones cara a cara. El descontrol en el uso de este dispositivo puede generar adicción a las redes sociales Abbasi (2019), donde las relaciones interpersonales se vuelven virtuales y monótonas.

En el ámbito laboral se evidenció consecuencias adversas en el desempeño de los trabajadores y pérdida de la confianza con los superiores (Roberts, & David, 2017). Esto perjudica el ambiente laboral ya que el rendimiento de los trabajadores no será el esperado. Asimismo, el uso de celulares inteligentes aumenta el riesgo de accidentes en los jóvenes

(Fernández et al., 2020). Debido a que es usado incluso en las calles donde las situaciones de peligro son altas cuando se anda distraído. Algunos estudios también identificaron efectos negativos en las relaciones de pareja, en el nivel de bienestar y gozo de los integrantes del vínculo amoroso (Al-Saggaf et al., 2019).

2.2.6 Características de los celulares inteligentes

Los detalles de los smartphones que influyen con mayor énfasis en la cotidianidad humana son Rodríguez et al. (2019):

- **Autonomía.** Se refiere que es un dispositivo que permite a las personas realizar actividades privadas, por lo que se está relacionado al espacio personal y provee cierta autonomía.
- **Identidad y prestigio.** Estos dispositivos cuentan con una marca y tecnología que simboliza exclusividad y prestigio. La moda de su uso otorga cierto estatus en el grupo social.
- **Aplicaciones tecnológicas.** Al tratarse de una tecnología novedosa provoca fascinación a los jóvenes, ya que pueden tener a la mano varias aplicaciones que les permite explorar o distraerse.
- **Actividad de ocio.** Los celulares llevan equipadas innovaciones no solo al servicio de la comunicación sino también de distracción para disfrutar el tiempo libre.
- **Promoción y fortalecimiento de relaciones interpersonales.** El uso de celulares complejos permite determinar lazos sociales, expresiones emociones, mandar videos, expresiones de amistad, llamadas, entre otros.

2.2.7 Implicaciones del phubbing en adolescentes

Estudios previos demuestran que la conducta de phubbing se relaciona con el deterioro de la autoestima y funcionalidad de la familiar (Tacca et al., 2021). Los estudiantes jóvenes experimentan mucha soledad y rápida adquisición de equipos electrónicos (Twenge et al., 2021).

Según Ang et al. (2019), estar conectados de manera permanente a un dispositivo daña actividades sociales, lazos entre los integrantes del hogar y las relaciones de pareja, ya que la comunicación se vuelve irrelevante y mecánica. Los jóvenes con conductas de phubbing pierden paulatinamente la asertividad.

El uso de redes sociales en los celulares está asociada a adicción a Facebook, ansiedad, depresión, alteración de la autopercepción física y conductas de alimentación peligrosas, pensamientos asociados al consumo de alcohol, y demás problemas psicológicos (Frost & Rickwood, 2017).

2.2.8 Predictores del phubbing en adolescentes

Los predictores asociados con los phubbers son la adicción al internet, falta de control, miedo a perder algo, uso excesivo del celular (Davey et al., 2018). Es decir, existen factores que pueden desencadenar con mayor facilidad la manifestación del phubbing. Asimismo el aburrimiento predice la frecuencia de phubbing, entre los tipos de aburrimiento a considerar se encuentran de estado y de ocio (Al-Saggaf et al., 2019). Además, cabe mencionar que entre hombres y mujeres no se halló diferencia significativa con respecto al uso del celular y presencia de phubbing.

2.2.9 Dimensiones del phubbing

Las siguientes dimensiones son planteadas por Cumpa (2017), el mismo que construyo el instrumento para evaluar phubbing.

- **Dependencia.** El uso del celular en exceso trae problemas o ausencia de atención a algunas acciones que anteriormente la persona realizaba con normalidad, así mismo interfiere en el rendimiento y autonomía personal. La inversión de tiempo al uso del dispositivo aumenta con manera paulatina esto debido a que para experimentar la misma satisfacción que en un primer momento sintió necesita de pasar más más horas con el dispositivo.
- **Relaciones interpersonales.** El uso de habilidades sociales se afecta, ya que las personas eligen la virtualidad en lugar de una interacción presencial, esto reduce la asertividad y calidez. Existe una pérdida de confianza y comodidad en los interlocutores ya que se transmite el mensaje de que el celular importa más que el acompañante.
- **Ansiedad-Insomnio.** Esta dimensión se refiere a la angustia que produce la lejanía del celular, el miedo a quedarse sin batería o su pérdida en la vida de la persona, esto interfiere en su desempeño diario. Así mismo, las personas inmersas en este hábito reducen sus horas de descanso nocturno debido a que revisan sus teléfonos celulares hasta muy tarde.

Los celulares cuentan con unas diversidades de funciones o aplicaciones que distraen fácilmente a los usuarios, esto altera su ciclo circadiano y daña su bienestar; ya que experimenta somnolencia, agotamiento y pérdida de sueño lo que altera la funcionalidad de la persona.

2.2.10 Teoría de la dependencia al celular

El comportamiento adictivo de uso del teléfono celular se constituye por presentar indicadores de resistencia, abstinencia, pérdida de autocontrol y problemas para llevar a cabo funciones cotidianas.

La dependencia a este dispositivo implica cualquier conducta que separe a los sujetos de sus hábitos normales, el incremento de la frecuencia de esta conducta y les proporciona satisfacción. Para Valencia (2018), la dependencia al celular es una serie de conductas que aleja a las personas de las interacciones sociales de manera presencial.

En el presente trabajo, se considera una explicación conductual del uso y dependencia del celular; para ello, se empleará el análisis de conducta para dar una explicación del fenómeno.

La conducta de usar el celular es resultado de un aprendizaje, el cual se mantiene debido a las contingencias de reforzamiento. La conducta de usar el celular e ignorar a las personas no aparece al azar, sino que existen eventos ambientales que permiten la manifestación de esa conducta, tal como se aprecia en la figura 1.

Figura 1

Triple relación de contingencia del phubbing



El estímulo antecedente que puede dar paso a la conducta de usar el celular, puede ser el tener acceso al dispositivo, sentirse solo pese a tener compañía (Twenge et al., 2021), o estar aburrido (Al-Saggaf et al., 2019). En caso estos eventos se controlan se puede disminuir la conducta de usar el celular que desencadene phubbing. Las

consecuencias que mantienen las conductas están vinculadas a su rápido acceso a los reforzadores como, por ejemplo: ver contenidos distractores en el celular, sentirse cómodo usando el celular, alejarse de situaciones aburridas, disminuir el sentimiento de celular, entre otros.

Por otro lado, el phubbing, al igual que la adicción al celular, no se encuentran reconocidos en la *Clasificación Internacional de Enfermedades*, décima edición (CIE-10) ni el *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría* (DSM). En ese sentido, su diagnóstico topográfico se tendría que basar en los mismos principios que las adiciones a sustancias; pero su diagnóstico funcional se basaría en principios conductuales.

2.2.11 Definición de valores orientados al progreso

Es bien sabido que el lenguaje científico emplea una delimitación conceptual rigurosa de sus variables, de tal manera que cada una tiene una especificidad ontológica, que impide confusiones al momento de contrastar enunciados de manera empírica, a comparación del léxico cotidiano que admite la existencia de múltiples acepciones (González, 2009). Antes de precisar la definición de valor es perentorio mencionar que la Real Academia Española (RAE, 2023), muestra trece acepciones del término valor, todas ellas no se acercan a la definición científica que es empleada en el presente estudio, que se deriva del término inglés *value*, propio de la terapia de aceptación y compromiso (ACT por sus siglas), que alude a “lo valioso” o “lo que tiene valor” en la existencia de las personas. Para complementar esta idea Skinner (1979, como se cita en Páez-Blarrina et al., 2006), menciona que el estudio de los valores es interdisciplinario y tienen varios niveles de análisis como el antropológico, económico, sociológico, etc., sin embargo en esta investigación se emplea un enfoque psicológico del término.

De acuerdo con Coletti y Teti (2015), los valores son reglas verbales que orientan y detallan la manera en que una persona quisiera vivir su vida, en ese sentido se debe mencionar que un valor no es una meta o un objetivo, más bien muestran un norte que le da sentido a las conductas cotidianas. Harris (2009, como se cita en Coletti & Teti, 2015) complementa la definición señalando que los valores son los anhelos con mayor arraigo sentimental y dan sentido a la manera en que un sujeto se vincula al contexto, otros sujetos y él mismo, en síntesis, los valores bosquejan la forma en que se quiere vivir, que conductas realizar y como se quiere ser. Barraca (2007) agrega que los valores son acciones, no solo sentimientos, que proporcionan una vida digna y direccionada.

En ese sentido, también es importante aclarar la diferencia entre un valor y una meta u objetivo, los primeros son inalcanzables y son elegidos por medio de un ejercicio personal libre y único, mientras que las metas son alcanzables, además muchas de ellas se rigen por las carencias en la vida del sujeto, por lo tanto pueden alinearse y estar al servicio de algún valor (Barraca, 2007). Un ejemplo clínico de la pérdida de valores se advierte en pacientes con sintomatología depresiva que manifiestan que desde hace mucho tiempo atrás no tienen claro qué hacer con sus vidas (Coletti, & Teti, 2015).

2.2.12 Fundamentos teóricos que sustentan el concepto de valor

A continuación, se muestra un extracto de los principales paradigmas filosóficos y teorías que fundamentan científicamente al concepto valor:

2.2.12.1 Conductismo y conductas gobernadas por reglas.

Según Skinner (1994), el conductismo es la filosofía detrás de la ciencia de la conducta, asimismo esta última se denomina, desde el conductismo radical, análisis de la conducta, la cual se desarrolló como una ciencia experimental básica inductiva. Dicho de

otro modo, Skinner (1953, como se cita en Törneke, 2016) estructuró su psicología sobre la base filosófica del conductismo radical.

Existen diversos tipos de conductismo, dos de los enfoques más conocidos dentro del conductismo son el enfoque metodológico, liderado por Watson y Tolman y el enfoque radical liderado por Skinner. En el primero, se considera que existen variables cognitivas que median la contingencia entre el estímulo y la respuesta, mientras que el segundo considera a estas variables cognitivas como conductas encubiertas, funcionalmente idénticas a las conductas observables (Rey, 2004). A esto se puede agregar que en el conductismo metodológico se emplea la conducta como un método para estudiar la cognición, la mente y el procesamiento de información, y en él se podría incluir la psicología cognitiva; mientras que el radical considera conducta a todo sin excepciones morfológicas o topográficas (Pérez, 2006).

El conductismo radical de Skinner (1994), es el que empieza a sustentar el concepto valor, ya que para este enfoque las conductas denominadas encubiertas, debajo de la piel o privadas, que hacen alusión a aquellos comportamientos que no pueden ser observados directamente por un observador ajeno al propio sujeto que emite la conducta, como el pensamiento, funcionan bajo la triple relación de contingencia. Cuando una conducta tiene una consecuencia reforzante tiene mayor probabilidad de volver a ocurrir, un reforzador positivo es un estímulo agradable para el sujeto, por lo que la respuesta que le ayudó a conseguirlo volverá a ocurrir probablemente, un reforzador negativo aparece cuando se retira un estímulo aversivo como consecuencia de la respuesta, por lo tanto, esta también volverá a aparecer probablemente. Por otro lado, una respuesta contingente a una consecuencia denominada castigo tiene mayor probabilidad de no volver a ocurrir, un castigo positivo es un efecto aversivo de la conducta, por ello tenderá a extinguirse,

mientras que un castigo negativo es una consecuencia que retira un estímulo agradable para el sujeto.

Asimismo, Skinner (1994) formula la conducta verbal, que hace referencia al fenómeno del lenguaje desde una mirada funcional, lo que lleva a la idea, alejada de explicaciones mentalistas, de que el control operante fue el mecanismo que permitió la evolución del lenguaje en la humanidad. La conducta verbal se diferencia de otros comportamientos operantes con consecuencias no sociales en que:

- Está libre de relaciones de espacio, tiempo e interacción mecánica.
- Se clasifican de acuerdo a las razones por las cuales emite respuesta el oyente.
- Fuera de una audiencia, la conducta verbal no requiere apoyo ambiental, por ello se puede hablar de estímulos que no necesariamente se encuentran presentes.
- La persona que habla también es oyente, por lo que puede reforzar constantemente su propia conducta.

Otro aporte importante de la conducta verbal a la comprensión del concepto valor se encuentra en el concepto de regla verbal. A diferencia del comportamiento gobernado por contingencias, los comportamientos gobernados por reglas verbales no dependen de la vivencia directa de las consecuencias placenteras o displacenteras, y tienen las siguientes características: se aprenden con mayor facilidad que la conducta moldeada por contingencias a la que hace referencia, las reglas simplifican la utilización de semejanzas entre contingencias, por lo que son útiles cuando las contingencias a las que hacen referencia son difíciles o inaccesibles. Asimismo, las reglas son efectivas dentro de comunidades verbales a las que un sujeto pertenece (Skinner, 1994).

Muchos autores dentro y fuera del conductismo realizaron diversas críticas al planteamiento de la conducta verbal, entre ellas su lógica lineal y molecular de la conducta, su alejamiento de la neurofisiología y su extrapolación de principios

conductuales desde animales menores en condiciones de laboratorio a las situaciones sociales humanas complejas (Chomsky, 1964). Por ejemplo, la gran mayoría de las palabras que un ser humano tiene en su repertorio verbal no fueron reforzadas bajo un modelo operante skineriano clásico, sin embargo podrían explicarse mediante la teoría de los marcos relacionales (TMR por sus siglas) que entiende que la conducta relacional derivada cumple una lógica operante, pero mediante un mecanismo más complejo de análisis (Barnes-Holmes et al., 2005). En ese sentido, parece que el tiempo le terminó dando la razón a Skinner sobre Chomsky (Andersen, 2000, como se cita en Pérez, 2006).

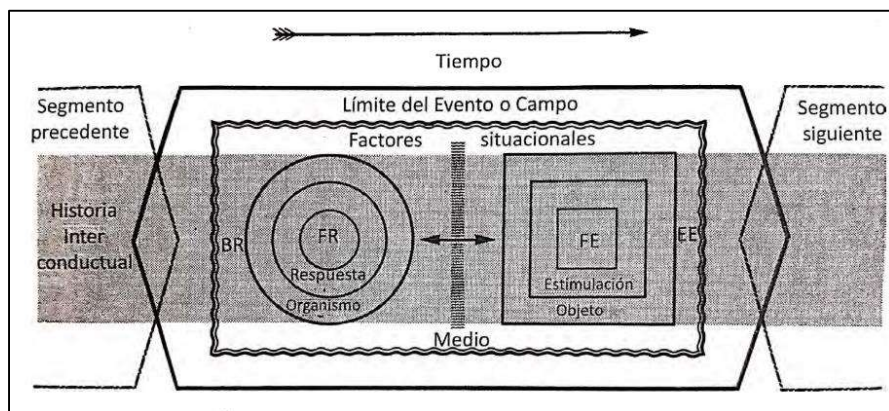
2.2.12.2 Interconductismo.

De acuerdo con Kantor y Smith (2015), el interconductismo se distancia tanto del mentalismo como del conductismo radical, los interconductistas observan que los primeros parten de una división mente cuerpo que no se sustenta en evidencia, mientras puntualizan que los segundos explican los eventos humanos complejos por medio de acciones biológicas a las cuales se trata de incrementar su tasa de aparición por medio de recompensas. Asimismo, los conductistas radicales no consideran tan importantes a los objetos de estímulo como a las respuestas. En ese sentido, las respuestas desde el conductismo solo pueden ser responsivas (biológicas) y no ajustivas (adaptables) que solo es posible por medio de un contacto histórico y mutuo entre el organismo y el ambiente.

En ese sentido, el habla no es solo el movimiento de estructuras biológicas involucradas sino un evento psicológico interconductual, que comprende un conjunto de respuestas lingüísticas adecuadas a otros sujetos, se constituye una clase específica del comportamiento a través de varias vinculaciones con esos sujetos. Entonces, con el propósito de entender los múltiples factores que interactúan en un evento psicológico es preciso abstraer un segmento conductual, si la actividad del organismo es una línea que

empieza con su nacimiento y termina con su muerte, entonces se puede fraccionar en segmentos o eslabones de una cadena, este segmento es una unidad mínima de análisis de un evento de interacción, por ello, solo implica un estímulo y una respuesta. La figura 2 sintetiza el segmento conductual y sus componentes. Donde: BR: Biografía reactiva; EE: Evolución del estímulo; FR: Función de respuesta y FE: Función de estímulo.

Figura 2
Segmento conductual.



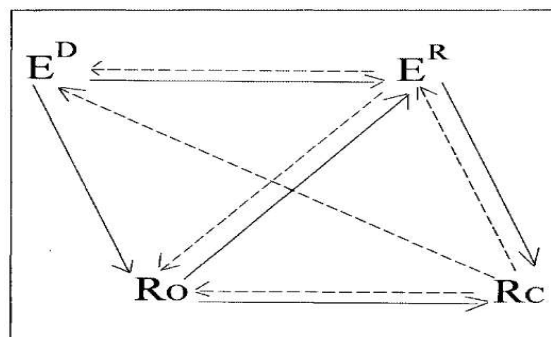
Al respecto, Ribes (1995) menciona que una contingencia tiene varios significados, dentro de la teoría del condicionamiento operante derivada del conductismo radical y del análisis experimental del comportamiento:

- Posibilidad de ocurrencia o no ocurrencia de un evento.
- Posible, pero incierto.
- Que sucede acompañado de otra cosa.
- Adjunto, condicional, dependiente.
- Relación entre eventos.
- Relación temporal entre ocurrencias.

Asimismo, Ribes (1995) añade que la contingencia va más allá de la relación temporal, ya que está supra ordenada al tiempo, además clasifica a la contingencia en dos

tipos: contingencia de ocurrencia y de función. La primera hace referencia a condiciones físicas de la interacción; mientras que la segunda a condiciones funcionales o la estructura de la conducta como intencionalidad del evento. Siguiendo esta lógica, se puede decir lo siguiente: El estímulo reforzador (ER) es contingente de ocurrencia con la respuesta operante (RO) y al estímulo discriminante (ED), asimismo la respuesta con sumatoria (RC) es contingente de ocurrencia a la respuesta operante (Ro) y al estímulo reforzador. Al mismo tiempo, la respuesta operante (RO) es contingente de ocurrencia con el estímulo discriminante (ED). El estímulo discriminante (ED) y la respuesta operante (RO) son contingentes de función al estímulo reforzador (ER) y a la respuesta consumatoria (RC), en síntesis, se obtienen 10 relaciones dentro de la triple relación de contingencia, superando a las siete relaciones identificadas en el condicionamiento clásico. Es importante notar que a medida en que la estructura del comportamiento se complejiza, las funciones se transfieren a propiedades convencionales de la conducta (lenguaje) y se separan de las propiedades físico-químicas de la situación en que se dan. En la figura 3 se aprecian las relaciones de contingencia en el condicionamiento operante las flechas continuas muestran contingencias de ocurrencia; mientras que las intermitentes señalan contingencias de función.

Figura 3
Contingencias de ocurrencia y función dentro de la triple relación de contingencia



2.2.12.3 Contextualismo funcional.

De acuerdo con Luciano y Valdivia (2006), el contextualismo funcional es la filosofía sobre la que se construye la TMR y conserva una lógica compartida en muchos aspectos fundamentales con el conductismo radical y el interconductismo, como partir de una relación organismo-ambiente para explicar el comportamiento. Incluso Törneke (2016), menciona que el contextualismo funcional es una manera moderna y alternativa de referirse al conductismo radical a fin de reducir la polémica ocasionada en la comunidad científica en términos como radical.

Hayes (1988, como se cita en Coletti, & Teti, 2015) señala que la metáfora raíz del contextualismo funcional es acto en contexto. De lo que se puede entender que toda conducta aislada de su contexto histórico y cultural se desnaturaliza, por lo que no puede ser comprendida ni modificada.

En ese sentido, Hayes (2004, como se cita en Coletti, & Teti, 2015) menciona los siguientes componentes fundamentales del contextualismo funcional.

- La situación o evento debe comprenderse como un todo.
- Tener sensibilidad para entender el rol del ambiente en el entendimiento de la función y naturaleza del evento o situación.
- Contar con un criterio de verificación práctica de la verdad.
- Plantear propósitos específicos para aplicar los criterios de verdad.

En ese sentido, Hayes (1988, como se cita en Coletti, & Teti, 2015) señala que el principio axiológico dentro del contextualismo funcional es todo aquello que tiene éxito en su funcionamiento.

2.2.12.4 Teoría de los marcos relacionales (TMR).

La teoría de los marcos relacionales tiene un carácter contextual y una orientación pragmática sobre el denominado comportamiento humano complejo, que en otras palabras hace referencia a la conducta verbal y cognitiva, y plantea una lógica que incluye conceptos en apariencia incompatibles como la conducta gobernada por reglas, la comprensión y otros eventos cognitivos con el propósito de enlazar la psicología cognitiva y conductual, enemistadas epistemológicamente. Por ello, se enfoca en la conducta verbal que se determina por la capacidad del ser humano de vincular estímulos de manera azarosa y de atribuirle otros significados a las funciones de un estímulo basándose en su vinculación con otros, en ese sentido se interesa en la relaciones de estímulo derivadas a fin de conocer la conducta gobernada por reglas (Ruiz et al., 2012).

En ese sentido, el aprendizaje relacional es el factor fundamental del comportamiento verbal, ya que emitir una respuesta de manera relacional es lo mismo que emitir una respuesta a un estímulo en función de otro, la definición verbal del estímulo se da cuando algunas de sus funciones se establecen en un marco relacional (Hayes y Wilson, 1993, como se citaron en Ruiz et al., 2012).

La TMR formula las siguientes relaciones entre estímulos que los seres humanos realizan de forma arbitraria, por ejemplo la relación entre la palabra pelota en español y el objeto pelota es completamente arbitraria (Ruiz et al., 2012).

- **Relaciones de vínculo mutuo:** Si A es igual a B, y B es igual a C, entonces sin necesidad de un entrenamiento operante previo, el ser humano determina dentro del contexto en que se dan esas relaciones, que B es igual a A y C es igual a B.
- **Relaciones de vínculo combinatorio:** A es igual a C y C es igual a A.
- **Transformación o transferencia de funciones:** Si, por ejemplo, por medio de su historia de contingencia un sujeto piensa que tener perro es un acto noble y esta

condición refuerza la conducta, si observa a otro sujeto con un perro le transferirá la condición ya mencionada y esa sensación agradable.

Se puede decir que las funciones que adquieren las palabras o pensamientos por medio de los diferentes marcos de relación entre estímulos y en función del aprendizaje relacional, podrían orientar patrones de control verbal (reglas), en otras palabras son explicaciones lógicas del comportamiento que un sujeto lleva a cabo, y podrían mantenerse aunque no sean efectivas y no tengan que ver con las contingencias (Ruiz et al., 2012).

Luciano y Valdivia (2006) mencionan que existen tres tipos funcionales de regulación de la conducta: *pliance*, *tracking* y *augmenting*.

- **Pliance.** Esta regulación se controla por la historia de reforzamiento en la que las consecuencias son artificiales o producidas por otros sujetos, si existe un repertorio comportamental muy grande que se regule de esta manera podría limitar al sujeto y producir una dependencia hacia los sujetos que la refuerzan, y una insensibilidad por las consecuencias de sus actos.
- **Tracking.** Esta regulación se controla por la historia de reforzamiento por las consecuencias naturales de los eventos y no por premios brindados por otros. Sin embargo, el tracking no puede ser puesto en marcha en muchos eventos, por ejemplo, cuando se deben seguir reglas verbales como “no quiero estar triste”.
- **Augmenting.** Esta regulación está controlada por las funciones transformadas de estímulo, por ejemplo, si el estudio se encuentra enmarcado de manera temporal y condicional con enunciados de valor como el título universitario se asocia a poder, independencia, impacto social beneficioso, se incrementa la conducta de estudiar, ya que estudiar tiene ahora funciones de refuerzo por medio del lenguaje.

En ese sentido, los valores hacia el desarrollo podrían estar asociados a regulaciones funcionales como el *tracking* o el *augmenting*.

2.2.12.5 Terapia de aceptación y compromiso (ACT).

Hayes (1984, como se cita en Ruiz et al., 2012) propone por primera vez el uso de este término. La ACT es una terapia conductual, experiencial y cognitiva que se sustenta en la TMR que se encuentra dentro del conductismo radical ya que comprende a la cognición como una conducta sujeta a la triple relación de contingencia y a otras leyes de la conducta (Ruiz et al., 2012). La lógica de la terapia se sustenta en dos conceptos principales para Ruiz et al. (2012):

- **Evitación experiencial:** Con mucha frecuencia este fenómeno mantiene los trastornos psicológicos y, por ende, el sufrimiento del ser humano.
- **Valores Personales:** Qué son comprendidos como guías para actuar hacia la realización personal.

Incluso para otros autores como Wilson y Luciano (2002), la ACT se dirige de manera exclusiva hacia los valores. Asimismo, Páez-Blarrina et al. (2006) mencionan que la salud psicológica entendida por ACT es el mantenimiento de conductas valiosas en distintas áreas de desarrollo del sujeto.

Barraca (2007) menciona que la ACT se compone de seis pasos los cuales se presenta en la tabla 1.

Tabla 1*Etapas de la aplicación de ACT*

Etapa	Definición	Objetivos
		<p>Informar, concientizar y comprometer al sujeto con la terapia</p> <p>Legitimar la terapia</p>
Desesperanza creativa	Es la experiencia que nace del cuestionamiento de la lógica de que la lucha es el único camino para afrontar las experiencias desagradables y permite apreciar opciones para actuar.	<p>Examinar las estrategias fallidas de solución</p> <p>Cambiar las estrategias fallidas de solución</p> <p>Promover la desesperanza creativa</p> <p>No tratar de entender la desesperanza creativa</p>
El control como problema	Concientizar al paciente sobre la inutilidad de intentar controlar eventos privados, de hecho, el control constituye un problema en sí mismo	<p>Eliminar de la relación del paciente a su agenda de cambio anterior</p> <p>Concientizar que el control es el problema y promueve la evitación conductual</p> <p>Concientizar que en el presente la cultura promueve el control, el cual podría funcionar al principio, pero no resuelve el problema a largo plazo.</p> <p>El control promueve un aprendizaje arbitrario, sin contingencia de las experiencias</p>
Aceptación por medio de la desliteralización o defusión	Es la modificación del contexto en el que ocurren las experiencias desagradables. Esto se logra defusionando o separando el lenguaje del individuo que lo habla o piensa.	<p>Vivenciar el problema a nivel físico, reemplazar el control por el consentimiento.</p> <p>Concientizar sobre los límites del lenguaje y su afectación sobre el aprendizaje.</p> <p>Trabajar la defusión</p> <p>Concientizar en que el lenguaje no puede explicar, ni evaluar ni valorar nuestras experiencias</p> <p>Conseguir que el lenguaje no se entrometa con la vivencia o experimentación</p>
El yo como aliado	El yo como contexto es un lugar seguro desde donde poner en perspectiva nuestras experiencias, mientras que sus contenidos son variables	<p>Concientizar que las autopercepciones pueden impedir la transformación</p> <p>Diferenciar el yo como contexto y el yo como lenguaje o contenido</p> <p>Diferenciar el yo contextualizado con el yo observador</p> <p>Concientizar la importancia de la vida con valores, que son elecciones personales libres</p>
Valores	Es el mecanismo para orientar una vida digna de ser vivida con un norte.	<p>Diferenciar metas de valores</p> <p>Direccionar la vida conforme a los principales valores en distintas áreas de desarrollo</p> <p>Hacer una lista de conductas que direcciones su vida hacia sus valores</p> <p>Reducir barreras mediante la aceptación</p>
Aceptación y compromiso	Es la aceptación de las experiencias dolorosas propias del cambio y el compromiso sustentado en valores	<p>Concientizar sobre la aceptación</p> <p>Concientizar la naturaleza de la aceptación y el compromiso</p> <p>Identificar obstáculos a la aceptación</p>

Para complementar la información Harris (2009, como se cita en Coletti, & Teti, 2015) menciona que la fusión cognitiva y la evitación experiencial alejan al sujeto de sus valores.

2.3 Definición de términos básicos

Ansiedad-Insomnio. Son conductas de anticipación a lo que sucederá, miedo no justificado a algún evento, y la alteración del hábito de sueño por el uso del celular (Cumpa, 2017).

Dependencia. Hace referencia al uso excesivo y descontrolado del celular, el cual interfiere en las actividades y autonomía de la persona (Cumpa, 2017).

Phubbing. Es la conducta de obviar a las personas cercanas por usar o prestar atención al celular (Cumpa, 2017).

Relaciones interpersonales. Es el grupo de lazos e interacción que se forma con los demás sujetos, la cual se ve afectada cuando en una relación presencial una persona pone más atención a su smartphone en lugar de a su acompañante (Cumpa, 2017).

Valores orientados al progreso. Son un conjunto de reglas verbales que orientan a las personas hacia una vida digna de ser vivida y con significado, esto promueve un reforzamiento permanente de las conductas que son necesarias para alcanzar el valor (Coletti y Teti, 2015).

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Método de investigación

El método general del estudio fue científico hipotético-deductivo, el cual se sustenta en una lógica deductiva, dicho de otro modo, luego de una revisión bibliográfica de teoría y estudios previos se plantearon aseveraciones hipotéticas, que se demostraron mediante un acercamiento empírico, en este caso observacional, de esta forma se validaron o rechazaron (Hernández et al., 2014).

3.2 Tipo de investigación

3.2.1 *Según el propósito extrínseco de la investigación*

El estudio fue básico, que consiste en incrementar el conocimiento sobre una variable, es decir se enfoca en solucionar problemas de conocimiento, y no problemas de la realidad práctica (Hernández et al., 2014).

3.2.2 *Según el enfoque*

Se empleó un enfoque cuantitativo, que se basa en la medición de las variables por medio de instrumentos (Hernández et al., 2014). Este es idóneo ya que existen instrumentos psicométricos para medir ambas variables.

3.2.3 Según la planificación de la toma de datos

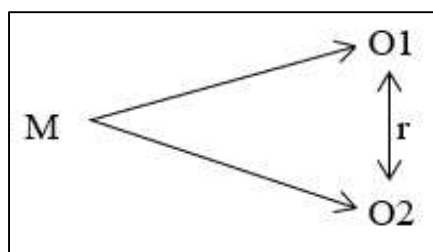
La investigación fue prospectiva, ya que los investigadores recogieron los datos directamente de los sujetos de análisis (Hernández et al., 2014), en este caso estudiantes de psicología, es decir las investigadoras se acercaron a la universidad a fin de aplicar los instrumentos.

3.2.4 Según número de mediciones de las variables

Fue de tipo transversal ya que la recolección de datos se dio en un solo momento, como si fuera una fotografía (Hernández et al., 2014).

3.2.5 Diseño de investigación

El diseño fue no experimental, descriptivo correlacional, ya que no hubo una variable independiente para manipular (Hernández et al., 2014). Se llevó a cabo una medición de dos variables en la muestra, esta información fue relacionada a fin de encontrar una posible correlación.



Donde:

M: Muestra

O1: Medición de Phubbing

O2: Medición de valores orientados al desarrollo

r: Relación

3.2.6 Nivel de investigación

El nivel del estudio fue correlacional, por ello se investigará la correlación de los grupos de datos de ambas variables (Hernández et al., 2014).

3.3 Población

La población es la totalidad de casos de estudio con características compartidas (Hernández et al., 2014). En la presente investigación, la población estuvo constituida por 446 alumnos de Psicología de primer periodo de una universidad privada de Huancayo, 2023.

3.4 Muestra

La muestra representativa es un conjunto de la población a partir del cual se puede comprender el comportamiento de toda la población (Hernández et al., 2014). En este estudio, se realizó un censo, ya que la totalidad de la población es directamente accesible. En ese sentido, la muestra estará conformada por 446 estudiantes de Psicología matriculados en el periodo académico 2023-I. Asimismo, se tuvo en cuenta los siguientes criterios para seleccionar a los participantes.

3.4.1 Criterios de inclusión

Estudiantes matriculados en el primer ciclo de Psicología en el año 2023-I.

3.4.2 Criterios de exclusión

Estudiantes que no se encuentren dentro del horario establecido para la aplicación de instrumentos.

3.5 Técnica de recolección de datos

La técnica de recolección de información ha sido la encuesta (Hernández et al., 2014). La aplicación de los instrumentos se dio de acuerdo con lo indicado en los instrumentos. A continuación, se pormenorizan los pasos para la recolección de datos:

- Las investigadoras se apersonaron a las aulas universitarias luego de haber coordinado con el coordinador de la carrera y los docentes de primer ciclo.
- Se alcanzó el consentimiento informado, con una ficha de datos sociodemográfica, y los instrumentos a los participantes.
- Las investigadoras solicitaron a los participantes realizar una lectura de acompañamiento del consentimiento informado y leyeron en voz alta dicho documento, al finalizar se absolvió interrogantes al respecto, y se pidió firmar el consentimiento y rellenar los datos sociodemográficos.
- Luego se leyó las indicaciones de los instrumentos, además se pidió que comiencen con la resolución de los mismos, se contabilizó el tiempo de aplicación y se absolvieron las dudas de comprensión de los ítems.
- Por último, cuando todos culminaron la prueba, las investigadoras verificaron el correcto relleno de los instrumentos.

3.6 Instrumentos

Ficha técnica: Test de Phubbing

Nombre: Escala de Phubbing

Autor: Cumpa Prada, Luis Roberto

Año: 2017

Dimensiones: Dependencia, Relaciones Interpersonales y Ansiedad -

Insomnio

Número de ítems: 23

Área de aplicación: Clínico, educativo e investigación

Administración: Individual o colectiva

Población: Jóvenes de 16 a más

Finalidad: Técnica psicométrica útil para identificar problemas con el uso excesivo del celular.

Tipo de respuesta: Politómica

Tipificación/escala: Ordinal

Validez: La escala se validó por medio del juicio de 10 expertos, se empleó el estadístico V de Aiken, obteniéndose valores superiores a 0,7 en los ítems, los reactivos que cumplieron con este indicador fueron retirados del instrumento (Cumpa, 2017).

En esta investigación, para el proceso de validación se utilizó la técnica de juicios expertos. Se envió el instrumento a tres especialistas que evaluaron tres criterios: relevancia, coherencia, suficiencia y claridad. Posterior a ello, se calculó el coeficiente de validez de contenido, se halló un valor de 0,772, esto indica que el instrumento cuenta con una validez aceptable para ser utilizada.

Confiabilidad: La consistencia interna de la escala se calculó por medio de estadígrafo Alfa de Cronbach y se obtuvo un valor de 0,816, lo cual se categoriza como buena confiabilidad (Cumpa, 2017).

En este estudio, la confiabilidad se calculó mediante el alfa de Cronbach. Para ello se trabajó con una prueba piloto de 10 participantes a quienes se aplicó el instrumento y se obtuvo un coeficiente de 0,930, esto significa que el instrumento cuenta con una confiabilidad excelente.

Ficha técnica: Test de Valores orientados al desarrollo

Nombre: Value Questionnaire (VQ)

Autor: Smout, M., Davies, M., Burns, N., & Christie, A.

Año: 2014

Adaptación: Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., Segura-Vargas, M. A., & Gil

Luciano, B.

Dimensiones: Obstrucción y Progreso

Número de ítems: 10 ítems

Área de aplicación: Clínico, educativo e investigación

Administración: Individual y colectiva

Población: Adolescentes, jóvenes y adultos

Finalidad: Medir la dificultad para encaminarse o el avance en dirección a los valores en la última semana.

Tipo de respuesta: Politómica

Tipificación/escala: Ordinal

Validez: Smout et al. (2014) señalan que los ítems son adecuados para medir el constructo Valores, por lo tanto, recomiendan su uso.

En este estudio, para el proceso de validación se utilizó la técnica de juicios expertos. Se envió el instrumento a tres especialistas que evaluaron tres criterios: relevancia, coherencia, suficiencia y claridad. Posterior a ello, se calculó el coeficiente de validez de contenido, se halló un valor de 0,761, esto indica que el instrumento cuenta con una validez aceptable para ser utilizada.

Confiabilidad: Smout et al. (2014) reportan una alfa de Cronbach =0,81 en la escala progreso y un alfa de Cronbach de 0,79 en la escala obstrucción. Estos valores se categorizan como buena consistencia interna de los ítems.

Para este trabajo, la confiabilidad se calculó mediante el alfa de Cronbach. Para ello se trabajó con una prueba piloto de 10 participantes a quienes se aplicó el instrumento y se obtuvo un coeficiente de 0,755, esto significa que el instrumento tiene una confiabilidad aceptable.

3.7 Descripción de análisis de datos

Los datos fueron recolectados a través de la técnica de la encuesta, mediante cuestionarios que, ambos, cuentan con puntajes totales, así como con sus respectivas categorías diagnósticas. En ese sentido, las investigadoras coordinaron con los docentes del curso de Introducción a la Psicología, curso que cada estudiante de primer ciclo lleva de manera obligatoria en salones diferentes, de esta forma se descartó posibles repeticiones en la toma de datos. Luego, las investigadoras se acercaron con los instrumentos y consentimientos impresos a los salones en los horarios de clase coordinados previamente con los docentes.

La información fue procesada en el paquete estadístico SPSS 27. El procesamiento fue descriptivo e inferencial. Los resultados descriptivos se mostraron a través de estadígrafos como frecuencias y porcentajes, ordenados en tablas de frecuencia y gráficos de sectores. Se incluyen los diagnósticos psicométricos de ambas variables y la variable sociodemográfica sexo.

La variable sociodemográfica edad se mostró mediante estadígrafos numéricos como la media, desviación estándar, mínimo y máximo. que se organizarán y mostrarán en una tabla.

Para hallar los resultados inferenciales, que sirvieron para aceptar o rechazar las hipótesis, se utilizó en primer lugar, el estadígrafo de normalidad Kolmogórov-Smirnov

(K-S), su elección se basó en la cantidad de la población ($N > 50$). Asimismo, se aplicó un estadígrafo de correlación. Estos resultados inferenciales se presentaron en tablas.

3.8 Aspectos éticos del estudio

En este estudio, se practicó la integridad científica ya que sus fundamentos metodológicos estuvieron sustentados, además la práctica científica fue honesta, veraz, responsable y justa, en otras palabras, no se manipularon los resultados en busca de una confirmación de hipótesis. Por ello, el acceso a los resultados es libre a fin de su replicación y verificación por la comunidad científica.

Esta investigación no se sometió a ningún conflicto de interés, de índole económica, comercial o política.

En este estudio, no se incurrió en una mala conducta científica, es decir no se manipularon los datos ni los resultados obtenidos de forma intencionada.

Se evitó el plagio y autoplagio en la redacción de este trabajo, esto se evidencia mediante la acreditación del empleo de conocimiento de otros autores a través de una citación y referenciado APA 7ma edición, y con un informe del software Turnitin con un porcentaje de copia menor al 30 %.

Se aplicó un consentimiento informado a fin de que los participantes conozcan los detalles del estudio y decidan de forma libre su participación.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Resultados descriptivos

4.1.1 Descriptivos sociodemográficos

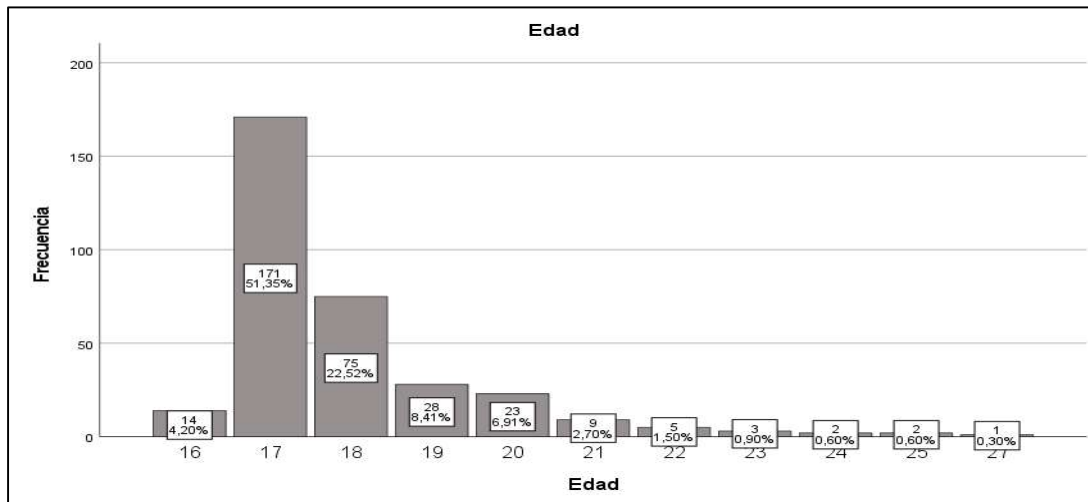
En la tabla 2 se evidencia que la cantidad de participantes fue 333 de los cuales 246 personas fueron mujeres y 87 varones.

Tabla 2

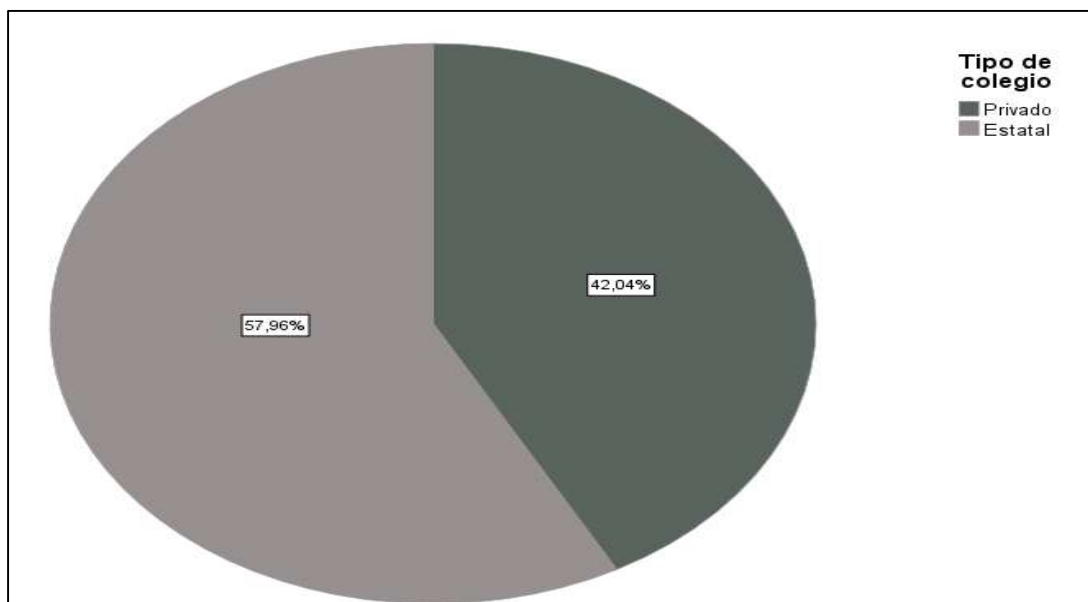
Frecuencias según la cantidad de participantes según sexo

Sexo	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Varón	87	26,1	26,1
Mujer	246	73,9	100,0
Total	333	100,0	

En la figura 4 se advierte que 51,35 % de la muestra tenía 17 años, el 22,52 % tenía 18 años, el 8,41 % tenía 19 años, el 6,91 % 20 años y las demás edades fueron menores a 5 %.

Figura 3*Edad de los participantes*

En la figura 5, se aprecia que la mayoría de los estudiantes estudió en un colegio estatal (57,96 %) comparado al colegio privado (42,04 %).

Figura 4*Tipo de colegio de los estudiantes*

En la tabla 3 se muestra que 140 estudiantes estudiaron en un colegio privado y 193 en un colegio estatal.

Tabla 3*Frecuencias según el tipo de colegio de los participantes*

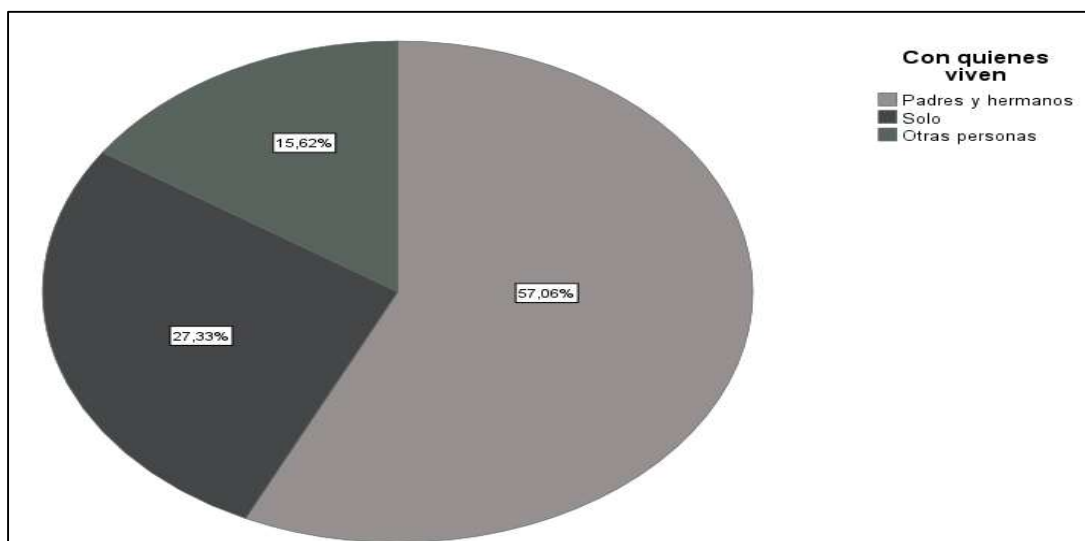
Tipo de colegio	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Privado	140	42,0	42,0
Estatal	193	58,0	100,0
Total	333	100,0	

En la tabla 4 se advierte información respecto a la estructura familiar de los participantes y se halló que el 190 vivía con sus padres y hermanos, 91 vive solo y 52 viven con otras personas (primos, abuelos y tíos).

Tabla 4*Frecuencias según con quienes viven los participantes*

Cohabitantes	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Padres y hermanos	190	57,1	57,1
Vive solo	91	27,3	84,4
Otras personas	52	15,6	100,0
Total	333	100,0	

En la figura 6 se aprecia que el 57,1 % vivía con sus padres y hermanos, siendo esta estructura familiar la mayoritaria. El 27,3 % vive solo y el 15,6 % vive con otras personas (primos, abuelos y tíos).

Figura 5*Estructura familiar de los participantes*

4.1.2 Descriptivos de las variables de estudio

En la tabla 5 se muestra que el 87,4 % de la población obtuvo un nivel medio, el 8,1 % alto y el 4,5 % bajo de phubbing.

Tabla 5

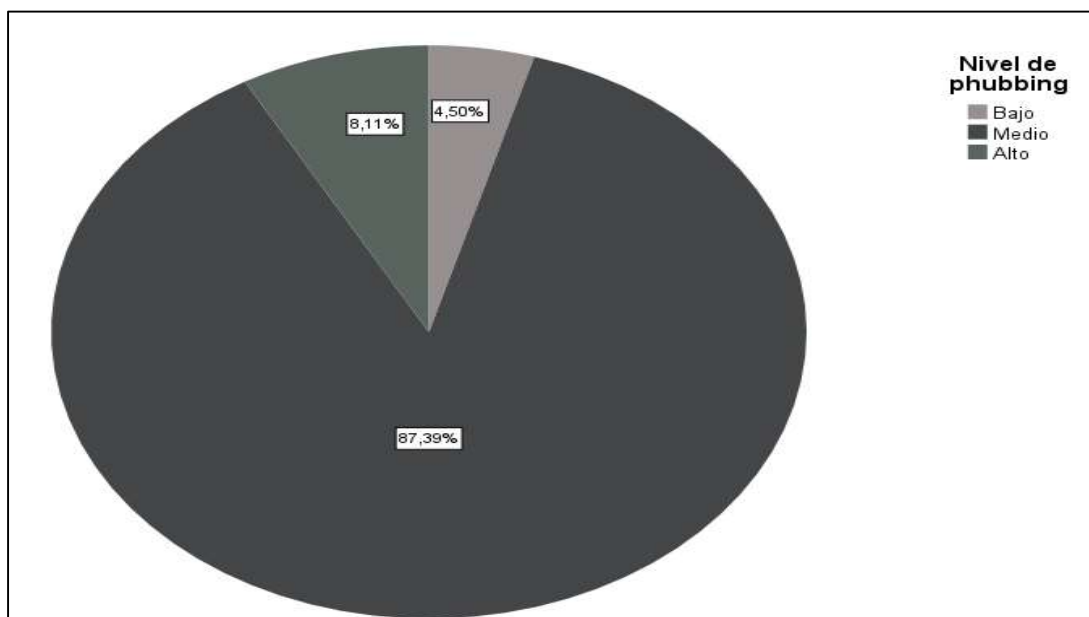
Frecuencias según el nivel de phubbing

Nivel de phubbing	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	15	4,5	4,5	4,5
Medio	291	87,4	87,4	91,9
Alto	27	8,1	8,1	100,0
Total	333	100,0	100,0	

En la figura 7 se observa que el 87,39 % de la población obtuvo un nivel medio de phubbing, el 8,11 % nivel alto y el 4,50 % nivel bajo de phubbing. Esto significa que se trata de una población caracterizada por tener tendencia ignorar las relaciones sociales por usar el celular.

Figura 6

Nivel de phubbing



En la tabla 6 se advierte que respecto a la variable valores orientados al progreso se halló que el 238 estudiante presentaba un nivel normal de valores orientados al progreso, es decir saludable; mientras que el resto presentaba problemas en los valores orientados al progreso.

Tabla 6

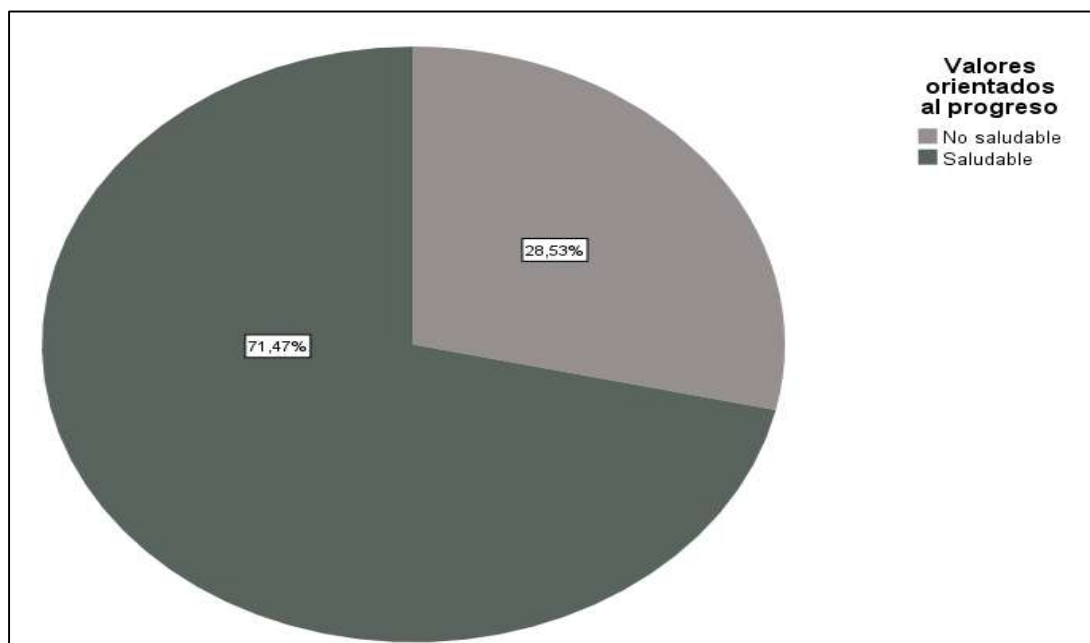
Frecuencias según el nivel de valores de progreso

Nivel de valores orientados al progreso	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
No saludable	95	28,5	28,5
Saludable	238	71,5	100,0
Total	333	100,0	

En la figura 8 se halló que el 71,47 % de la muestra presentaba un nivel saludable, mientras que el 28,53 % presentaba problemas en los valores orientados al progreso.

Figura 7

Valores orientados al progreso



4.2 Prueba de normalidad

Antes de realizar la prueba de hipótesis, primero, se realizó la prueba de normalidad de los datos. Para ello se empleó el estadístico Kolmogorov-Smirnov y se trabajó con un margen de error de 0,05. El planteamiento de la hipótesis fue la siguiente:

H₀: Los datos presentan una distribución normal

H₁: Los datos no presentan una distribución normal

La regla de decisión que se siguió fue la siguiente:

Si P-Valor > α → Se acepta la H₀

Si P-Valor ≤ α → Se acepta la H₁

En la tabla 7 se observa el resultado de la distribución normal de los datos, en el cual se aprecia que las variables de estudio y las dimensiones de Phubbing obtuvieron un P-valor < 0,05. En ese sentido se acepta H₁, el cual indica que los datos no presentan una distribución normal es decir los datos no son paramétricos.

Tabla 7

Prueba de normalidad K-S

Variable	Estadístico	gl	Sig.
Phubbing	,056	333	,015
Dependencia	,080	333	,000
Relaciones interpersonales	,115	333	,000
Ansiedad-Insomnio	,084	333	,000
Valores orientados al progreso	,090	333	,000

4.3 Resultado inferencial

Para las correlaciones se utilizó la Rho de Spearman debido a que los datos son no paramétricos. Así mismo, el nivel de significancia es 0,95 y margen de error de $\alpha= 0,05$, es decir al 5 % de probabilidad de error. La regla de decisión para todas las pruebas de hipótesis fue la siguiente:

Si P-Valor $> \alpha \rightarrow$ Se acepta la H_0

Si P-Valor $\leq \alpha \rightarrow$ Se acepta la H_1

4.3.1 Prueba de hipótesis general

H_0 : No existe relación significativa entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

H_1 : Existe relación significativa entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

En la tabla 8 se halló un coeficiente de correlación de -0,060 con un P-valor de 0,275 el cual es mayor al margen de error, $\alpha = 0,05$, en ese sentido se acepta la H_0 el cual indica que no existe relación significativa entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023. Tal como se observa en la tabla 8.

Tabla 8

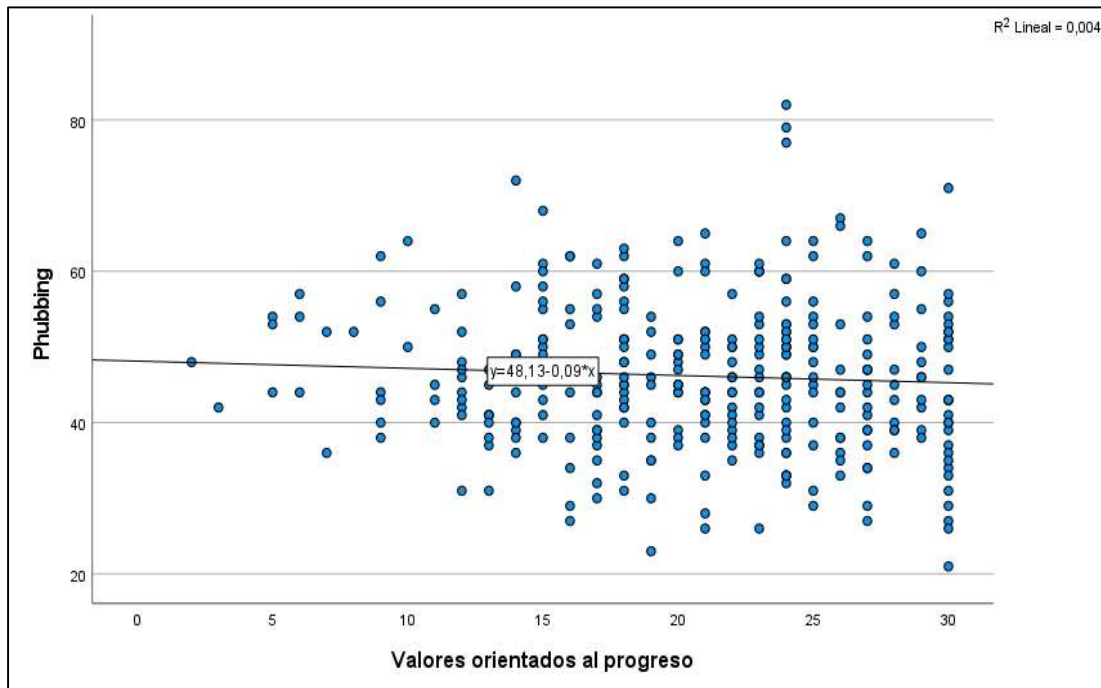
Correlación entre phubbing y valores de progreso

		Phubbing	Valores orientados al progreso
Phubbing	Coeficiente de correlación	1	-,060
	Sig. (bilateral)		,275
Valores orientados al progreso	Coeficiente de correlación	-,060	1
	Sig. (bilateral)	,275	

En la figura 9, se observa que los datos de ambas variables no presentan una tendencia de relación negativa sin embargo hay muchos datos dispersos, esto representa que no existe relación significativa entre el phubbing y los valores orientados al progreso.

Figura 8

Dispersión de datos entre phubbing y valores orientados al progreso



4.3.2 Prueba de hipótesis específica 1

H_0 : No existe relación significativa entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

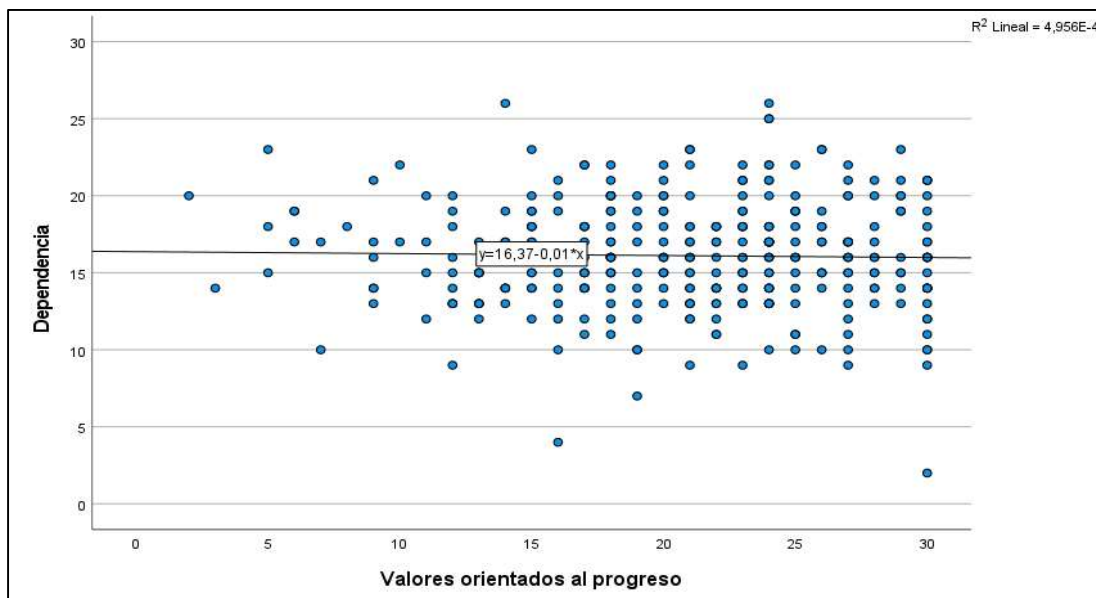
H_1 : Existe relación significativa entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

En la tabla 9, se halló un coeficiente de correlación de -0,001 con un P-valor de 0,984 el cual es mayor al margen de error ($\alpha = 0,05$), por tanto se acepta la H_0 el cual indica que no existe relación significativa entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

Tabla 9*Correlación entre dependencia y valores de progreso*

		Dependencia	Valores orientados al progreso
Dependencia	Coefficiente de correlación	1,000	-,001
	Sig. (bilateral)	.	,984
Valores orientados al progreso	Coefficiente de correlación	-,001	1,000
	Sig. (bilateral)	,984	.

En la figura 10 se observa que los datos de ambas variables no presentan relación significativa ya que los datos se encuentran dispersos.

Figura 9*Dispersión de datos entre dependencia y valores orientados al progreso*

4.3.3 Prueba de hipótesis específica 2

H_0 : No existe relación significativa entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

H₁: Existe relación significativa entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

En la tabla 10 se halló un coeficiente de correlación de -0,062 con un P-valor de 0,261 el cual es mayor al margen de error ($\alpha = 0,05$), en ese sentido se acepta la H₀ el cual indica que no existe relación significativa entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

Tabla 10

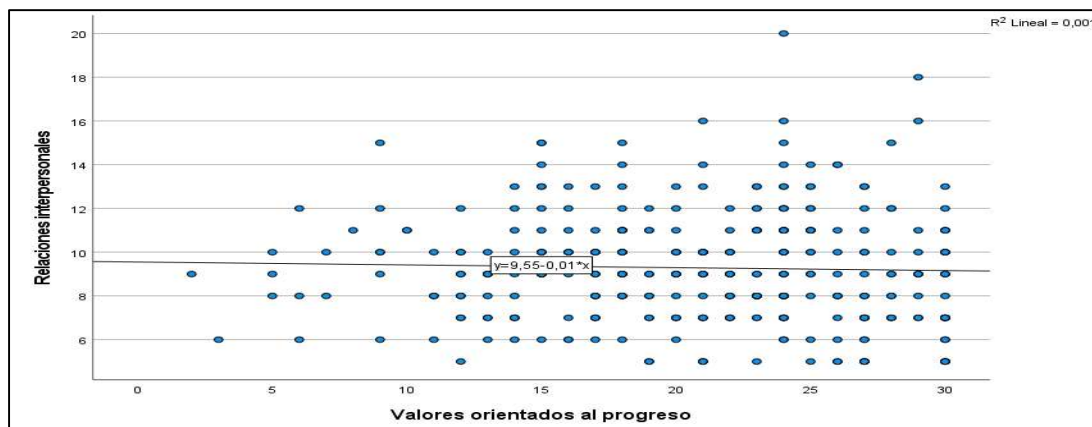
Correlación entre relaciones interpersonales y valores de progreso

		Relaciones interpersonales	Valores orientados al progreso
Relaciones interpersonales	Coeficiente de correlación	1,000	-,062
	Sig. (bilateral)	.	,261
Valores orientados al progreso	Coeficiente de correlación	-,062	1,000
	Sig. (bilateral)	,261	.

En la figura 11 se observa que los datos de ambas variables no presentan relación negativa ya que los datos se encuentran dispersos.

Figura 10

Dispersión entre las relaciones interpersonales y valores de progreso.



4.3.4 Prueba de hipótesis específica 3

H₀: No existe relación significativa entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

H₁: Existe relación significativa entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

En la tabla 11 se halló un coeficiente de correlación de -0,099 con un P-valor de 0,070 el cual es mayor al margen de error ($\alpha= 0,05$), en ese sentido se acepta la H₀ el cual indica que no existe relación significativa entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.

Tabla 11

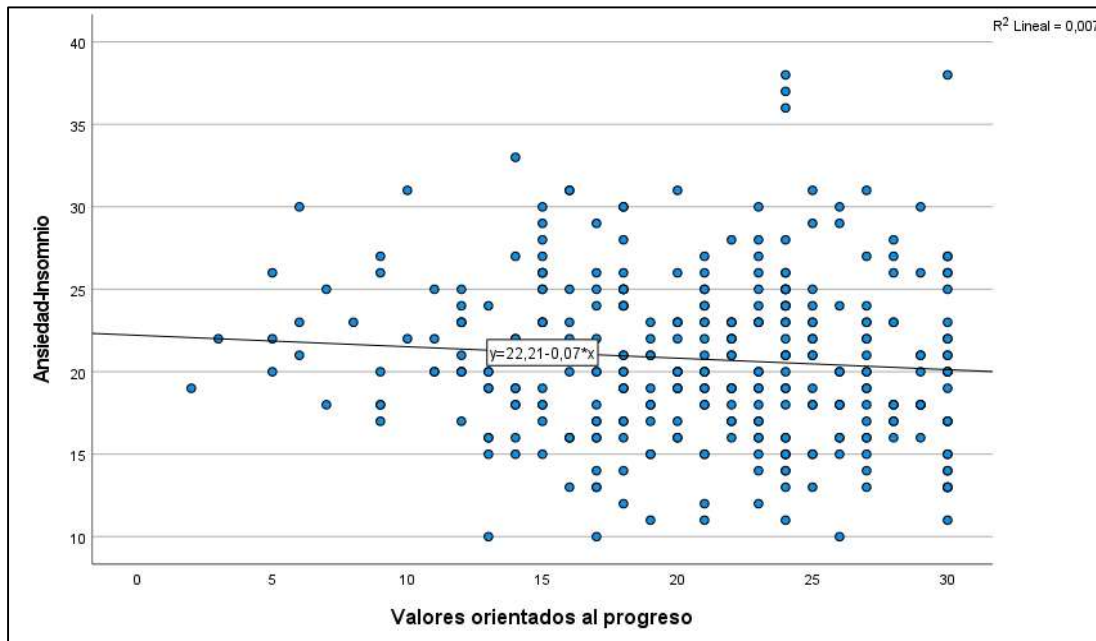
Correlación entre ansiedad-insomnio y valores de progreso

		Ansiedad- Insomnio	Valores orientados al progreso
Ansiedad- Insomnio	Coefficiente de correlación	1,000	-,099
	Sig. (bilateral)	.	,070
Valores orientados al progreso	Coefficiente de correlación	-,099	1,000
	Sig. (bilateral)	,070	.

En la figura 12 se observa que los datos de ambas variables no presentan relación ya que los datos se encuentran dispersos.

Figura 11

Dispersión entre ansiedad-insomnio y los valores de progreso



4.4 Discusión

El objetivo general del estudio fue determinar la relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023, lo cual se alcanzó, no obstante, los hallazgos mostraron que no existe relación entre ambas variables ($p > 0,05$), por este motivo se rechazó la hipótesis alterna que planteaba la existencia de una correlación.

En otras palabras, el comportamiento de ignorar a otras personas por la utilización del celular (Cumpa, 2017). No se relaciona con el mecanismo orientador hacia una vida digna de ser vivida (Barraca, 2007), que también podría ser denominado como comportamiento gobernado por reglas efectivas dentro de comunidades verbales de pertenencia del sujeto (Skinner, 1994).

Un resultado distinto fue hallado por Miraval y Rojas (2019), quienes reportaron una relación positiva débil entre el phubbing y los valores interpersonales en psicólogos en formación de la casa superior UNHEVAL, sin embargo estos últimos son definidos como

un sistema de evaluación de características deseables de comportamiento, especialmente cogniciones, de individuos o grupos. No obstante, la intensidad de la correlación indica que los datos de las variables casi no tienden a la coincidencia de comportamiento.

Ambos hallazgos pueden deberse a que los instrumentos no evalúan, de manera específica, comportamientos gobernados por reglas sobre la utilización de celular durante las interacciones sociales presenciales, si no que se refieren de manera general a comportamientos gobernados por reglas o valores.

Otro resultado diferente se reportó en Nina et al. (2020), quien halló una relación negativa entre el phubbing y la calidad de relación en pareja, se podría considerar que esta última variable sería un valor común que brinda reforzadores constantes a las personas por medio del lenguaje. Bajo esta misma lógica se encuentra lo señalado por Claveriano et al. (2020), ya que reportó que el phubbing tiene una relación inversa con las relaciones sociales en adolescentes huanuqueños, en este caso las buenas relaciones sociales podrían ser un valor común.

El objetivo específico nro. 1 de la investigación fue determinar la relación entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023, esto se logró; sin embargo, los resultados señalaron que no existe un vínculo ($p > 0,05$), por esta razón se rechazó la hipótesis alterna que formulaba la existencia de dicha correlación. Es decir, el empleo excesivo del celular, que eclipsa a otras actividades del sujeto, con un incremento progresivo de frecuencia y duración (Cumpa, 2017). No se vincula con los comportamientos gobernados por reglas que se orientan a una vida valiosa (Barraca, 2007). No se hallaron antecedentes similares.

El objetivo específico nro. 2 del trabajo fue determinar la relación significativa entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al

progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023, lo cual se consiguió, pero los resultados revelaron que no existe una relación ($p>0,05$), por lo tanto, se rechazó la hipótesis alterna que afirmaba dicha relación. En otras palabras, la afectación de las relaciones sociales presenciales por la preferencia de atender al celular en lugar de la otra persona (Cumpa, 2017). No se vincula con el mecanismo de conducta verbal que sirve como guía a la realización personal (Barraca, 2007). No se encontraron antecedentes que hayan relacionado ambas variables.

El objetivo específico nro. 3 del estudio fue determinar la relación entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023, esto se alcanzó, sin embargo, los hallazgos mostraron que no existe una relación ($p>0,05$), por este motivo se rechazó la hipótesis alterna que afirmaba dicha relación. Dicho de otro modo, la ansiedad que produce la lejanía del celular, el agotamiento de la batería, y el uso hasta altas horas de la noche (Cumpa, 2017). No se relaciona con los comportamientos gobernados por reglas que dirigen a la persona hacia el progreso (Barraca, 2007). No se encontraron investigaciones similares.

Asimismo, se encontró que el 87,4 % de los participantes alcanzó un nivel medio de phubbing, mientras que un 8,1 % tuvo un grado alto. Al respecto, Álvarez-Cabrera et al. (2021) encontraron que las universitarias chilenas tuvieron mayor obsesión por el teléfono que los universitarios chilenos, considerando que en el presente estudio la mayoría de participantes fueron mujeres con 73,9 %, este resultado brinda información similar. Otro hallazgo parecido fue reportado por Álvarez y Moral (2020), ya que las mujeres de su estudio, realizado en adolescentes entre 15 y 17 años, tenían mayor uso problemático de celulares y redes sociales que los hombres. No obstante, Villafuerte-Garzón y Vera-Perea (2019) reportaron que los hombres de su muestra ecuatoriana son los que tienen mayor

tendencia a realizar comportamientos de phubbing. Esto implica que la relación entre género y phubbing no queda del todo clara.

Por su parte, Hernández et al. (2021) encontró evidencia de que al menos 30 % de universitarios colombianos de su muestra usa su celular durante clases, lo cual es una conducta de ignorar al profesor (phubbing), aunque en menor medida que la reportada en el presente estudio. Asimismo, Alccahuaman y Andia (2021) reportaron que 54 % de estudiantes de educación superior arequipeños tiene un grado medio de phubbing. Durand (2021) reportó que 43,5 % de su muestra de universitarios limeños tenía un nivel medio de phubbing. Calle (2022) reportó que el 75,78 % de universitarios huancaínos de su muestra tuvo dependencia al celular.

Vicente (2020) reportó que el 44,3 % de su población de universitarios de Lima y Cañete alcanzaron un nivel medio de phubbing, aunque no hallaron diferencias según el sexo. Castillo y Quispe (2021) reportaron que entre 32 % y 52 % de los estudiantes de computación e informática de un instituto huancaíno tienen problemas ocasionados por el phubbing. Ramos y Rivera (2020) reportaron que 56,08 % de estudiantes de una institución educativa pasqueña alcanzaron un nivel medio de phubbing. Un resultado diferente fue hallado por García (2020), quien reportó que 95,2 % de estudiantes de psicología huancaínos no tenía adicción a redes sociales. Por otro lado, se encontró que el 71,5 % de participantes obtuvo un nivel normal de valores orientados al progreso.

La literatura coincide en que el problema del phubbing está presente en proporciones importantes en poblaciones de estudiantes universitarios, por lo tanto, es relevante continuar esta línea de investigación a fin de encontrar que variables psicosociales median el fenómeno, de esta forma se podrán diseñar programas preventivos más eficaces.

En base a los resultados, el entrenamiento en valores orientados al progreso no sería una técnica eficaz al momento de eliminar conductas de phubbing en estudiantes universitarios; por lo tanto, se debe investigar otras técnicas con la finalidad de encontrar las más eficaces para la eliminación del phubbing.

CONCLUSIONES

A continuación, se presenta las conclusiones del estudio:

- Se concluyó que no existe relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023, ya que el P- Valor fue menor que el nivel de significancia del 5 %.
- Se concluyó que no existe relación entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023, ya que el P- Valor fue menor que el nivel de significancia del 5 %.
- Se concluyó que no existe relación entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023, ya que el P- Valor fue menor que el nivel de significancia del 5 %.
- Se concluyó que no existe relación entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023, ya que el P- Valor fue menor que el nivel de significancia del 5 %.

RECOMENDACIONES

- Los estudiosos de esta línea de investigación deben proponer otros posibles factores predictores del phubbing y que podrían ser de utilidad para su tratamiento, ya que la evidencia mostrada en el presente estudio no respalda el empleo de los valores orientados al desarrollo como un posible tratamiento eficaz para el phubbing.
- La Universidad debe realizar tamizajes de phubbing en estudiantes de otras escuelas profesionales a fin de diseñar y aplicar campañas de concientización y prevención del uso indebido de los celulares, que se constituyan por brindar información sobre cómo identificar las conductas conocidas como phubbing, informar sus consecuencias negativas y mencionar donde y como pedir ayuda en casos severos.
- La Facultad de Psicología de la Universidad Continental debe llevar a cabo programas de concientización y prevención del phubbing que se constituyan por brindar información sobre cómo identificar las conductas conocidas como phubbing, informar sus consecuencias negativas y mencionar donde y como pedir ayuda en casos altos, ya que el 87,4 % de participantes alcanzó un nivel medio y 8,1 % obtuvo el nivel alto.
- La Facultad de Psicología de la Universidad Continental debe llevar a cabo programas de promoción de los valores orientados al progreso en los estudiantes a fin de que encuentren fuentes inagotables de motivación y vivan una vida digna de ser vivida, para ello se debe ya que 28,5 % presentan dificultad para identificar sus valores.
- La Universidad Continental debe publicar los resultados del presente estudio, ya que se cumplieron rigurosamente todos los pasos del método científico y de la ética en investigación; asimismo, los instrumentos fueron validados y se calculó su confiabilidad, por lo cual otros investigadores y profesionales pueden realizar mediciones óptimas en poblaciones similares.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abbasi, I. (2019). Social media and committed relationships: What factors make our romantic relationship vulnerable? *Social Science Computer Review*, 37(3), 425–434. <https://doi.org/10.1177/0894439318770609>
- Al-Saggaf, Y., MacCulloch, R., & Wiener, K. (2019). Trait Boredom Is a Predictor of Phubbing Frequency. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 4, 245–252. <https://doi.org/10.1007/s41347-018-0080-4>
- Alccahuaman, R. y Andia, Y. (2021). *Efectos de la nomofobia y phubbing en el bienestar psicológico de los estudiantes de una universidad pública de Arequipa* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional de la UNSA. http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/13592/PSancoy_alchrn.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Álvarez-Cabrera, P., Parra, R., Jerez, R. y Arias, C. (2021). Niveles de nomofobia y phubbing en estudiantes de la Universidad Santo Tomás de la ciudad de Arica. *Fides Et Ratio*, 22, 91–108. http://www.scielo.org.bo/pdf/rfer/v22n22/v22n22_a06.pdf
- Álvarez, M. y Moral, M. (2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol. *Health and Addictions Salud y Drogas*, 20(1), 113–125. <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i1.487>
- Alvino, C. (2021). *Estadísticas de la situación digital de Perú en el 2020-2021*. Branch. <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-peru-en-el-2020-2021/>

- Ang, C., Teo, K., Ong, Y., & Siak, S. (2019). Investigation of a preliminary mixed method of phubbing and social connectedness in adolescents. *Addiction & Health, 11*(1), 1–10. <https://doi.org/10.22122/ahj.v11i1.539>
- Barnes-Holmes, D., Rodríguez, M., & Whelan, R. (2005). La teoría de los marcos relacionales y el análisis experimental del lenguaje y la cognición. *Revista Latinoamericana de Psicología, 37*(2), 255–275. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rlp/v37n2/v37n2a03.pdf>
- Barraca, J. (2007). La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): fundamentos, aplicación en el contexto clínico y área de desarrollo. *Miscelánea Comillas: Revista de Ciencias Humanas y Sociales, 65*(127), 761–781. <http://jorgebarraca.com/wp-content/uploads/Terapia-de-Aceptacion-y-Compromiso-ACT.pdf>
- Calle, W. (2022). *Procrastinación académica y dependencia al celular en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de una universidad privada, Huancayo- 2021*. Universidad Peruana Los Andes. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/5091>
- Castillo, A. y Quispe, M. (2021). *Phubbing en estudiantes de computación e informática del instituto superior tecnológico público Santiago Antúnez de Mayolo de Palián-Huancayo* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Centro del Perú]. Repositorio Institucional de la UNCP. https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/7076/T010_48200663_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chomsky, N. (1964). Recensión crítica de berval behavior de B. F. Skinner. In *The structure of Language* (pp. 547–578). Prentice-Hall. <https://www.raco.cat/index.php/Convivium/article/download/76427/98643>

- Chotpitayasunondh, V. y Douglas, K. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Cizmecci, E. (2017). Disconnected , though satisfied : pphubbing behavior and relationship satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication-TOJDAC*, 7(2), 364–375. <https://doi.org/10.7456/10702100/018>
- Claveriano, R., Rufino, M. y Suárez, C. (2020). *El phubbing y las relaciones interpersonales en adolescentes de una Institución Educativa Pública De Huánuco 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio Institucional de la UNHEVAL. <https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/6183>
- Coletti, J. y Teti, G. (2015). Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): conductismo, mindfulness y valores. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, 26, 37–42. https://www.researchgate.net/profile/German-Teti/publication/281519233_Acceptance_and_Commitment_Therapy_ACT_Behaviorism_mindfulness_and_values/links/5aac6672aca2721710f8a660/Acceptance-and-Commitment-Therapy-ACT-Behaviorism-mindfulness-and-values.pdf
- Corzo, C. y Pérez, A. (2015). *Historia del celular (Capítulo dos)*. Universidad Autónoma Del Estado de Hidalgo. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa3/article/download/1728/5428?inline=1>
- Cumpa, L. (2017). Diseño de la escala de Phubbing en estudiantes universitarios de 18 a 24 años de Lima Norte, 2017 [Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11290/Cumpa_PLR.pdf?sequence=4&isAllowed=y

- Davey, S., Raghav, A., & Przepiórkaa, A. (2018). *Predictors and consequences of “Phubbing” among adolescents and youth in India: An impact evaluation study*. National Library of Medicine. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5774041/>
- Durand, F. (2021). Phubbing y agresividad en estudiantes universitarios de Lima norte, 2020 [Universidad César Vallejo]. In *Repositorio de la Universidad César Vallejo*. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63133/Durand_ZFM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fernández, C., Vicente, M., Carrillo, I., Guilabert, M., & Mira, J. (2020). Factors influencing the smartphone usage behavior of pedestrians: Observational study on “Spanish smombies.” *Journal of Medical Internet Research*, 22(8), 1–19. <https://doi.org/10.2196/19350>
- Frost, R., & Rickwood, D. (2017). A systematic review of the mental health outcomes associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 1–37. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.001>
- García, S. (2020). Adicción al celular en estudiantes de la Universidad Continental Huancayo 2019 [Universidad Continental]. In *Universidad Continental*. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8754/4/IV_FHU_501_TE_Garcia_Chirinos_2020.pdf
- González, F. (2009). Epistemología y ontología: un debate necesario para la psicología hoy. *Diversitas-Perspectivas En Psicología*, 5(2), 205–224. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2009.0002.01>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ª ed.). M. H. Education. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

- Hernández, T., Duana, D., Hernández, J. y Torres, D. (2021). Presencia de phubbing en estudiantes del nivel superior. *Panorama*, 15(28), 92–104.
<https://doi.org/10.15765/pnrm.v15i28.1818>
- Kantor, J., & Smith, N. (2015). La ciencia de la psicología: Un estudio interconductual. In *University Press of the South*. Principia Press.
<https://www.conducteam.com/recursos-libros/la-ciencia-de-la-psicologia-un-estudio-interconductual/>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B., Çulha, I. y Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74.
<https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Luciano, C. y Valdivia, M. (2006). La terapia de aceptación y compromiso (ACT). Fundamentos, características y evidencia. *Papeles del Psicólogo*, 27(2), 79–91.
<https://www.redalyc.org/pdf/778/77827203.pdf>
- Mejía, M. (2020). M-Learning: Uso, características, ventajas y desventajas. *Revista Internacional Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 8(1), 50–52.
<https://ojs.docentes20.com/index.php/revista-docentes20/article/view/80/236>
- Miraval, A. y Rojas, L. (2019). *Relación del Phubbing y los valores interpersonales en jóvenes de la Facultad de Psicología de la UNHEVAL – Huánuco – Perú - 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio Institucional de la UNHEVAL.
<https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/5425/TPS00287M63.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

- Nina, R., Montero, M., & Manríquez, J. (2020). Phubbing , comunicación tecnológica y calidad de la relación de pareja. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(3), 1–13. <https://doi.org/2027-1786.rip.13303>
- Organista-Sandoval, J., McAnally-Salas, L. y Lavigne, G. (2013). El teléfono inteligente (smartphone) como herramienta pedagógica. *Apertura: Revista de Innovación Educativa*, 5(1), 6–19. <https://www.redalyc.org/pdf/688/68830443002.pdf>
- OSIPTEL. (2022). *OSIPTEL: El 88,4 % de los hogares peruanos cuenta con un teléfono inteligente*. OSIPTEL. <https://www.osiptel.gob.pe/portal-del-usuario/noticias/osiptel-el-88-4-de-los-hogares-peruanos-cuenta-con-un-telefono-inteligente/#:~:text=De acuerdo al estudio %2C la,porcentuales en apenas cinco años.>
- Páez-Blarrina, M., Gutiérrez-Martínez, O., Valdivia-Salas, S. y Luciano-Soriano, C. (2006). Terapia de aceptación y compromiso (ACT) y la importancia de los valores personales en el contexto de la terapia psicológica. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 6(1), 1–20. https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/38011/PaezBlarrina_ACT.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pérez, M. (2006). La Terapia de Conducta de Tercera Generación. *EduPsykhé*, 5(2), 159–172. <https://doi.org/10.5093/cc2010v1n1a6>
- Ramos, J. y Rivera, S. (2020). El phubbing y las habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa privada de Pasco, 2020 [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional de la UPLA. https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2294/TESIS_FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Real Academia Española. (2023). *Valor*. Real Academia Española.

<https://dle.rae.es/valor?m=form>

- Rey, C. (2004). La Terapia de aceptación y compromiso ACT: sus aplicaciones y principales fundamentos conceptuales y metodológicos. *Suma Psicológica*, 11(2), 267–284. <https://www.redalyc.org/pdf/1342/134233585008.pdf>
- Ribes, E. (1995). Causalidad y contingencia.pdf. *Mexican Journal of Behavior Analysis*, 21, 123–142.
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33410777/Causalidad_y_contingencia-libre.pdf?1396873102=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DCausalidad_y_contingencia_1995.pdf&Expires=1676161151&Signature=U5IdAT5yPxGzeV0DkUIhUiUAJGoFz0737pc1Tw7xgav8qX
- Roberts, J. y David, M. (2017). Put down your phone and listen to me: How boss phubbing undermines the psychological conditions necessary for employee engagement. *Computers in Human Behavior*, 75, 1–44.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.05.021>
- Rodríguez, M., Díaz, M., Agostinelli, J. y Daverio, R. (2019). Adicción y uso del teléfono celular. *Ajayu Órgano de Difusión Científica Del Departamento de Psicología UC BSP*, 17(2), 211–235. http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v17n2/v17n2_a01.pdf
- Ruiz, A., Díaz, M. y Villalobos, A. (2012). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales*. In UNED. <https://doi.org/B1-3308-2011>
- Skinner, B. (1994). *Sobre el conductismo*. <http://instfreirechacabuco.edu.ar/wp-content/uploads/Skinner-Sobre-el-Conductismo.pdf%0A>
- Smout, M., Davies, M., Burns, N., & Christie, A. (2014). Development of the Valuing Questionnaire (VQ). *Journal of Contextual Behavioral Science*, 1–9.
<https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2014.06.001>
- Statista Research Department. (2022). *Porcentaje de la población en Perú con acceso a*

smartphones en 2019, por edad. Statista.

<https://es.statista.com/estadisticas/1234903/porcentaje-personas-acceso-smartphone-peru-por-edad/>

Tacca, D., Cuarez, R. y Tacca, A. (2021). Phubbing, family atmosphere and self-esteem in peruvian teenagers in the context of social isolation. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 10(3), 1–21.

<https://doi.org/10.17583/rimcis.7096>

Törneke, N. (2016). *Aprendiendo TMR: Una Introducción a Teoría del Marco Relacional y sus Aplicaciones Clínicas.* Didacbook.

Twenge, J., Haidt, J., Blake, A., McAllister, C., Lemon, H., & Le Roy, A. (2021).

Worldwide increases in adolescent loneliness. *Journal of Adolescence*, 1–13.

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.06.006>

Valencia, K. (2018). *Características demográficas, sociales y familiares asociado a la dependencia del teléfono móvil y adicción al internet en estudiantes del colegio Gran Unidad Escolar San Carlos, Puno-2017* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano].

http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/8641/Valencia_Velasquez_Katherin_Milagros.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vicente, M. (2020). Phubbing en estudiantes de administración de dos universidades públicas de Lima y Cañete, 2019 [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional de la UNFV.

[http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3986/VICENTE OJEDA MELISSA CAROLINE - TITULO PROFESIONAL .pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3986/VICENTE_OJEDA_MELISSA_CAROLINE_-_TITULO_PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Villafuerte-Garzón, C. y Vera-Perea, M. (2019). Phubbing y género en un sector académico en Quito: Uso, abuso e interferencia de la tecnología. *Convergencia*, 26(79), 1–19. <https://doi.org/10.29101/crcs.v0i79.9156>

Wilson, K. y Luciano, C. (2002). *Terapia de aceptación y compromiso (ACT): Un tratamiento conductual orientado a los valores*. Pirámide. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=232618>

ANEXOS

Anexo A. Matriz de consistencia

Phubbing y valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023					
Autores: Yessenia Milagros Soto Rivera y Saira Mishelle Condor-Oscanoa					
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	MÉTODO
<p>Problema general PG: ¿Cuál es la relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?</p>	<p>Objetivo general OG: Determinar la relación entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.</p>	<p>Hipótesis: OG: Existe relación significativa entre el phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.</p>	Phubbing	Dependencia Relaciones interpersonales Ansiedad-insomnio	Método: Científico. Enfoque: Cuantitativo Tipo de Investigación: Básica Descriptiva Nivel de la investigación: Descriptiva correlacional
<p>Problemas específicos P1: ¿Cuál es la relación entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?</p>	<p>Objetivos específicos O1: Determinar la relación entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.</p>	<p>Hipótesis específicas H1: Existe relación significativa entre la dimensión dependencia del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.</p>	Valores orientados al progreso	Es una dimensión del cuestionario Values Questionnaire (VQ)	

<p>P₂: ¿Cuál es la relación entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?</p>	<p>O₂: Determinar la relación entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.</p>	<p>H₂: Existe relación significativa entre la dimensión relaciones interpersonales del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.</p>	<p>Población: Todos los estudiantes de primer ciclo (446) de una universidad privada de Huancayo en el periodo 2023-I</p>
<p>P₃: ¿Cuál es la relación entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023?</p>	<p>O₃: Determinar la relación entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.</p>	<p>H₃: Existe relación significativa entre la dimensión ansiedad-insomnio del phubbing y los valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2023.</p>	<p>Muestra: 333 estudiantes de psicología</p>

Anexo B. Instrumento de phubbing

Escala de phubbing de Cumpa (2017)

Edad: ____ Sexo: ____ Carrera: _____ Periodo académico: _____

Aquí tienes algunas preguntas sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. Después de cada pregunta, conteste en la hoja de respuesta marcando con una “X” según sea su caso. Ahora comience, trabaje rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas. No hay respuestas “correctas” ni “incorrectas” y esto no es un test de inteligencia o habilidad sino simplemente una medida de la forma como usted se comporta.

Nunca	Casi nunca	Casi siempre	Siempre
N	CN	CS	S

Nº	Preguntas	N	CN	CS	S
1.	Se me va el sueño cuando estoy utilizando mi celular	1	2	3	4
2.	Con frecuencia reviso mi celular, para mirar aplicaciones, redes sociales	1	2	3	4
3.	Mis amigos comentan que uso bastante tiempo el equipo celular	1	2	3	4
4.	Con frecuencia uso el celular en las actividades diarias	1	2	3	4
5.	Con frecuencia uso el celular estando en una reunión	1	2	3	4
6.	Cuanto no tengo mi celular, me siento preocupado	1	2	3	4
7.	He ignorado a las personas que estaba hablando por estar usando el equipo celular	1	2	3	4
8.	Con frecuencia me pongo triste cuando no recibes llamadas y no uso el celular	1	2	3	4
9.	Prefiero estar usando el celular para cualquier fin, y no estar con los amigos	1	2	3	4
10.	Prefiero desvelarme usando el celular	1	2	3	4
11.	Me causa preocupación cuando no tengo el celular	1	2	3	4
12.	Con frecuencia pienso que mi celular ha sonado y reviso si es así.	1	2	3	4
13.	Me siento incómodo cuando no tengo el celular ala mano	1	2	3	4
14.	Prefiero desvelarme usando el celular hasta altas horas de la noche	1	2	3	4
15.	Con frecuencia uso el celular estado en lugares públicos, restauran, cine.	1	2	3	4
16.	Uso el celular cada vez más tiempo para cualquier fin (aplicaciones, redes sociales).	1	2	3	4
17.	Me asusta la idea de que se acabe la batería de mi celular	1	2	3	4

18.	Prefiero conversar a través del celular, redes sociales, que estar frente de la persona	1	2	3	4
19.	Cuando estoy en una reunión con mis amigos uso el equipo celular	1	2	3	4
20.	Prefiero dormir pocas horas por estar utilizando el celular	1	2	3	4
21.	Estoy siempre pendiente de los nuevos equipos celulares para comprar uno	1	2	3	4
22.	Con frecuencia estoy preocupado por el celular	1	2	3	4
23.	No presto atención a clases o a las actividades por estar usando el celular	1	2	3	4

Anexo C. Cuestionario de valores

VQ

Por favor, lea cada frase cuidadosamente y haga un círculo en el número que mejor describa cómo de cierta ha sido esa frase para usted DURANTE LA SEMANA PASADA, INCLUYENDO EL DÍA DE HOY.

0	1	2	3	4	5	6
No es verdad en absoluto						Completamente verdad

Nº	ítems	Alternativas						
1	Pasé un montón de tiempo pensando sobre el pasado o el futuro en vez de dedicarme a actividades que eran importantes para mí.	0	1	2	3	4	5	6
2	Estuve básicamente en “piloto automático” la mayor parte del tiempo	0	1	2	3	4	5	6
3	Trabajé para conseguir mis metas incluso cuando no me sentía motivado	0	1	2	3	4	5	6
4	Estuve orgulloso de cómo viví mi vida	0	1	2	3	4	5	6
5	Hice progresos en las áreas de mi vida que más me importan	0	1	2	3	4	5	6
6	Los pensamientos, sentimientos y recuerdos difíciles se interpusieron en el camino de lo que quería hacer.	0	1	2	3	4	5	6
7	Continué mejorando en ser el tipo de persona que deseo ser	0	1	2	3	4	5	6
8	Cuando las cosas no fueron según lo planeado, me di por vencido fácilmente	0	1	2	3	4	5	6
9	Me sentí como si tuviera un propósito en la vida	0	1	2	3	4	5	6
10	Parecía como si estuviera comportándome de manera mecánica en vez de centrarme en lo que era importante para mí.	0	1	2	3	4	5	6

Anexo D. Consentimiento informado

Consentimiento Informado

“Phubbing y valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo 2023”

Se le invita ser parte del presente estudio con la finalidad de relacionar el phubbing y valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo 2023. Por ello, usted deberá responder con la mayor honestidad: un formulario con algunos datos personales generales y dos instrumentos, 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 protectores y de riesgo 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. Si algún participante desea recibir su diagnóstico psicométrico individual o tiene dudas personales con respecto a las variables, puede solicitar mayor información a las investigadoras, para este fin se colocan sus números telefónicos en la parte final del consentimiento informado.

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, Apellidos y firma del participante:

Jhon Bujaico Alvarez 

Edad: 22

Sexo: Masculino

Fecha: 20/06/2023

Números telefónicos de las investigadoras

954 427 771

988 000 119

Consentimiento Informado

“Phubbing y valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo 2023”

Se le invita ser parte del presente estudio con la finalidad de relacionar el phubbing y valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo 2023. Por ello, usted deberá responder con la mayor honestidad: un formulario con algunos datos personales generales y dos instrumentos, 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 protectores y de riesgo 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. Si algún participante desea recibir su diagnóstico psicométrico individual o tiene dudas personales con respecto a las variables, puede solicitar mayor información a las investigadoras, para este fin se colocan sus números telefónicos en la parte final del consentimiento informado.

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, Apellidos y firma del participante:

Selene Jennifer Vertocilla Rivera 

Edad: 18

Sexo: Femenino

Fecha: 23/06/23

Números telefónicos de las investigadoras

954 427 771

988 000 119

Anexo E. Aceptación para realización de investigación

UNIVERSIDAD CONTINENTAL

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Huancayo, 20 de junio de 2023

CARTA N° 016

Señores,

Comité de ética

Presente.

De mi especial consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted, con la finalidad de hacerle llegar el saludo cordial de la Dirección de la Carrera Profesional de Psicología y a la vez presentarle a las bachilleres:

Condor Oscanoa Saira Michelle

Soto Rivera Yessenia Milagros

quien desarrollan el Proyecto de Investigación titulado "PIHUBBING Y VALORES ORIENTADOS AL PROGRESO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2023". En virtud a lo mencionado se AUTORIZA aplicar la investigación en la EAP de Psicología, y en mérito a lo manifestado se le brindará las facilidades del caso para que pueda recabar la información que necesita con los lineamientos éticos correspondientes.

Agradeciendo anticipadamente su gentil atención, aprovecho la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial deferencia y estima personal.

Atentamente,



Mg. Jorge Salcedo Chuquimantari
Director de la Carrera Profesional de Psicología

Anexo F. Aprobación del comité de ética



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Huancayo, 28 de abril del 2023

OFICIO N°0234-2023-CIEI-UC

Investigadores:

YESSSENIA MILAGRÓS SOTO RIVERA
SARA MISHELLE CONDOR OSCANO

Presente-

Tengo el agrado de dirigirme a ustedes para saludarles cordialmente y a la vez manifestarles que el estudio de investigación titulado: **PHUBBING Y VALORES ORIENTADOS AL PROGRESO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO - 2023.**

Ha sido **APROBADO** por el Comité Institucional de Ética en Investigación, bajo las siguientes precisiones:

- El Comité puede en cualquier momento de la ejecución del estudio solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas.
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

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

Atentamente





Walter Caldeán Benavente
Presidente del Comité de Ética
Universidad Continental

**Anexo G. Cálculo del coeficiente de validación de contenido del instrumento de
phubbing**

Dimensión	ítem	Jueces			S	Mx	CVCj	Pj	CVCtc
		Juez 1	Juez 2	Juez 3					
Dependencia	2	14	16	11	41	2.5625	0.85417	0.03704	0.81712963
	4	14	16	11	41	2.5625	0.85417	0.03704	0.81712963
	12	14	16	11	41	2.5625	0.85417	0.03704	0.81712963
	13	14	16	11	41	2.5625	0.85417	0.03704	0.81712963
	15	14	16	11	41	2.5625	0.85417	0.03704	0.81712963
	19	14	15	12	41	2.5625	0.85417	0.03704	0.81712963
	22	14	12	11	37	2.3125	0.77083	0.03704	0.7337963
Relaciones interpersonales	3	16	16	12	44	2.75	0.91667	0.03704	0.87962963
	5	14	12	4	30	1.875	0.625	0.03704	0.58796296
	7	16	16	11	43	2.6875	0.89583	0.03704	0.8587963
	9	16	14	11	41	2.5625	0.85417	0.03704	0.81712963
	11	16	13	4	33	2.0625	0.6875	0.03704	0.65046296
Ansiedad-insomnio	1	16	16	12	44	2.75	0.91667	0.03704	0.87962963
	6	16	12	4	32	2	0.66667	0.03704	0.62962963
	8	14	13	12	39	2.4375	0.8125	0.03704	0.77546296
	10	14	12	12	38	2.375	0.79167	0.03704	0.75462963
	17	16	12	10	38	2.375	0.79167	0.03704	0.75462963
	14	13	12	4	29	1.8125	0.60417	0.03704	0.56712963
	16	16	16	12	44	2.75	0.91667	0.03704	0.87962963
	18	12	16	11	39	2.4375	0.8125	0.03704	0.77546296
	20	13	16	4	33	2.0625	0.6875	0.03704	0.65046296
	21	16	15	12	43	2.6875	0.89583	0.03704	0.8587963
	23	13	16	11	40	2.5	0.83333	0.03704	0.7962963
								CVC	0.77183977

**Anexo H. Cálculo del coeficiente de validación de contenido del instrumento de
valores**

Dimensión	ítem	Jueces			S	Mx	CVCj	Pj	CVCtc
		Juez 1	Juez 2	Juez 3					
Obstrucción	1	14	14	12	40	2.5	0.83333	0.03704	0.7962963
	2	12	12	10	34	2.125	0.70833	0.03704	0.6712963
	6	14	14	12	40	2.5	0.83333	0.03704	0.7962963
	8	16	15	12	43	2.6875	0.89583	0.03704	0.8587963
	10	16	11	9	36	2.25	0.75	0.03704	0.712963
Progreso	3	16	14	12	42	2.625	0.875	0.03704	0.837963
	4	12	13	12	37	2.3125	0.77083	0.03704	0.7337963
	5	12	15	12	39	2.4375	0.8125	0.03704	0.775463
	7	14	12	12	38	2.375	0.79167	0.03704	0.7546296
	9	10	12	12	34	2.125	0.70833	0.03704	0.6712963
								CVC	0.7608796

Anexo I. Evidencia de instrumentos aplicados

Consentimiento Informado

Consentimiento Informado

"Phubbing y valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo 2023"

Se le invita ser parte del presente estudio con la finalidad de relacionar el phubbing y valores orientados al progreso en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo 2023. Por ello, usted deberá responder con la mayor honestidad: un formulario con algunos datos personales generales y dos instrumentos, 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 protectores y de riesgo 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. Si algún participante desea recibir su diagnóstico psicométrico individual o tiene dudas personales con respecto a las variables, puede solicitar mayor información a las investigadoras, para este fin se colocan sus números telefónicos en la parte final del consentimiento informado.

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, Apellidos y firma del participante:

Jhon Bujaico Alvarez

Edad: 22

Sexo: Masculino

Fecha: 20/06/2023

Números telefónicos de las investigadoras

954 427 771

988 000 119

4.	Con frecuencia uso el celular en las actividades diarias.	1	2	3	4
5.	Con frecuencia uso el celular estando en una reunión.	1	2	3	4
6.	Cuanto no tengo mi celular, me siento preocupado.	1	2	3	4
7.	He ignorado a las personas que estaba hablando por estar usando el equipo celular.	1	2	3	4
8.	Con frecuencia me pongo triste cuando no recibes llamadas y no uso el celular.	1	2	3	4
9.	Prefiero estar usando el celular para cualquier fin, y no estar con los amigos.	1	2	3	4
10.	Prefiero desvelarme usando el celular.	1	2	3	4
11.	Me causa preocupación cuando no tengo el celular.	1	2	3	4
12.	Con frecuencia pienso que mi celular ha sonado y reviso si es así.	1	2	3	4
13.	Me siento incómodo cuando no tengo el celular a la mano.	1	2	3	4
14.	Prefiero desvelarme usando el celular hasta altas horas de la noche	1	2	3	4
15.	Con frecuencia uso el celular estado en lugares públicos, restauran, cine.	1	2	3	4
16.	Uso el celular cada vez más tiempo para cualquier fin (aplicaciones, redes sociales).	1	2	3	4
17.	Me asusta la idea de que se acabe la batería de mi celular.	1	2	3	4
18.	Prefiero conversar a través del celular, redes sociales, que estar frente de la persona.	1	2	3	4
19.	Cuando estoy en una reunión con mis amigos uso el equipo celular.	1	2	3	4
20.	Prefiero dormir pocas horas por estar utilizando el celular.	1	2	3	4
21.	Estoy siempre pendiente de los nuevos equipos celulares para comprar uno.	1	2	3	4
22.	Con frecuencia estoy preocupado por el celular.	1	2	3	4
23.	No presto atención a clases o a las actividades por estar usando el celular.	1	2	3	4

0-14
2-7
4-18

Datos Sociodemográficos

Edad: 22 Sexo: Varón 2) Mujer

Ciclo: Tercero

¿En qué tipo de colegio estudió?

Privado 2) Estatal

¿Lleva cursos de ciclos superiores?

Si 2) No

¿Con quien (es) vive?

Padres y hermanos 2) Solo 3) Otras personas, especifique.....

¿Está llevando psicoterapia o asiste al psicólogo actualmente?

1) Si No

CUESTIONARIO 1

Aquí tienes algunas preguntas sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. Después de cada pregunta, conteste en la hoja de respuesta marcando con una "X" según sea su caso. Ahora comience, trabaje rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas. No hay respuestas "correctas" ni "incorrectas" y esto no es un test de inteligencia o habilidad sino simplemente una medida de la forma como usted se comporta.

Nunca	Casi nunca	Casi siempre	Siempre
N	CN	CS	S
1	2	3	4

Nº	Preguntas	N	CN	CS	S
1.	Se me va el sueño cuando estoy utilizando mi celular.	1	2	3	4
2.	Con frecuencia reviso mi celular, para mirar aplicaciones, redes sociales.	1	2	3	4
3.	Mis amigos comentan que uso bastante tiempo el equipo celular.	1	2	3	4

CUESTIONARIO 2

Por favor, lea cada frase cuidadosamente. Después de cada pregunta, conteste en la hoja de respuesta marcando con una "X" el número que mejor describa como ha sido esa frase para usted DURANTE LA SEMANA PASADA, INCLUYENDO EL DÍA DE HOY.

0	1	2	3	4	5	6
En absoluto verdad.						Completamente verdad.

1.	Pasé un montón de tiempo pensando sobre el pasado o el futuro en vez de dedicarme a actividades que eran importantes para mí.	0	1	2	3	4	5	6
2.	Estuve básicamente en "piloto automático" la mayor parte del tiempo.	0	1	2	3	4	5	6
3.	Trabajé para conseguir mis metas incluso cuando no me sentía motivado.	0	1	2	3	4	5	6
4.	Estuve orgulloso de cómo viví mi vida.	0	1	2	3	4	5	6
5.	Hice progresos en las áreas de mi vida que más me importan.	0	1	2	3	4	5	6
6.	Los pensamientos, sentimientos y recuerdos difíciles se interpusieron en el camino de lo que quería hacer.	0	1	2	3	4	5	6
7.	Continué mejorando en ser el tipo de persona que deseo ser.	0	1	2	3	4	5	6
8.	Cuando las cosas no fueron según lo planeado, me di por vencido fácilmente.	0	1	2	3	4	5	6
9.	Me sentí como si tuviera un propósito en la vida.	0	1	2	3	4	5	6
10.	Parecía como si estuviera comportándome de manera mecánica en vez de centrarme en lo que era importante para mí.	0	1	2	3	4	5	6

P-26
0-12

240
173

4.	Con frecuencia uso el celular en las actividades diarias.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
5.	Con frecuencia uso el celular estando en una reunión.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
6.	Cuanto no tengo mi celular, me siento preocupado.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
7.	He ignorado a las personas que estaba hablando por estar usando el equipo celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
8.	Con frecuencia me pongo triste cuando no recibes llamadas y no uso el celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
9.	Prefiero estar usando el celular para cualquier fin, y no estar con los amigos.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
10.	Prefiero desvelarme usando el celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
11.	Me causa preocupación cuando no tengo el celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
12.	Con frecuencia pienso que mi celular ha sonado y reviso si es así.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
13.	Me siento incómodo cuando no tengo el celular a la mano.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
14.	Prefiero desvelarme usando el celular hasta altas horas de la noche	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
15.	Con frecuencia uso el celular estado en lugares públicos, restauran, cine.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
16.	Uso el celular cada vez más tiempo para cualquier fin (aplicaciones, redes sociales).	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
17.	Me asuta la idea de que se acabe la batería de mi celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
18.	Prefiero conversar a través del celular, redes sociales, que estar frente de la persona.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
19.	Cuando estoy en una reunión con mis amigos uso el equipo celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
20.	Prefiero dormir pocas horas por estar utilizando el celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
21.	Estoy siempre pendiente de los nuevos equipos celulares para comprar uno.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
22.	Con frecuencia estoy preocupado por el celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4
23.	No presto atención a clases o a las actividades por estar usando el celular.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4

1-16
e-17

CUESTIONARIO 2

Por favor, lea cada frase cuidadosamente. Después de cada pregunta, conteste en la hoja de respuesta marcando con una "X" el número que mejor describa como ha sido esa frase para usted DURANTE LA SEMANA PASADA, INCLUYENDO EL DÍA DE HOY.

0	1	2	3	4	5	6
En absoluto verdad.						Completamente verdad.

1.	Pasé un montón de tiempo pensando sobre el pasado o el futuro en vez de dedicarme a actividades que eran importantes para mí.	0	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>	6	
2.	Estuve básicamente en "piloto automático" la mayor parte del tiempo.	0	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5	6	
3.	Trabajé para conseguir mis metas incluso cuando no me sentía motivado.	0	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>	6	
4.	Estuve orgulloso de cómo viví mi vida.	0	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>	6	
5.	Hice progresos en las áreas de mi vida que más me importan.	0	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>	6	
6.	Los pensamientos, sentimientos y recuerdos difíciles se interpusieron en el camino de lo que quería hacer.	0	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>	6	
7.	Continúe mejorando en ser el tipo de persona que deseo ser.	0	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5	6	
8.	Cuando las cosas no fueron según lo planeado, me di por vencido fácilmente.	0	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5	6
9.	Me sentí como si tuviera un propósito en la vida.	0	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5	6	
10.	Parecía como si estuviera comportándome de manera mecánica en vez de centrarme en lo que era importante para mí.	0	1	2	3	4	5	<input checked="" type="checkbox"/>	6

8-23
5-23