



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES
DE 3ERO, 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
PÚBLICA DE LIMA SUR, 2021

Línea de investigación:

Salud mental

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología con mención
en Psicología Clínica

Autora:

Vidal Oliva, María Pía

Asesor:

Córdova Gonzales, Luis
(ORCID: 0000-0003-2454-3790)

Jurado:

Aguirre Morales, Marivel
Tantalean Terrones, Lizley
Cirilo Acero, Ingrid

Lima - Perú

2023

Reporte de Análisis de Similitud

Archivo: A2 – VIDAL OLIVA MARIA PIA - OFICIO N° 158-2022-OGGE-AS-

Fecha del Análisis: 20 /12/2022

Operador del Programa Informático: SALAZAR CHAMBA SOFIA TERESA

Correo del Operador del Programa Informático: ssalazar@unfv.edu.pe

Porcentaje: 5%

Asesor: LUIS CORDOVA GONZALES

Título: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE 3ERO, 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA SUR, 2021

Enlace: <https://secure.arkund.com/old/view/147151314-800916-414297#q1bKLVayio7VUSrOTM/LTMtMTsxLTIWyMqgFAA==>

Jefe de la Oficina de Grados y Gestión del Egresado:



MG. VILMA BARTOLA ZEGARRA MARTINEZ

Referencia:

Vidal, M. (2023). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública de Lima Sur, 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional UNFV. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/6659>



Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada (CC BY-NC-ND)

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede generar obras derivadas ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y HABILIDADES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE 3ERO, 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA SUR, 2021

Línea de investigación:

Salud Mental

Tesis para optar el Título Profesional de

Licenciada en Psicología con mención en Psicología Clínica

Autora:

Vidal Oliva, María Pía

Asesor:

Córdova Gonzales, Luis

(ORCID: 0000-0003-2454-3790)

Jurado:

Aguirre Morales, Marivel

Tantalean Terrones, Lizley

Cirilo Acero, Ingrid

Lima – Perú

2023

Pensamientos

“No hay que enseñar los grandes libros; debemos enseñar el amor por la lectura. Conocer el contenido de algunas obras de la literatura es un logro trivial. Conseguir estar inclinado a seguir leyendo, es un gran logro”.

B. F. Skinner

“Dime y lo olvido. Enséñame y lo recuerdo.

Involucrarme y aprendo”.

Benjamín Franklin

Dedicatoria

A mis padres, Gianna y Juan, por ser parte de mi motivación en la vida, por su enseñanza, su empuje y su amor incondicional para conmigo.

A mis ángeles en el cielo, Andrea y María, por trascender después de la vida y transformarse en amor puro.

A mis sobrinas, Sofía y Elena, por enseñarme, a través de su inocencia el significado de la paciencia y del sentido de vida.

A mis familiares y a mi hermana Isabella, miles de kilómetros no desvanecen lo que comenzamos a unir hace 28 años.

Agradecimientos

Un agradecimiento especial para mis asesores, mi gran amigo, Walter Molla, y a mi profesor, Doctor Luis Córdova, por sus enseñanzas, inspiración, disposición y conocimientos impartidos a lo largo de este camino.

Agradezco a todas las personas involucradas en mi casa de estudios, la Universidad Nacional Federico Villarreal, quienes con sus enseñanzas y experiencias compartidas lograron calar en mi persona conocimiento científico.

Gracias a mis amigos, los que tuvieron la paciencia necesaria para alentarme en este camino, los que me enseñaron a ser mejor persona, los que me regalan vivencias que atesoro en mí, gracias a aquellos amigos quienes me inspiran con sus acciones en la vida.

Índice de Contenido

Pensamientos

Dedicatoria

Agradecimiento

Índice de contenido

Índice de tablas

Resumen

Abstract

I.	Introducción	11
1.1.	Descripción y formulación del problema	11
1.2.	Antecedentes	14
1.2.1.	Antecedentes Internacionales	14
1.2.2.	Antecedentes Nacionales	16
1.3.	Objetivos	18
1.3.1.	Objetivo General	18
1.3.2.	Objetivos Específicos	18
1.4.	Justificación	20
1.5.	Hipótesis	21
1.5.1.	Hipótesis General	21
1.5.2.	Hipótesis Específicas	21
II.	Marco Teórico	24
2.1.	Adicción a las redes sociales	24
2.2.	Habilidades Sociales	32

III. Método	37
3.1. Tipo de investigación	37
3.2. Ámbito temporal y espacial	37
3.3. Variables de estudio	38
3.4. Población y muestra	39
3.5. Técnicas de recolección e instrumentos	40
3.6. Procedimiento	45
3.7. Análisis de datos	46
3.8. Aspectos éticos	46
IV. Resultados	47
V. Discusión de resultados	58
VI. Conclusiones	65
VII. Recomendaciones	67
VIII. Referencias	68
IX. Anexos	76

Lista de tablas

N° de tabla	Página
1. Distribución de ítems de instrumento de Adicción a las redes sociales	42
2. Baremo del cuestionario de Adicción a las Redes Sociales	42
3. Distribución de ítems de variable Habilidades Sociales	44
4. Baremo general de la Escala de Habilidades Sociales	45
5. Distribución de muestra según grado de estudios y sexo	47
6. Niveles de adicción a redes sociales y dimensiones	48
7. Niveles de habilidades sociales y dimensiones	48
8. Niveles de dimensiones de habilidades sociales	49
9. Prueba de ajuste a la normalidad de Kolmogorov-Smirnov para Adicción a redes sociales y dimensiones	50
10. Prueba de ajuste a la normalidad de Kolmogorov-Smirnov para Habilidades sociales y dimensiones	50
11. Correlación de Spearman para adicción a redes sociales y habilidades sociales	51
12. Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Autoexpresión en situaciones sociales	51
13. Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Defensa de los propios derechos como consumidor	52
14. Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Expresión de enfado o disconformidad	52

15. Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Decir no y cortar interacciones	53
16. Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Hacer peticiones	53
17. Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Hacer interacciones positivas con el sexo opuesto	54
18. Correlación de Spearman para Habilidades sociales y Obsesión con las redes sociales	54
19. Correlación de Spearman para Habilidades sociales y Falta de control personal en el uso de redes sociales	55
20. Correlación de Spearman para Habilidades sociales y Uso excesivo de redes sociales	55
21. Comparación de rangos promedios de U de Mann-Whitney para Adicción a las redes sociales según género	56
22. Comparación de rangos promedios de U de Mann-Whitney para Habilidades sociales según género	57

Resumen

El objetivo de mi estudio fue determinar la relación entre adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública de Lima Sur, durante el año 2021. El enfoque que dispuse fue cuantitativo, siendo la investigación no experimental, de tipo correlacional y con un diseño trasversal. La muestra estuvo constituida por 275 estudiantes de ambos géneros, con edades oscilantes entre los 13 y 17 años. Para la recopilación de datos sobre las variables de investigación utilicé la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (EHS, 2010) y la Escala de Adicción a las Redes Sociales (ARS, 2014). De acuerdo con los resultados, encontré una relación significativa ($p < .05$; $p = .043$), inversa y alta ($\rho = -.613$) entre ambas variables; llegando a la conclusión que niveles altos de adicción a redes sociales, podrían estar relacionados con niveles bajos de habilidades sociales en los estudiantes de secundaria. Finalmente, considero que la presente investigación cuenta con una implicancia práctica, donde los resultados pueden colaborar en el desarrollo de programas de prevención e intervención en la muestra estudiada.

Palabras clave: cuantitativo, correlacional, estudiantes de secundaria, habilidades sociales, redes sociales

Abstract

The objective of my study was to determine the relationship between addiction to social networks and social skills in 3rd, 4th and 5th grade high school students from a public educational institution in South Lima, during the year 2021. The approach I used was quantitative, being the non-experimental, correlational-type research with a cross-sectional design. The sample consisted of 275 students of both genders, with ages ranging between 13 and 17 years. To collect data on the research variables, I used the Gismero Social Skills Scale (EHS, 2010) and the Social Network Addiction Scale (ARS, 2014). According to the results, I found a significant relationship ($p < .05$; $p = .043$), inverse and high ($\rho = -.613$) between both variables; concluding that high levels of addiction to social networks could be related to low levels of social skills in high school students. Finally, I consider that this research has a practical implication, where the results can collaborate in the development of prevention and intervention programs in the sample studied.

Keywords: quantitative, correlational, high school students, social skills, social networks

I. Introducción

1.1. Descripción y formulación del problema

En la actualidad es común ver a la mayoría de las personas emplear parte de su tiempo para acceder a internet y encontrar un mundo nuevo detrás de las pantallas de sus aparatos tecnológicos. Una de las bondades que el internet ofrece son las redes sociales, las cuales son servidores que se encuentran en la red y tienen como funcionalidad permitir a los usuarios identificarse a través de un perfil, además de contar con una lista de contactos a fin de realizar conexiones con los mismos (Boyd y Ellison, 2007).

El uso de las redes sociales cada vez se hace más intenso y frecuente, tal como lo indica British Broadcasting Corporation (BBC, 2019) a nivel global el tiempo dedicado a las redes sociales ha aumentado en un 60% en estos últimos siete años. Deutsche Well (2018), expuso un estudio realizado por la caja alemana de seguros médicos DAK y la Clínica Universitaria de Hamburgo con 100 000 adolescentes alemanes se encontró que el 2,6% de muestra presentó adicción a las redes sociales, teniendo como indicadores la falta de sueño, negación de la realidad y conflictos con los padres.

La BBC (2019) indicó que el tiempo de uso de redes sociales aumentó en un 60% los últimos 7 años, es decir, en el 2012 las personas pasaban en promedio 90 minutos al día dedicándole a las redes sociales, no obstante, los minutos ascendieron a 143 con respecto a la fecha indicada. Por otro lado, América Latina alberga la mayor cantidad de usuarios que hacen uso de las redes sociales, teniendo como promedio de uso 212 minutos diarios; liderando la lista los países de Brasil y Colombia.

Por otro lado, en relación con la coyuntura nacional, el Diario Gestión (2019) indicó que Perú lidera la lista de países sudamericanos en relación con el uso de social media (donde

se encuentran comprendidas las redes sociales) con un 93,2%. Asimismo, el Diario El Comercio (2016) refiere que la primera actividad que realizan los adolescentes al conectarse a internet es comunicarse por correos o redes sociales con un 96,1%, también, se estima que hay un millón 200 mil adolescentes en todo el Perú que están en riesgo de presentar una conducta adictiva a internet, lo que representa el 16,2% de la población total de jóvenes entre 13 y 17 años.

Finalmente, Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur (IPSOS, 2021) indicó que las redes sociales más usadas en el Perú son Facebook, WhatsApp, YouTube, Instagram y Messenger. Estimándose 12.8 millones de usuarios a nivel nacional con edades oscilantes entre 19 y 70 años; asimismo, se detectó un crecimiento considerable en el uso de la red social TikTok.

El País (2018) mencionó que los adolescentes conforman un fragmento de riesgo en el uso de redes sociales, debido a que son propensos a buscar sensaciones nuevas. Por otra parte, señaló que el abuso de las redes sociales puede facilitar el aislamiento, el bajo rendimiento, el desinterés por otros temas e incluso los cambios de conducta (por ejemplo, la irritabilidad), así como el sedentarismo o las alteraciones del sueño.

En Perú, Andina (2019) indicó que el empleo de las redes sociales se está empezando a considerar como la única vía para resolver problemas perdiendo la capacidad del ser humano de resolverlos presencialmente; si los jóvenes las usaran para comunicar actividades no sería una actividad dañina, pero si fuesen usadas como única vía para relacionarse y los jóvenes se aíslan a causa de ello podría ser considerado como una señal de alarma.

El panorama expresado anteriormente permite visualizar que el uso de las redes sociales se ha vuelto común entre los adolescentes y, de manera paulatina, se ha ido mimetizando en la vida de estos, encontrándose inmersos ante posibles escenarios de riesgo.

Es por ello que se busca detectar si hay alguna vinculación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales. Por todo lo anteriormente expresado, me formulo la siguiente interrogante:

Problema general

¿Existe relación entre la adicción a las redes sociales con las habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa de Lima Sur?

Problemas específicos:

¿Existe relación entre la adicción a redes sociales con la autoexpresión de situaciones sociales en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existe relación entre la adicción a redes sociales con la defensa de los propios derechos como consumidor en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existe relación entre la adicción a redes sociales con la expresión de enfado o disconformidad en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existe relación entre la adicción a redes sociales con el decir no y cortar interacciones en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existe relación entre la adicción a redes sociales con el hacer peticiones en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existe relación entre la adicción a redes sociales con el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existe relación entre las habilidades sociales con la obsesión con las redes sociales en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existe relación entre las habilidades sociales con la falta de control personal en el uso de redes sociales en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existe relación entre las habilidades sociales con uso el excesivo de redes sociales en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?

¿Existen diferencias significativas en la adicción a las redes sociales en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género?

¿Existen diferencias significativas en las habilidades sociales en alumnos de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género?

1.2. Antecedentes

1.2.1. Antecedentes Internacionales

Klimenko et al. (2021) tuvieron como objetivo valorar el riesgo de adicción a redes sociales e Internet y la relación con habilidades para la vida y socioemocionales. La muestra estuvo conformada por 221 estudiantes adolescentes de ambos géneros y con promedio de edad de 15 años. De acuerdo con el método, fue un estudio cuantitativo, no experimental de

tipo correlacional. Las escalas utilizadas fueron la Escala de Riesgo de Adicción a Redes sociales e Internet (ERA-RSI) y la Escala de Habilidades para la Vida. Se obtuvo una correlación moderada, negativa y significativa ($p=.009$; $r=-.475$), es decir, en cuanto se evidencie una menor práctica de habilidades para la vida podría existir mayor tendencia a desarrollar un riesgo de adicción a redes sociales e Internet.

Franco y Urrea (2020) investigaron la relación entre el uso constante de las redes sociales y las habilidades sociales. Como metodología, la investigación tuvo un diseño no experimental y de tipo correlacional. La muestra estuvo compuesta por 300 estudiantes con edades oscilantes entre los 11 y 17 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (EHS). Se obtuvo una correlación negativa ($p<.000$; $r=-.548$), lo cual podría indicar que, a mayor uso de las redes sociales, se podría presentar un menoscabo en las habilidades sociales.

Chuquiana (2020) llevaron a cabo una investigación con el objetivo de determinar la relación entre las redes sociales y el desarrollo de las habilidades sociales. La metodología utilizada fue de tipo cuantitativa, correlacional. La muestra estuvo compuesta por 106 estudiantes de género femenino, cuyas edades oscilaban entre 12 y 13 años. Para medir las variables se utilizó la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (EHS). Como saldo de la investigación, se presenta que existe una correlación entre los puntajes totales de ambas variables, siendo esta una correlación inversa ($p<.01$; $r=.338$), es decir se concluyó que el uso de redes sociales podría relacionarse con menor dominio de habilidades sociales.

Borrero (2019) realizaron una investigación con el objetivo de hallar la relación entre el uso de la red social Facebook y las habilidades sociales. La metodología aplicada fue cuantitativa de tipo correlacional de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 252

estudiantes de ambos géneros con edades oscilantes entre 16 y 19 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de habilidades sociales de Gismero (EHS) y la Escala de adicción al Facebook de Bergen (BFAS). Como resultado se halló una correlación significativa ($p < .01$; $r = -.410$), en otras palabras, a mayor adicción a Facebook, podría haber un decremento en las habilidades sociales.

Barros et al. (2017) se trazaron como finalidad determinar la relación entre adicción a internet y redes sociales y relaciones interpersonales. La investigación se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, correlacional y no experimental. La muestra estuvo constituida por 247 estudiantes de básica superior. Los instrumentos utilizados fueron la Prueba de Adicción a Internet y Redes Sociales (IAP) y el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA). Como resultado se obtuvo una correlación significativa, directa y débil ($p < .007$; $r = .190$), entre las dos variables estudiadas, es decir, las habilidades sociales se ven afectadas ante el consumo de internet y redes sociales.

1.2.2. Antecedentes Nacionales

Encinas (2021) investigó la relación entre adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una Institución educativa pública, fueron 208 estudiantes de género masculino con edades oscilantes entre 13 y 17 años. El diseño de investigación empleado fue de tipo correlacional descriptivo. Como instrumentos se utilizaron el Cuestionario de Adicción a redes sociales y la Escala de Habilidades sociales. Los resultados evidencian una correlación significativa e inversa entre ambas variables ($p < .000$; $r = -.427$), es decir, al presentarse niveles bajos de uso de redes sociales, se podrían presentar niveles altos en habilidades sociales.

Lipe y Hanco (2021) tuvieron como meta establecer la relación entre adicción a redes sociales y habilidades sociales en un grupo de 40 estudiantes varones y mujeres, con

edades oscilantes entre 14 y 17 años. El método de estudio fue de tipo correlacional, no experimental. Las variables fueron medidas a través de la escala de riesgo de adicción a redes sociales de Vilca y Vallejos (CrARS) y el cuestionario de Habilidades sociales de Gismero (EHS). Según los resultados obtenidos, se pudo identificar que existe una correlación inversa y significativa entre ambas variables ($p < .011$; $\rho = -.398$), es decir, a más uso de redes sociales se muestra una disminución en las capacidades de interacción.

Delgado et al. (2020) estudiaron la relación entre las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales. Se utilizó el diseño no experimental, de tipo correlacional. La muestra estuvo constituida por 1066 estudiantes de quinto de secundaria provenientes de siete instituciones privadas y públicas. Las escalas utilizadas fueron la Escala de habilidades sociales de Gismero (EHS) y el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS). Como resultado se evidenció una correlación negativa con altos niveles de significancia ($p < .01$; $\rho = -.19$), lo cual indica que, a mayor adicción a redes sociales, es menor la práctica de habilidades sociales.

Cortés (2019) efectuó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre los constructos Adicción a las redes sociales y las dificultades interpersonales. El método empleado fue de tipo cuantitativo, con un alcance correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 200 estudiantes de nivel secundario. Se aplicó el Cuestionario de Dificultades Interpersonales (CEDIA) y el Cuestionario de uso de Redes Sociales (ARS). Los hallazgos revelan que se encontró una correlación positiva entre adicción a las redes sociales y comunicación presencial ($p < 0.01$) y asertividad ($p < 0.05$), es decir si hay dificultades en mostrar apertura a socializar y comunicar de manera asertiva alguna opinión, se podría evidenciar índices de adicción a las redes sociales; sin embargo, no se encontró correlación entre adicción a las redes sociales, sociabilización y participación escolar.

Romo (2018) realizó una investigación para hallar la relación que existe entre la adicción a internet y las habilidades sociales. De acuerdo con la metodología, se empleó un diseño no experimental, transversal y de tipo descriptivo-correlacional. Los participantes fueron 250 estudiantes de secundaria de una institución educativa. Los instrumentos utilizados fueron la Lista de evaluación de habilidades sociales y la Escala de Adicción a Internet de Lima (EAIL). De acuerdo con los resultados obtenidos, se determinó que existe una correlación inversa débil ($p < .00$; $\rho = -.313$) entre la adicción a internet y las habilidades sociales, es decir, a mayor adicción a internet, podría evidenciarse un menoscabo en las habilidades sociales.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Determinar la relación entre la adicción a redes sociales con las habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

1.3.2. Objetivos Específicos

Determinar la relación entre la adicción a redes sociales con la autoexpresión de situaciones sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Establecer la relación entre la adicción a redes sociales con la defensa de los propios derechos como consumidor en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Determinar la relación entre la adicción a redes sociales con la expresión de enfado o disconformidad en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Establecer la relación entre la adicción a redes sociales con el decir no y cortar interacciones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Determinar la relación entre la adicción a redes sociales con el hacer peticiones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Determinar la relación entre la adicción a redes sociales con el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Establecer la relación entre las habilidades sociales con la obsesión con las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Establecer la relación entre las habilidades sociales con la falta de control personal en el uso de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Determinar la relación entre las habilidades sociales con uso el excesivo de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Comparar la adicción a las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género.

Comparar las habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género.

1.4. Justificación

Actualmente, las redes sociales sirven como medio para comunicar a las personas en tiempo real, así mismo han brindado aportes tanto beneficiosos como desfavorables. Por otro lado, la gran mayoría de personas están inmersas dentro de estas redes, siendo los adolescentes el grupo etario que presenta mayor disposición a utilizarlas, pudiéndoles causar algún tipo de menoscabo en diferentes áreas de sus vidas, entre ellas las habilidades sociales, uno de los aspectos proclives a ser vulnerados.

La presente investigación, en el plano teórico, aportará un respaldo académico de estas variables a la comunidad científica de nuestro país, donde nos permitirá conocer la manera de pensar que tienen los adolescentes participantes respecto al uso de las redes sociales, la cual ha sido una práctica cada vez más frecuente en nuestra sociedad y, que, al parecer, ha sido relegada en el contexto educativo, clínico y social. Es por ello, que esta investigación se apoya en fundamentos teóricos y evidencias comprobadas científicamente que respaldan la relación entre los constructos estudiados.

En el aspecto práctico, los resultados podrían posibilitar la generación de capacitaciones dirigidas hacia los docentes y personas que tengan estrecha relación con el alumnado. Asimismo, podrán desarrollarse y ejecutarse talleres preventivos a fin de informar, promover conductas saludables y reducir aquellas que puedan desencadenar la acentuación de la problemática.

A nivel metodológico, la presente investigación contribuirá con nuevos datos y estadísticas que permitirán comprender este fenómeno en la muestra estudiada. Por otro lado, los instrumentos empleados en este estudio podrían alcanzar un mayor desarrollo de sus propiedades psicométricas, tras contar con una aplicación en la realidad del entorno nacional.

Por último, a nivel social, demuestra su pertinencia dado que la adicción a las redes sociales es una problemática presente en nuestro entorno, por ello, la presente investigación podrá contribuir al desarrollo de políticas públicas y proyectos educativos con el propósito de incentivar la prevención e intervención del uso adecuado de las redes sociales y la promoción de las habilidades sociales y así evitar efectuar proyectos carentes de fundamento objetivo.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis General

Ha: Existirá relación entre la adicción a redes sociales con las habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

H0: No existirá relación entre la adicción a redes sociales con las habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

1.5.2. Hipótesis Específicas

Existirá relación entre la adicción a redes sociales con la autoexpresión de situaciones sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirá relación entre la adicción a redes sociales con la defensa de los propios derechos como consumidor en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirá relación entre la adicción a redes sociales con la expresión de enfado o disconformidad en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirá relación entre la adicción a redes sociales con el decir no y cortar interacciones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirá relación entre la adicción a redes sociales con el hacer peticiones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirá relación entre la adicción a redes sociales con el iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirá relación entre las habilidades sociales con la obsesión con las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirá relación entre las habilidades sociales con la falta de control personal en el uso de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirá relación entre las habilidades sociales con el uso excesivo de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.

Existirán diferencias significativas entre la adicción a las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género.

Existirán diferencias significativas entre las habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género.

II. Marco Teórico

1. Adicción a redes sociales

Definiciones

Redes sociales. Boyd y Ellison (2007) conceptualizaron las redes sociales como prestaciones que brinda la web a fin de que los usuarios puedan ser partícipes de la construcción de un perfil, asimismo, establecer interrelaciones con una lista de cibernautas con los cuales compartan una conexión y, por último, ofrece un seguimiento del trayecto de conexiones realizadas por el mismo usuario y por sus contactos.

Asimismo, Madariaga et al. (2010) mencionan las características de las redes sociales, las cuales vienen a ser:

- **Densidad:** Esto hace referencia al nivel de vinculación que presenta un individuo con la red social.
- **Proximidad:** Hace referencia a la distancia que presenta un individuo, que hace uso de estos medios, de la lista de contactos que posee.
- **Rango:** Se refiere a la cantidad de miembros que tiene en su red.
- **Tamaño:** Viene a ser la cantidad total de personas en una red.
- **Homogeneidad:** Explica las preferencias compartidas entre los usuarios.
- **Dispersión:** Explica la distancia a nivel geográfico que existe entre cada uno de los individuos que han generado un contacto por medio de una red social.

Adicción a redes sociales. Blas (2014) refiere que la adicción a redes sociales es una problemática causada de manera directa por el desarrollo del internet y que tiene como

principales afectados la población de jóvenes y adolescentes. Además, menciona que la adicción a las redes sociales comparte, en un gran porcentaje, características asociadas a la adicción a Internet, indicando que el Internet es el gran espacio que sirve como medio para poder acceder a las redes sociales, juegos en línea, cibersexo o a diferentes tipos de contenido.

De Corral y Echeburúa (2010) sostienen que los comportamientos adictivos se caracterizan por ser espontáneos, con alta carga emocional y poco control cognitivo con relación al juicio entre los aspectos desfavorables que conlleva la conducta; del mismo modo, indican que las personas que presentan abuso de las redes sociales están propensas a aislarse, presentar bajo rendimiento, mostrar desinterés por ciertas cosas, problemas de obesidad y de sedentarismo.

Por otro lado, hablar de dependencia a Internet o a las redes sociales es referirse al uso excesivo que tiene relación con la pérdida de control, además se presenta el síndrome de abstinencia ante situaciones que obstaculicen la conexión a la Red, y se establece la tolerancia, en otras palabras, la necesidad de aumentar el tiempo de navegación para sentir placer, las cuales pueden repercutir negativamente en la vida cotidiana. Asimismo, estar atado a un aparato tecnológico implica volcar toda la atención al mismo, disminuir la práctica de actividades físicas y obstaculiza la distribución del tiempo (Greenfield, 2009; citado por Echeburúa & De Corral en 2010).

Lanier (2018) sostiene que las repeticiones adictivas de percepción de placer y de encontrar un beneficio, reconocimiento o premio que se dan en el cerebro constituyen la base de la adicción a las redes sociales, sin embargo, no son la única causa que interviene, sino que también se involucran castigos y refuerzos negativos. Parte de esto, se expresa a través de los algoritmos de las redes sociales, los cuales suelen cumplir un papel de adaptabilidad, lo que

supone dar paso a pequeñas modificaciones para obtener mejores resultados, es decir, apariencias más atractivas y provechosas. Estos algoritmos pueden detenerse al detectar que no causa incidencia a través de las pequeñas modificaciones que intenta brindar, sin embargo, se muestran de manera aleatoria con la finalidad de hallar el punto exacto en el que el usuario de las redes sociales pueda unirse más a este consumo.

Teorías explicativas

Modelo conductual. En relación con lo mencionado, se expone al condicionamiento de tipo operante, puesto que las adicciones parecen aparecer luego de respuestas que refuerzan una conducta, para ello se considera al reforzamiento positivo. Young (1999) menciona que una persona se desempeña de acuerdo con un conjunto de pares en un medio o entorno específico, si relacionamos ello con los sucesos actuales en función de la conducta, entendemos que la mayor parte de las personas realiza o hace uso de conexión a internet y sobretodo el uso de redes sociales, por lo tanto, la persona va a sentirse agrado al momento de obtener un refuerzo por los medios de comunicación, y ello puede desencadenar en este el uso desmedido de las mismas. De acuerdo con lo mencionado, en relación con el reforzamiento de tipo negativo, encontramos que una persona adicta podría intentar permanecer conectado a internet o a las redes sociales con el fin de no caer en la abstinencia, la cual podría generarle respuestas no cómodas para este como las conductas ansiosas o incluso la depresión, estas respuestas se pueden dar al momento que este individuo no se encuentre permanentemente conectado a una red social o internet.

Enfoque cognitivo conductual. Arias et al. (2012) mencionan en su teoría social, que en función a la cultura o a los factores económicos se va a evidenciar la participación en el uso de las redes o internet, para ello se menciona a dos factores, el primero denominado factores macrosituacionales, el presente guarda relación con la disponibilidad de herramientas

y la aceptación a nivel social, esto hace referencia a que no se ha llegado a percibir entre los individuos como una adicción, y en consecuencia no se ha preparado a todos para comprender la magnitud de las consecuencias desfavorables que presentan como el acceso excesivo a las redes, uso desmedido del móvil o el poco control en el tiempo de uso en videojuegos entre otros. Segundo, los factores microsituacionales, estos se relacionan con el entorno más cercano a la persona, como la familia, los amigos, la escuela u otras personas cercanas a este. Una persona que ha vivido en un contexto autoritario, restrictivo o permisivo en relación al tiempo o uso de las redes sociales tiene una mayor probabilidad de padecer una adicción, del mismo modo se entiende que si se vive en contacto directo con personas que presenten una adicción también se va a entender como una situación de riesgo o influenciable en el individuo.

El modelo de Marlatt, desde su perspectiva cognitiva conductual, generó el presente con el fin de entender y así actuar con respecto a las adicciones de tipo conductual. Esto nos menciona que las conductas como respuesta de una adicción presentan un patrón de comportamientos que van incrementándose de forma gradual y progresiva y que se determina en función a los componentes biológicos, psicológicos y sociales. Dicho patrón se encuentra comprendido por la manifestación excesiva de un comportamiento de tipo adictivo, o compulsión, y las débiles destrezas que presenta para dominarlas, agrega, además, que el presente discrepa del modelo médico, puesto que la recaída del adicto no se considera imposible de resolver. Dicho investigador explica que una recaída es un conjunto de sucesos en donde se le permite a la persona escoger entre la meta que se ha planteado o dejarla (Marlatt, 1993; citado por Castilla en 2006).

Dimensiones

Escurrea y Salas (2014), clasifican a la adicción a las redes sociales en tres dimensiones:

Obsesión a las redes sociales. Uso excesivo de las redes, el cual nos hace referencia al tiempo de uso, este no es tiempo regular y puede influir en el desempeño de otras actividades, así como la dificultad para detener o limitar el tiempo de conexión (Araujo, 2016).

Falta de control personal en el uso de las redes sociales. Se enciente por la incapacidad que tiene la persona para manejar y establecer el tiempo de uso y las horas en las que se encuentra conectado, esto puede generar afectación en la realización de otras actividades que este también considera y reconoce como importantes (Escurrea & Salas, 2014).

Uso excesivo de las redes sociales. Esto esta relación por la necesidad insistente de estar atento a todo lo que acontece en las redes, los cuales van a traer consecuencias como la ansiedad o desesperación que puede causar no estar conectado (Araujo, 2016).

Adolescencia

Moreno (2016) sostiene que la adolescencia es un periodo del desarrollo humano donde se experimentan una serie de modificaciones los cuales inciden en diversas áreas importantes del ser humano. Esta etapa es muy importante debido a que se dan cambios corporales, surgen nuevos pensamientos, se forja la identidad y también las relaciones interpersonales; por último, este periodo puede transcurrir entre los 11-12 años y los 18-20 años aproximadamente.

Dichos cambios son definidos por Piatti de Vásquez (2010) quien señala que aproximadamente durante los 12 a 18 años, el ser humano manifiesta determinados cambios dentro de su estructura fisiológica y psíquica, en donde los aspectos propios de la cultura familiar y social serán influyentes o hasta determinantes para ellos. Es allí donde radica la importancia de una socialización sana o adecuada a los términos culturales y sociales, puesto a que son en las relaciones en donde el adolescente se verá conflictuado entre su propio esquema de personalidad y el de los demás miembros de su entorno, desarrollando así conceptos racionales a través del análisis, alianzas, compromisos o divergencias.

Predisposición del adolescente para el uso de redes sociales

Las redes sociales cumplen la función de relacionar a las personas, además de poder compartir material que puede ser de interés para los demás de manera instantánea. Además, las redes sociales brindan un plus a los adolescentes debido a que permiten que ellos se hagan visibles en un espacio, ratifican la pertenencia a un grupo de pares o de personas en sí y pueden encontrar actividades de disfrute en dicho espacio. Por otro lado, mantener comunicación constante a través de las redes sociales facilita a que las personas puedan experimentar bajos niveles de vergüenza o miedo a hacer el ridículo. Las reacciones que puedan recibir en sus perfiles, entablar nuevas amistades, publicar sobre sus intereses o vida diaria, colaboran en la manifestación de la identidad que se forja y del autoconcepto del individuo (Echeburúa & Requesens, 2012).

Del mismo modo, Terán (2019) identifica entre los puntos que pueden generar mayor predisposición a enganchar las redes sociales con las personas, es la facilidad para acceder, la fluidez y el alcance de la conexión, la disponibilidad completa las veinticuatro horas del día, la simplicidad para tener acceso a diferentes contenidos, los reforzadores inmediatos que se dan a corto plazo, alivio de las preocupaciones y del dolor emocional.

Factores de riesgo que pueden generar una adicción a redes sociales

Dentro de las etapas de la vida, la adolescencia resulta ser un factor de riesgo debido a que los adolescentes suelen buscar experiencias nuevas para experimentar sensaciones, además de que son la población más familiarizada con estos temas. En otros casos, algunas variables de personalidad, como lo son la impulsividad, presentar estados de ánimos fluctuantes, dolores, problemas relacionados con el sueño o aquellas personas que se encuentran en búsqueda de emociones intensas, pueden ser proclives a generar una adicción a las redes sociales. Finalmente, la timidez acentuada, baja autoestima o exclusión por el aspecto corporal, así como las personas que presentan carencias emocionales, ausencia o disminución de vínculos familiares y sociales suelen refugiarse en el mundo imaginario que brinda las redes sociales (Echeburúa, 2013).

Echeburúa y Requesens (2012) sostienen que un contexto familiar inflexible, donde la autoridad es la base familiar tiene como consecuencia hijos dependientes, desentendido de responsabilidades o subversivos, lo cual puede hacer que sus comportamientos vayan en contra de las normativas familiares o generar rencores hacia los mismos. Del mismo modo, un entorno familiar ausente de normativas produce escaso control en los hijos y ausencia de un soporte emocional para los mismos, como resultado de la ausencia de límites familiares, los hijos pueden considerarse como el centro de atención y emitir conductas impulsivas.

Ventajas del uso de redes sociales

Veloz (2017) sostiene que las redes sociales ofrecen un campo para la educación, reconstruyendo el antiguo y forjando nuevas opciones de aprendizaje de manera más didáctica; por otro lado, brinda comunicación entre las personas, dando paso a un espacio donde la posibilidad de relacionarse es posible desde cualquier país del mundo. Asimismo, las oportunidades laborales también se dan a través de las redes sociales donde visualizar los

perfiles permite conocer más a los aspirantes a un puesto. Finalmente, las redes sociales ofrecen entretenimiento en tiempo real, generando la oportunidad de conocer a nuevas personas y elegir qué tipo de contenido queremos consumir.

Riesgos del uso de redes sociales

Echeburúa (2013) indica que además de poder desarrollar una adicción a las redes sociales, las personas pueden correr otros riesgos, como tener acceso a contenido inapropiados, ser acosados por las redes (ciberacoso) o que puedan vulnerar la intimidad, del mismo modo, se puede tener acceso a contenidos de pornografía o violencia, un espacio donde la denigración de la persona es el personaje principal, entre otros. Por otro lado, el uso desmedido de redes sociales puede dar paso al aislamiento, decaimiento en el rendimiento escolar, mostrar desinterés por otros temas, cambios a nivel comportamental (conductas de irritabilidad).

El ciberbullying es una modalidad de acoso que se da a través de las redes y que puede afectar en mayor proporción a los menores de edad, además de darse por medio de las redes sociales, esta modalidad de acoso puede ser presenciada por correo electrónico, mensajería instantánea o a través de algún portal web. Es un acto de violencia encubierta donde no se necesita una proximidad física entre el agresor y la víctima, pero se busca hostigar frecuentemente a la víctima a través de mensajes que atentan contra su integridad (Veloz, 2017).

Por otro lado, los secuestros están vinculados con el uso de las redes sociales debido a que un gran número de personas hacen uso de ello de una manera incorrecta creando perfiles falsos donde se busca engañar a la víctima para tratar de ganarse su confianza y posteriormente acordar un encuentro con la finalidad de concluir sus intenciones. Asimismo, otra consecuencia del uso de redes sociales es la trata de personas, donde se le ofrece trabajos

con atractivos pagos o en otras situaciones optan por chantajear y extorsionar a las víctimas (Veloz, 2017).

2. Habilidades sociales

Definiciones

Goldstein (1997) quien conceptualiza a las habilidades sociales como un grupo de conductas que debe presentar un individuo para llevar o alcanzar una vida con éxito y que le genere satisfacción, esta estará presente en todos los contextos donde se desenvuelva, como el trabajo, a nivel social o educativo, además va a atribuirle al mismo la capacidad para tener confianza y seguridad de este ante cualquier evento que implique relacionarse con otros.

Asimismo, mencionamos a Caballo (1993) el cual explica a la variable como un grupo de comportamientos o conductas, en un entorno o contexto, donde un individuo expresa sus deseos, derecho, actitudes, sentimientos u opiniones, de manera que estos guarden relación con el suceso que ha vivenciado, considerando las respuestas de otros, y con ello, fomentar en él mismo la destreza para afrontar conflictos de forma rápida y efectiva, y con ello encontrarse prepara para prevenir o evitar conflictos venideros. En suma, comprendemos la importancia de poseer una habilidad social, además de que estas aportan destrezas que facilitan la solución de conflictos, así como tener herramientas para evitar conflictos futuros o prevenirlos, además que proporciona un desarrollo asertivo en un contexto social, y del mismo modo tengamos la facilidad al momento de expresar sus ideas de tal forma que sean transmitidas de manera adecuada y entendible, y así también comprender la conducta o comportamiento de los demás.

Teoría del aprendizaje social

En relación a la variable habilidades sociales, presentamos diversas teorías que la fundamentan, para ello exponemos a Ausubel (1983) con su modelo de aprendizaje

significativo el cual, este tiene como partida el modelo cognitivo, entendiéndose como la capacidad que presenta una persona para poder ordenar o establecer comportamientos o conductas, como la capacidad que tiene para aprender de su medio, de acuerdo a los objetivos sociales que se ha planteado lograr, del mismo modo, agrega que el aprendizaje se va a lograr por medio de las ideas, o conocimiento que tenga un individuo sobre un determinado campo y ello va a generar una relación nueva con la información recién adquirida, además, es importante mencionar que no solo se encuentra predispuesta a cuanta información presenta o conoce un individuo, sino cuales son las preposiciones que tiene dominio.

Bandura (1988) presenta su teoría del aprendizaje social, en esta nos menciona los procedimientos para llevar a cabo la adquisición de conocimientos por medio de la observación, para ello cuenta con la motivación, memoria y atención, todo ello nos hace entender que la conducta es el resultado de una interacción de forma recíproca por medio de influencias que pueden ser conductuales, cognitivas y emocionales. En la presente se hace referencia a como aprende una persona utilizando modelos o situaciones vividas de manera directa, en un espacio o contexto, y que de esta toma algunos o varios aspectos de su conducta las cuales puede copiar, asimismo, incluye que las HH.SS. son referentes de comportamientos sociales aprendidos de los modelos seleccionados por un individuo, en un medio social. La misma teoría presentada, nos menciona una referencia sobre el modelado del comportamiento o conducta.

Características de las habilidades sociales

Díaz (2011) indica las siguientes características:

- Las habilidades sociales son comportamientos que se aprenden.
- Las habilidades sociales ayudan a entablar relaciones con otras personas.

- Hacen posible que las personas identifiquen y rectifiquen sus derechos personales sin necesidad de avasallar los de los demás.
- El gestionamiento adecuado de habilidades sociales permite disminuir niveles elevados de ansiedad ante experiencias percibidas como nuevas o complejas.
- Son facilitadoras de la comunicación de emociones y ayudan a la resolución de conflictos.

Importancia de las habilidades sociales

Roca (2014) señala lo siguiente:

- Las habilidades sociales constituyen un cimiento para nuestro bienestar personal, sin embargo, puede tornarse como un factor de estrés y malestar si se presenta de manera deficitaria.
- Colaboran en fortalecer nuestra calidad de vida, nos ayudan a sentirnos bien y a poder realizar nuestras metas.
- Cuando se presenta el déficit de habilidades sociales, podemos ser propensos a experimentar emociones desagradables, como la ira o frustración, por otro lado, podemos percibir rechazo en el medio.
- Fortalecer lazos interpersonales ayuda a que el desarrollo personal pueda fluir y a su vez pueda reforzar la autoestima.

Dimensiones

Gismero (1997) señala la siguiente clasificación de las habilidades sociales:

Autoexpresión en situaciones sociales. Esta área se orienta a la capacidad que una persona tiene para poder proyectar, de manera espontánea, la expresión de su personalidad ante situaciones de carácter social, laboral, pares y reuniones.

Defensa de los derechos del consumidor. Hace referencia al potencial de la persona al momento de expresarse asertivamente para poder defender sus derechos ante situaciones que involucren el consumo de algún producto o dificultades relacionadas al mismo, por ejemplo, no permitir que alguna persona entre a la fila, pedir que alguien guarde silencio en el cine, regresar objetos recientemente adquiridos, pero en mal estado.

Expresión de enfado y disconformidad. Capacidad de la persona para poder expresar su amargura y emociones desagradables frente a otras personas. Por otro lado, permite que la persona pueda expresar para si mismo las disyuntivas en vez de optar por guardar silencio y no dar a conocer sus incomodidades por evitar conflictos con su entorno.

Decir no y cortar interacciones. Indica la capacidad de las personas para poder suspender interacciones sociales que no se desean mantener, además de colocar límites con la finalidad de negarnos ante hechos percibidos como dañinos o descargables.

Hacer peticiones. Habilidad personal en la que las personas pueden expresar fácilmente algún deseo en cualquier entorno que se encuentre expuestas, por ejemplo, pedir que nos puedan devolver el dinero que prestamos, pedir un favor.

Iniciar interacciones con el sexo opuesto. Indica aquella capacidad de poder iniciar conversaciones con personas del sexo opuesto, generar algún halago, etc. También hace referencia a la capacidad de poder continuar la conversación que se inició con la persona, además de generar intercambios positivos entre sí.

Consecuencias del déficit de habilidades sociales

Rosales et al. (2013) afirma que las secuelas de las dificultades en las habilidades sociales se caracterizan por presentar una serie de comportamientos inadecuados, donde puede ir desde la pasividad hasta la agresividad sin caer en la neutralidad de un comportamiento asertivo.

- **Estilo pasivo:** se refiere a aquellas conductas donde no se presenta la defensa de los derechos propios y las opiniones, emociones se ven inhibidas ante determinados eventos. la característica principal es la falta de confianza en uno mismo, inseguridad y quizá sentir que la valía persona es inferior a la de los demás. Como consecuencias puede acarrear sentimientos de culpabilidad, desamparo, perder oportunidades de diversas índoles, sentimiento de soledad, afectación en la autoestima y frustración.
- **Estilo agresivo:** Se caracteriza por expresar los deseos, derechos y opiniones anteponiéndose a los demás, perdiendo el respeto por el entorno y cayendo en actitudes de desprecio o ataques con la finalidad de ejercer un control sobre ese ambiente. Puede acarrear sobreestima donde la persona puede considerarse el centro de atención, culpabilizar a las demás personas contantemente y mostrar comportamientos defensivos.

III. Método

3.1 Tipo de investigación

El estudio correspondió a un enfoque cuantitativo, tal como sostienen Alan y Cortez (2018), al referirse como aquella investigación que seguirá pasos estructurados a fin de recaudar y analizar datos provenientes de diversas fuentes haciendo uso de instrumentos informáticos y estadísticos para procesar los datos.

La investigación fue de naturaleza no experimental de tipo descriptivo - correlacional, tal como lo sostiene Arias (2012) debido a que tendrá como objetivo precisar el grado de asociación entre dos o más variables. Asimismo, podría aportar indicadores del fenómeno en estudio.

En cuanto al diseño, fue también no experimental, de tipo transversal, con un solo corte muestral, ya que la investigación se realizará sin la manipulación directa de las variables, es decir, no hay intención específica de estudiar variaciones en relación con el posible efecto que podría producirse entre las mismas (Hernández et al., 2014). De corte transversal, debido a que cumple con el propósito de determinar una sola vez la medición de un evento en la muestra determinada. Por otro lado, no se realizará ningún tipo de intervención (Rodríguez & Mendivelso, 2018).

3.2 Ámbito temporal y espacial

La investigación se llevó a cabo en la Institución Educativa Nacional ubicada en el distrito de Villa María del Triunfo.

En relación con el ámbito temporal, la investigación se desarrolló en el mes de setiembre, en el año 2021.

3.3 Variables de estudio

Adicción a redes sociales

A. Definición conceptual. Hace relación a aquellas conductas en las que el individuo se encuentra activamente pendiente a dispositivos electrónicos, realizando comportamientos de verificación constante en diferentes situaciones cotidianas, viéndose estas interferidas en su desarrollo. Como consecuencia de ello, las personas pueden desatender su medio social, sentirse ofuscados o tener interferencia en las funciones básicas vitales (Escurra & Salas, 2004).

B. Definición operacional. Definida por los resultados del cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS; Escurra & Salas, 2014).

Cuyas dimensiones son:

- Obsesión por las redes sociales
- Falta de control personal en el uso de las redes sociales
- Uso excesivo de las redes sociales

Habilidades sociales

A. Definición conceptual. Gismero (1996) las conceptualiza como un continuo de destrezas que el individuo va aprendiendo a lo largo de su vida, estas capacidades tienen la función de ejercer un lazo de interrelación con las demás personas y donde además convergen factores influyentes como el contextual, personal y social.

B. Definición operacional. Definida por los resultados de la Escala de Habilidades Sociales (EHS; Gismero, 2010).

Entre sus dimensiones se identifican las siguientes:

- Autoexpresión en situaciones sociales
- Defensa de los propios derechos como consumidor
- Expresión de enfado o disconformidad
- Decir no y cortar interacciones
- Hacer peticiones
- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto

3.4 Población y muestra

El universo estuvo comprendido por todos los estudiantes asistentes a una institución educativa pública. Por otro lado, la población fue constituida por la totalidad de estudiantes de secundaria de una institución educativa pública.

La muestra estuvo constituida por estudiantes de 3er, 4to y 5to año de secundaria de una institución educativa pública. En ese sentido, dichos estudiantes se encontraron matriculados en el año académico 2021, además aceptaron participar de la investigación de manera voluntaria, asimismo sus edades oscilaron entre 13 y 17 años. Finalmente, la unidad de análisis estuvo constituida por cada estudiante de 3er, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública.

El tipo de muestreo fue no probabilístico de tipo intencional, dentro del cual la elección de los participantes no estuvo relacionada con la probabilidad, sino por las causas relacionadas con las características de la investigación, en otras palabras, estuvo determinada directamente con la decisión del investigador y buscó obedecer a sus propias opiniones y criterios (Hernández et al., 2014).

3.5 Técnicas de recolección de datos e instrumentos

La técnica que se empleó en este estudio fue la encuesta, que fue definida por López y Fachelli (2015) señalándola como una técnica mediante la cual se recolectan datos y que tiene como finalidad obtener medidas sobre ciertas variables haciendo uso de un cuestionario, el cual es aplicado a una muestra, donde es característico el anonimato del participante.

Adicional a ello, la información será complementada a través de una ficha sociodemográfica, la cual podrá proyectar los datos referentes a la edad, género y año de estudio.

Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

Descripción del instrumento. Fue desarrollado por Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas en el 2014 en Lima – Perú, posteriormente, Sandra Moreno realizó una adaptación en el 2018. Tiene como objetivo medir el uso o investigación del diagnóstico de adicciones a redes sociales. Está compuesto por tres dimensiones: Obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales. Este instrumento fue diseñado para aplicarlo a adolescentes y jóvenes universitarios, puede ser de manera individual y grupal, la duración es de 10 minutos aproximadamente. De acuerdo con la elaboración inicial del instrumento, la muestra estuvo compuesta por 380 participantes con edades oscilantes entre 16 y 42 años provenientes de cinco diferentes universidades El instrumento contó con una calificación de tipo Likert de 5 puntos (0-4): que va desde *Siempre* (4) hasta *Nunca* (0), por otro lado, el cuestionario estuvo conformado por 24 ítems, siendo el ítem número 13 de calificación inversa.

Propiedades psicométricas. De acuerdo con la confiabilidad, a través del coeficiente alfa de Cronbach, se obtuvieron valores fluctuantes entre .88 y .92, indicando una alta confiabilidad. Asimismo, con respecto a la validez, se encontró un valor de .95 con respecto a la prueba *KMO*, lo cual indica un puntaje muy alto y adecuada normalidad, adicional a ello,

se realizó la prueba de esfericidad de Bartlett con una significancia $p < .001$, lo cual indicó propicio la realización del análisis factorial. Por último, se estableció un baremo provisional con 14 percentiles.

Por otro lado, la adaptación realizada por Moreno (2018) estuvo conformada por 699 adolescentes de ambos sexos y con edades oscilantes entre 12 a 17 años. El instrumento contó con una calificación de tipo Likert de 5 puntos (0-4): que va desde *Siempre* (4) hasta *Nunca* (0), siendo el ítem 13 de calificación inversa. Con respecto a la confiabilidad, el coeficiente de alfa de Cronbach arrojó como valor .922 haciendo referencia que el instrumento es altamente confiable. Se practicó la validez de contenido por el método de juicio de expertos, como resultado se hallaron puntajes mayores a .80 en todos los ítems estudiado, expresando así claridad en los mismos; de igual manera, se practicó la prueba de *KMO*, la cual presentó un valor de .881 indicando una distribución adecuada de los ítems analizados, por otro lado, la prueba esfericidad de Barlett se obtuvo una significancia de 0.000 lo cual indica un ajuste idóneo de las variables. Finalmente, se establecieron baremos tanto para el puntaje total como para las dimensiones donde estuvo determinado por cinco niveles para ambos casos; con respecto al primero, si el puntaje directo es < 19 expresa un nivel bajo, si esta entre 20 a 38 indica a un nivel medio bajo, si se sitúa entre 39 a 57 señala un nivel regular, si se encuentra entre 58 a 76, muestra un nivel medio alto y si el percentil está entre 77 a 96 es determinado como alto; con respecto a la puntuación por dimensiones, en la primera dimensión “Obsesión por las redes sociales” el nivel bajo es < 8 , el nivel medio bajo de 9 a 12, regular es de 13 a 20, el nivel medio alto es de 21 a 28 y el nivel alto se sitúa entre 28 a 40. En la segunda dimensión “Falta de control personal en el uso de las redes sociales”, el nivel bajo es < 6 , el nivel medio bajo es de 7 a 12, el nivel regular de 13 a 20, el nivel medio alto de 21 a 28 y el alto 22 a 24. Y en la tercera dimensión “Uso excesivo de las redes sociales”, el nivel bajo es

de <7, el nivel medio bajo de 8 a 13, el nivel regular de 14 a 19, el nivel medio alto de 20 a 25 y el nivel alto de 26 a 32.

Tabla 1

Distribución de ítems de instrumento de Adicción a las redes sociales

Dimensión	Ítems
Obsesión por las redes sociales	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	4, 11, 12, 14, 20, 24
Uso excesivo de las redes sociales	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21

Tabla 2

Baremo del cuestionario de Adicción a las Redes Sociales

Nivel	Percentiles	Obsesión por las Redes Sociales	Falta de control personal	Uso excesivo de las Redes sociales
Bajo	0-19	0-8	0-6	0-7
Medio bajo	20-38	9-12	7-12	8-13
Regular	39-57	13-20	13-17	14-19
Medio Alto	58-76	21-28	18-21	20-25
Alto	77-96	28-40	22-24	26-32

Escala de Habilidades Sociales (EHS)

Descripción del instrumento. Fue desarrollada por Elena Gismero en el 2010, en Madrid – España, luego se realizaron una serie de adaptaciones, dentro de ellas Harumi

Palacios realizó una en Lima – Perú en el 2017. Este instrumento puede ser aplicado a adolescentes y adultos, es de administración personal o en grupo, además la duración es entre 10 a 15 minutos aproximadamente. Tiene como finalidad evaluar la aserción y las habilidades sociales. Está compuesto por seis dimensiones: Autoexpresión de situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones, iniciar interacción positiva con el sexo opuesto. La escala está compuesta por 33 ítems, los cuales 28 están redactados de manera inversa y 5 de manera directa; la calificación es a través de la escala Likert, donde las opciones de respuesta consisten en las denominaciones *No me identifico en absoluto* (A) hasta *Me sentiría o actuaría así en la mayoría de casos* (D); los ítems redactados de forma directa tienen un puntaje de A=1, B=2, C=3, D=4; por otro lado, cuando los ítems son de puntuación inversa, se califican de la siguiente manera, A=4, B=3, C=2 y D=1, indicando que a mayor puntaje obtenido la persona presenta mayor expresión de habilidades sociales y mayor capacidad de aserción.

Propiedades psicométricas. De acuerdo con las propiedades psicométricas del instrumento original, se encontró una consistencia interna alta, por otro lado, con respecto a su coeficiente de confiabilidad se obtuvo un coeficiente de alfa de Cronbach de .88; del mismo modo, se halló la validez del instrumento a través de la validez de criterio, donde se correlacionó el cuestionario con la variable “Autodescripciones globales” (instrumento adicional o medida de autoinforme de aserción), Lista de adjetivos (medidas rápidas de personalidad o características personales), y la Versión reducida de NEO-FFI (instrumento que mide rasgos de personalidad).

Por otro lado, en relación con la adaptación peruana realizada por Palacios (2017), tuvo como muestra a 378 adolescentes con edades oscilantes entre los 12 hasta los 17 años. A

través de la validez por criterio de jueces, se realizó la modificación en relación con la redacción de los ítems 1, 7, 11, 12, 23, 25 y 29 para un mejor entendimiento de los individuos; por otra parte, la calificación fue la misma que en el cuestionario original. Asimismo, se ejecutó la prueba *KMO*, obteniéndose como resultado .805, lo cual señala una adecuada distribución de los datos, de la misma manera, se realizó la prueba de esfericidad de Bartlett, donde la significancia fue de .000, siendo un resultado que da paso para la ejecución del análisis factorial, donde las dimensiones halladas fueron las mismas que en la prueba original, sin embargo, se dio una alteración en el orden de las dimensiones, a) Autoexpresión en situaciones sociales; b) Defensa de los propios derechos como consumidor; c) Decir no y cortar interacciones; d) Hacer peticiones; e) Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto; f) Expresión de enfado o disconformidad. Por otro lado, se halló el coeficiente de alfa de Cronbach teniendo un valor de .971, denotando una alta confiabilidad. Por último, se extrajeron baremos generales para el puntaje total y para las dimensiones.

Tabla 3

Distribución de ítems de variable Habilidades Sociales.

Dimensión	Ítems
Autoexpresión de situaciones sociales	1, 2, 10, 11, 19, 20, 28, 29
Defensa de los propios derechos como consumidor	3, 4, 12, 21, 30
Expresión de enfado o disconformidad	5, 14, 15, 23, 24, 33
Decir no y cortar interacciones	6, 7, 16, 25, 26
Hacer peticiones	8, 9, 17, 18, 27
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	13, 22, 31, 32

Tabla 4*Baremo general de la Escala de Habilidades Sociales*

Nivel	Percentil	D1	D2	D3	D4	D5	D6	Total
Bajo	1-25	8-13	5-10	6-12	5-11	5-10	4-8	40-70
Medio	26-75	14-19	11-14	13-17	12-15	11-14	9-11	71-85
Alto	76-99	20-30	15-20	18-24	16-20	15-20	12-16	86-109

3.6 Procedimiento

Se entabló una reunión con el director encargado de la institución educativa con la finalidad de explicar la propuesta; luego, se procedió a gestionar la solicitud correspondiente para efectuar el permiso de la ejecución de la toma de datos en la institución. Posterior a la aprobación del documento, se establecieron las fechas y horarios pertinentes para la aplicación de las pruebas.

La administración de las pruebas se realizó a través de la plataforma virtual de Google Formularios, en la cual se detallaron las instrucciones para cada escala, el tiempo estimado para la ejecución fue de 25 minutos aproximadamente; en las líneas finales del formulario se agradeció al participante y se hizo hincapié en la confidencialidad de sus datos. Dicha dinámica se replicó en las fechas previamente asignadas.

3.7 Análisis de datos

Para el análisis de datos se procedió a elaborar una base de datos en el programa informático Excel 2013 de Microsoft Office, en dicha base se plasmaron los datos recolectados y posteriormente se trasladaron al paquete estadístico SPSS en su versión 23, el cual permitió realizar procedimientos estadísticos de tipo descriptivos y correlacionales para determinar los puntajes directos, frecuencias y niveles, asimismo, los datos fueron sometidos a la prueba de ajuste a la normalidad de Kolmogorov-Smirnov para determinar el ajuste a la distribución normal, de acuerdo con ello se procedió a utilizar el estadístico paramétricos (coeficiente de Pearson) o no paramétricos (coeficiente de Spearman) según correspondió.

3.8 Aspectos éticos

Se señaló que, bajo el principio de ética profesional, los datos iban a ser utilizados únicamente con fines académicos e iban a ser eliminados una vez presentados los resultados de este estudio. La aplicación fue anónima y voluntaria, los datos solicitados, solo fueron de uso para el reconocimiento general de la muestra y se mantuvo la confidencialidad de los datos con la finalidad de salvaguardar la integridad de los participantes tratando de procurar ser lo más objetivo posible. Por otro lado, se respetaron los derechos de autor de todo material bibliográfico involucrado en la investigación.

IV. Resultados

En este capítulo se dan a conocer los hallazgos que responden a los objetivos de estudio. Se presentan los resultados producto del análisis descriptivo e inferencial para las variables Adicción a redes sociales y Habilidades sociales.

4.1 Análisis descriptivo

En la tabla 5, se muestra la distribución de la muestra según grado de estudios y sexo. Se detalla que un 39.3% de la muestra pertenece a 4to de secundaria, así como también hay una cantidad superior de mujeres, representando un 54.5% del total.

Tabla 5

Distribución de muestra según grado de estudios y sexo.

	f	%		f	%
3ero de secundaria	77	28.0	Hombre	125	45.5
4to de secundaria	108	39.3	Mujer	150	54.5
5to de secundaria	90	32.7			
Total	275	100.0	Total	275	100.0

Nota. %= Porcentaje válido; f=frecuencia

En la tabla 6, se indica los niveles alcanzados por la muestra para la variable adicción a las redes sociales y sus dimensiones. Se detalla que la gran mayoría de los participantes alcanzaron un nivel de Medio alto en la variable adicción a las redes sociales (98.9%), del mismo modo que la dimensión uso excesivo de redes sociales (86.2%). Por otro lado, la dimensión obsesión con las redes sociales presentó una predominancia en el nivel Alto (53.1%) y por último la dimensión falta de control personal en el uso de redes sociales en el nivel Regular (64.4%).

Tabla 6

Niveles de adicción a redes sociales y dimensiones.

	Adicción a redes sociales		Obsesión con las redes sociales		Falta de control personal en el uso de redes sociales		Uso excesivo de redes sociales	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	0	0	0	0	0	0	0	0
Medio bajo	0	0	0	0	3	1.1	0	0
Regular	0	0	0	0	177	64.4	18	6.5
Medio alto	272	98.9	129	46.9	95	34.5	237	86.2
Alto	3	1.1	146	53.1	0	0.0	20	7.3
Total	275	100.0	275	100.0	275	100.0	275	100.0

Nota. %= Porcentaje válido; f=frecuencia

En la tabla 7, se muestran los niveles de la variable habilidades sociales y sus dimensiones. Se evidencia una predominancia tanto en el puntaje total de la variable como en sus primeras tres dimensiones por el nivel Medio, superando el 50% en cada una de las variables analizadas.

Tabla 7

Niveles de habilidades sociales y dimensiones.

	Habilidades sociales		Autoexpresión en situaciones sociales		Defensa de los propios derechos como consumidor		Expresión de enfado o disconformidad	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	92	33.5	18	6.5	109	39.6	108	39.3
Medio	181	65.8	204	74.2	156	56.7	156	56.7
Alto	2	0.7	53	19.3	10	3.6	11	4.0
Total	275	100.0	275	100.0	275	100.0	275	100.0

Nota. %= Porcentaje válido; f=frecuencia

En la tabla 8, se presentan la distribución de niveles alcanzados para las dimensiones de la variable habilidades sociales. Se halla una predominancia del nivel Medio para la

dimensión Hacer peticiones (56.4%) y Hacer interacciones positivas con el sexo opuesto (50.5%), mientras que por otro lado sobre la dimensión Decir no y cortar interacciones presenta una predominancia del nivel Bajo (55.6%).

Tabla 8

Niveles de dimensiones de habilidades sociales.

	Decir no y cortar interacciones		Hacer peticiones		Hacer interacciones positivas con el sexo opuesto	
	f	%	f	%	f	%
Bajo	153	55.6	115	41.8	127	46.2
Medio	120	43.6	155	56.4	139	50.5
Alto	2	0.7	5	1.8	9	3.3
Total	275	100.0	275	100.0	275	100.0

Nota. %= Porcentaje válido; f=frecuencia

4.2 Análisis Inferencial

En la tabla 9, se muestran los resultados del análisis estadístico para ajuste a la normalidad de Kolmogorov-Smirnov para la variable adicción a las redes sociales y sus dimensiones. En ese sentido, se plantea que las cuatro variables analizadas se alinean con una distribución no normal ($p < .05$), por lo que se considera el uso de estadísticos no paramétricos para su análisis.

Tabla 9

Prueba de ajuste a la normalidad de Kolmogorov-Smirnov para Adicción a redes sociales y dimensiones.

	Adicción a redes sociales	Obsesión por redes sociales	Falta de control personal en el uso de redes sociales	Uso excesivo de redes sociales
<i>N</i>	275	275	275	275
Media	67.89	28.50	16.87	22.52
Desviación	3.837	2.589	1.803	2.121
Estadístico de prueba	0.078	0.107	0.126	0.117
Sig. asintótica(bilateral)	,000	,000	,000	,000

La tabla 10, se exponen los resultados del análisis estadístico para la prueba de ajuste a la normalidad de Kolmogorov-Smirnov para la variable habilidades sociales y sus dimensiones. De esta manera, se plantea que las variables analizadas no se ajustan a una distribución normal ($p < .05$), siendo posible así, considerar el uso de estadísticos no paramétricos para su proceso de análisis.

Tabla 10

Prueba de ajuste a la normalidad de Kolmogorov-Smirnov para Habilidades sociales y dimensiones.

	Habilidades sociales	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3	Dimensión 4	Dimensión 5	Dimensión 6
<i>N</i>	275	275	275	275	275	275	275
Media	72.41	17.46	10.99	13.25	11.21	10.95	8.55
Desviación	4.785	2.545	2.072	2.314	1.915	1.905	1.726
Estadístico de prueba	0.060	0.094	0.106	0.107	0.103	0.110	0.140
Sig. asintótica(bilateral)	,019	,000	,000	,000	,000	,000	,000

En la tabla 11, se detallan los hallazgos de la prueba estadística correlación de spearman para las variables adicción a redes sociales y habilidades sociales. Se evidencia una relación significativa ($p < .05$; $p = .043$), inversa y alta ($\rho = -.613$).

Tabla 11

Correlación de Spearman para adicción a redes sociales y habilidades sociales.

		Habilidades sociales
Adicción a redes sociales	<i>Rho</i>	-.613
	<i>p</i>	.043

Nota. Rho= coeficiente de correlación de spearman; p=significancia

En la tabla 12, se detallan los resultados de la correlación de spearman para la variable adicción a redes sociales y la dimensión autoexpresión en situaciones sociales. Se evidencia que no hay relación significativa entre ambas variables ($p > .05$; $p = .425$).

Tabla 12

Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Autoexpresión en situaciones sociales.

		Autoexpresión en situaciones sociales
Adicción a redes sociales	<i>Rho</i>	.048
	<i>p</i>	.425

Nota. Rho= coeficiente de correlación de spearman; p=significancia

En la tabla 13, se observan los resultados del análisis estadístico de la prueba de correlación de Spearman para adicción a redes sociales y defensa de los propios derechos

como consumidor. Los hallazgos evidencian una relación significativa entre ambas variables ($p=.033$; $p<.05$), alta e inversa ($\rho=-.505$).

Tabla 13

Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Defensa de los propios derechos como consumidor.

		Defensa de los propios derechos como consumidor
Adicción a redes sociales	<i>Rho</i>	-.505
	<i>p</i>	.033

Nota. *Rho*= coeficiente de correlación de spearman; *p*=significancia

En la tabla 14, se observan los resultados del análisis de correlación de spearman para la variable adicción a redes sociales y la dimensión expresión de enfado o disconformidad. Estos permiten indicar que no hay relación significativa entre ambas variables ($p>.05$; $p=.96$).

Tabla 14

Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Expresión de enfado o disconformidad.

		Expresión de enfado o disconformidad
Adicción a redes sociales	<i>Rho</i>	.000
	<i>p</i>	.996

Nota. *Rho*= coeficiente de correlación de spearman; *p*=significancia

En la tabla 15, se presentan los resultados de la prueba correlación de spearman para la variable adicción a redes sociales y la dimensión Decir no y cortar interacciones. Se evidencia una relación significativa ($p < .05$; $p = .031$), inversa y buena ($\rho = -.575$).

Tabla 15

Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Decir no y cortar interacciones.

		Decir no y cortar interacciones
Adicción a redes sociales	<i>Rho</i>	-.575
	<i>p</i>	.031

Nota. *Rho*= coeficiente de correlación de spearman; *p*=significancia

En la tabla 16, presentan los resultados del análisis estadístico de la prueba de correlación de spearman para la variable adicción a redes sociales y la dimensión hacer peticiones. Se detalla una relación significativa ($p < .05$; $p = .049$), inversa y moderada ($\rho = -.413$), de esta forma procede a aceptarse la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 16

Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Hacer peticiones.

		Hacer peticiones
Adicción a redes sociales	<i>Rho</i>	-.413
	<i>p</i>	.049

Nota. *Rho*= coeficiente de correlación de spearman; *p*=significancia

En la tabla 17, se muestran los resultados del análisis estadístico desde la prueba de correlación de spearman para la variable adicción a redes sociales y la dimensión hacer

interacciones positivas con el sexo opuesto. Se evidencia que no se presenta una relación significativa entre ambas variables ($p > .05$; $p = .577$).

Tabla 17

Correlación de Spearman para Adicción a redes sociales y Hacer interacciones positivas con el sexo opuesto.

		Hacer interacciones positivas con el sexo opuesto
Adicción a redes sociales	<i>Rho</i>	-.034
	<i>p</i>	.577

Nota. *Rho*= coeficiente de correlación de spearman; *p*=significancia

En la tabla 18, se presentan los hallazgos de la prueba estadística de correlación de spearman para la variable habilidades sociales y la dimensión obsesión con las redes sociales. En ese sentido, no se evidencia relación entre ambas variables ($p > .05$; $p = .072$).

Tabla 18

Correlación de Spearman para Habilidades sociales y Obsesión con las redes sociales.

		Obsesión con las redes sociales
Habilidades sociales	<i>Rho</i>	.320
	<i>p</i>	.072

Nota. *Rho*= coeficiente de correlación de spearman; *p*=significancia

En la tabla 19, se exponen los resultados del análisis estadístico de la prueba de correlación de spearman para la variable habilidades sociales y la dimensión falta de control

personal en el uso de redes sociales. De esta forma, se indica una relación significativa ($p < .05$; $p = .037$), inversa y alta ($\rho = -.643$) entre ambas variables.

Tabla 19

Correlación de Spearman para Habilidades sociales y Falta de control personal en el uso de redes sociales.

		Falta de control personal en el uso de redes sociales
Habilidades sociales	<i>Rho</i>	-.643
	<i>p</i>	.037

Nota. *Rho*= coeficiente de correlación de spearman; *p*=significancia

En la tabla 20, se presentan los resultados del análisis estadístico de correlación de spearman para la variable habilidades sociales y la dimensión uso excesivo de redes sociales. Se evidencia una relación significativa ($p < .05$; $p = .024$), inversa y alta ($\rho = -.708$) entre ambas variables analizadas.

Tabla 20

Correlación de Spearman para Habilidades sociales y Uso excesivo de redes sociales

		Uso excesivo de redes sociales
Habilidades sociales	<i>Rho</i>	-.708
	<i>p</i>	.024

Nota. *Rho*= coeficiente de correlación de spearman; *p*=significancia

En la tabla 21, se presentan los resultados del análisis estadístico de comparación de rangos promedios de *U* de Mann-Whitney para Adicción a redes sociales según género. Los

hallazgos indican que no hay evidencia de diferencias significativas entre los puntajes alcanzados en Adicción a redes sociales según el género de los participantes.

Tabla 21

Comparación de rangos promedios de U de Mann-Whitney para Adicción a las redes sociales según género.

Variable	Hombres (n=125) <i>Rango promedio</i>	Mujeres (n=150) <i>Rango promedio</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Adicción a las redes sociales	146.57	130.86	8303.500	0.102

Nota. U=coeficiente de prueba; p=significancia

Por último, en la tabla 22, se presentan los resultados del análisis estadístico comparativo mediante la prueba de U de Mann-Whitney para Habilidades sociales según género. Se detalla que existen diferencias significativas entre los grupos de estudiantes hombres y mujeres ($p=.042$), de esta forma se indica que las mujeres ($x=146.14$) presentan niveles más altos de habilidades sociales en comparación a los varones ($x=128.24$).

Tabla 22

Comparación de rangos promedios de U de Mann-Whitney para Habilidades sociales según género.

Variable	Hombres (n=125) <i>Rango promedio</i>	Mujeres (n=150) <i>Rango promedio</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Habilidades sociales	128.24	146.14	8154.500	0.042

Nota. U=coeficiente de prueba; p=significancia

V. Discusión de resultados

A continuación, se presenta la lista de resultados en cuanto al procesamiento del análisis estadístico con respecto a las hipótesis planteadas. De esta manera, los hallazgos revelan una relación significativa ($p=.043$), inversa y alta ($\rho=-.613$) entre las variables de estudio adicción a redes sociales y habilidades sociales en la muestra señalada, de esta manera se aceptó la hipótesis de investigación y se rechazó la hipótesis nula, siendo posible indicar que en cuanto se evidencien niveles altos de adicción a redes sociales, estos podrían estar relacionados con niveles bajos de habilidades sociales. Los autores Franco y Urrea (2020) investigaron la relación entre el uso constante de redes sociales y habilidades sociales en una muestra de estudiantes entre las edades de 11 a 17 años, sus resultados revelaron una correlación negativa ($p<.000$; $r=-.548$), lo cual podría indicar que, a mayor uso de las redes sociales, se podría presentar un menoscabo en las habilidades sociales. Estos resultados refrendan los hallados en el presente estudio, debido a la evidencia con la que se cuenta sobre los factores metodológicos considerados. El uso de los mismos instrumentos de recolección de datos, diseño de estudio similar y muestras con características parecidas en su naturaleza, facilitan la réplica de los resultados de investigación.

Por otro lado, Chuquiana (2020) realizó una investigación a fin de especificar la relación entre adicción a las redes sociales y habilidades sociales en una muestra de estudiantes mujeres de entre 12 y 13 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (EHS) y los resultados evidenciaron una relación entre ambas variables ($p<.01$; $r=.338$). Esto considera al segundo estudio que refuerza los hallazgos del presente estudio, dotando de un valor agregado de validez teórica a los mismos. En esa línea, el uso de instrumentos en el estudio de Barros et al. (2017): Prueba de Adicción a Internet y Redes Sociales (IAP) y el

Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA) para ser aplicados en estudiantes adolescentes, presentaron hallazgos similares en función a la búsqueda de relación entre adicción a internet y redes sociales y el desarrollo de habilidades interpersonales. Las semejanzas metodológicas juegan un papel importante a la hora de plantear contraste entre los estudios antecedentes y son sin duda recursos valiosos para estimar la presencia relaciones reales entre los constructos estudiados.

A lo largo de este estudio también se han propuesto los objetivos específicos, principalmente basados en las relaciones a detallar entre las variables de investigación y dimensiones de estas. Con relación al primer objetivo específico, los resultados determinaron que no se evidencia una relación significativa ($p > .05$; $p = .425$) entre ambas variables, siendo que se desestima la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula. En esa línea, autores como Encinas (2021) ha referido sobre la relación entre los constructos adicción a redes sociales y habilidades sociales con las dimensiones de la variable opuesta, según corresponda. Debe mencionarse que, para poder realizar el contraste de estos resultados, fue indispensable tener en cuenta que ambos estudios comparten este factor metodológico de los instrumentos de medición como punto común, dado que exploran las mismas dimensiones. En ese sentido, para el presente objetivo específico y los próximos, el análisis de contraste de hallazgos girará en torno a la razón mencionada previamente. El estudio mencionado evidenció la relación entre la adicción a las redes sociales y autoexpresión de situaciones sociales ($r = -.339$), en ese sentido los resultados difieren de los encontrados en este estudio, apoyando lo mencionado por Klimenko et al. (2021) quienes refieren que las redes sociales no sesgan en su totalidad el uso de las habilidades sociales, de hecho, en algunos casos, promueve el desarrollo funcional en escenarios virtuales que busquen replicar situaciones reales.

Con respecto al segundo objetivo específico, los hallazgos estadísticos evidencian una relación significativa ($p=.033$; $p<.05$), alta e inversa ($\rho=-.505$) entre ambas variables, siendo posible aceptar la hipótesis alterna y rechazar la hipótesis nula; indicando que en cuanto más altos sean los niveles alcanzados de adicción a las redes sociales, menores podrían ser los niveles de defensa de los propios derechos como consumidor. En contraste con esta evidencia, Delgado et al. (2020) detalla que la relación de estas dos variables ($p<.01$; $r=-.23$) contempla una relación igualmente inversa en estudiantes de 5to año de secundaria en instituciones educativas de Lima Metropolitana. El tercer objetivo específico abordó la búsqueda de la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión expresión de enfado y disconformidad, tratándose de la tercera dimensión de la variable habilidades sociales. El análisis estadístico dio por resultado que no se evidencia relación significativa entre ambas variables ($p>.05$; $p=.96$), ello permitió aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis alterna. Al respecto, Lipe y Hanco (2021) refieren que la disminución de capacidades de interacción social representadas en el comportamiento de adolescentes está estrechamente relacionada con la expresión de emociones agresivas propias de esta etapa de vida, por lo general esto podría ser una consecuencia del criterio deficiente en situaciones sociales que impliquen análisis y manejo de emociones.

Por otro lado, los resultados enfocados al cuarto objetivo específico permiten inferir una relación significativa ($p<.05$; $p=.031$), inversa y buena ($\rho=-.575$), se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, siendo posible mencionar que en cuanto se presenten niveles más altos de adicción a las redes sociales, más bajos serán los niveles presentes en la dimensión decir no y cortar interacciones. Al respecto, Encinas (2021) detalló que para la relación de estas variables se halló una relación significativa y moderada ($p<.01$; $r=-.342$), haciendo especial énfasis en la importancia de la búsqueda de la aceptación pública que existe constantemente en redes sociales y la influencia que esto implica en los adolescentes,

la dificultad de aprender del rechazo cala significativamente las habilidades sociales de los adolescentes. Sin embargo, durante la exploración del quinto objetivo específico, se buscó determinar la relación entre la variable adicción a las redes sociales y la quinta dimensión de la variable habilidades social denominada Hacer peticiones. En esa línea, los hallazgos indican la presencia de una relación significativa ($p < .05$; $p = .049$), inversa y moderada ($\rho = -.413$), de esta forma procede a aceptarse la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, indicando que en cuanto se presenten niveles altos de adicción a redes sociales, menores podrían ser los niveles presentados de la habilidad de hacer peticiones en adolescentes. Frente a esto, Delgado et al. (2020) se apoya en que los resultados de esta relación evidencian una relación significativa pero muy leve ($p < .01$; $r = -.18$), la cual, en contraste con lo hallado en el presente estudio, representa una diferencia notable en los valores alcanzados, encontrando una diferencia principalmente en la cantidad de la muestra estudiada, siendo posible que esto no permita detectar el valor real de la intensidad en la relación estadística.

En el marco del sexto objetivo específico, el análisis estadístico expone que no hay evidencia de relación significativa entre las variables analizadas ($p > .05$; $p = .577$). De esta manera se considera rechazar la hipótesis alterna y aceptar la nula. En contraste con lo encontrado, Lipe y Hanco (2021) realizaron una investigación que buscó especificar la relación entre adicción a redes sociales y habilidades sociales en un grupo de 40 estudiantes varones y mujeres, con edades oscilantes entre 14 y 17 años. Sus resultados respecto al objetivo específico de adicción a redes sociales con la última dimensión de la variable habilidades sociales “Hacer interacciones positivas con el sexo opuesto” indican una relación significativa, moderada e inversa ($\rho = -.363$). Los resultados evidencian difieren en comparación a los alcanzados en el presente estudio, los cuales no señalan esta relación. En relación con el séptimo objetivo específico no se halló relación significativa entre las variables estudiadas ($p > .05$; $p = .072$), de esta manera se procedió a aceptar la hipótesis nula y

descartar la hipótesis alterna. Por otro lado, al practicar el análisis estadístico al octavo objetivo específico se halló una relación significativa ($p < .05$; $p = .037$), inversa y alta ($\rho = -.643$) entre ambas variables. Se procede a aceptar la hipótesis alterna y se rechaza la nula, niveles altos de habilidades sociales podrían estar relacionados con niveles bajos de falta de control personal en el uso de redes sociales y viceversa. En esa línea, Delgado et al. (2020) dio con resultados que indicaron la ausencia de relación significativa entre estas variables, asumiendo que conductas relacionadas con el reconocimiento pobre control de impulsos y control conductual no se encontraría relacionado con las habilidades sociales, sino más bien con el carácter y estrategias personales.

Conforme al noveno objetivo específico los hallazgos evidencian relación significativa ($p < .05$; $p = .024$), inversa y alta ($\rho = -.708$) entre ambas variables analizadas. Se procede a aceptar la hipótesis alterna y se rechaza la nula, es decir, en cuanto se presenten niveles altos de habilidades sociales, estos podrían estar relacionados con niveles bajos de uso excesivo de redes sociales. En este sentido, trabajos antecedentes como el de Chuquiana (2020) demostraron mediante un estudio orientado a explorar la asociación entre las habilidades sociales y la adicción a las redes sociales, que existe una relación significativa, moderada y positiva entre estas variables ($r = .388$). Si bien estos resultados refrendan los alcanzados en este estudio respecto a la relación significativa, aun así hay una diferencia respecto a la dirección que toma esta relación. Según Chuquiana (2020) la relación entre las variables lleva un sentido positivo, indicando en cuanto mayores niveles de uso excesivo de redes sociales se presenten, mayor podrían ser los niveles evidenciados de habilidades sociales; en donde esta distinción hace referencia a la importancia de involucrarse en situaciones sociales virtuales para fomentar la adaptación de la persona en una exposición social eventualmente real.

Los últimos objetivos específicos pertenecen a la naturaleza comparativa de las variables de investigación y la variable de control género del estudiante. En ese sentido, los hallazgos indicaron que la variable adicción a las redes sociales no presenta diferencias significativas en sus puntajes hallados según el género del estudiante ($p > .05$; $p = 0.102$). Por otro lado, la variable habilidades sociales sí presenta diferencias significativas en sus puntajes según el género del estudiante ($p < .05$; $p = 0.042$), es así que las hipótesis alternas de los mencionados objetivos se rechazan y aceptan según los resultados mencionados, respectivamente. Cabe resaltar que según Chuquiana (2020) al abordar el estudio de las variables en una muestra de solo estudiantes mujeres, sí determino no solo relación entre las variables, sino también niveles elevados de uso de redes sociales durante la adolescencia. Lippe y Hanco (2021) desarrollaron investigaciones que estudiaron las diferencias significativas entre los puntajes alcanzados para las variables adicción a redes sociales en adolescentes según el sexo, estos revelaron una diferencia significativa ($p = .000$) indicando que las mujeres presentan mayor tendencia a darle usos prolongados a las redes sociales y su interacción. Por otro lado, Romo (2018) llevó a cabo lo propio para los niveles alcanzados de habilidades sociales según sexo en donde los resultados evidenciaron tener diferencias significativas según el sexo del participante, siendo los varones con mayor tendencia a desarrollar niveles óptimos de habilidades sociales. Es en este sentido que se encuentran divergencias sobre los estudios previos con los hallazgos del presente trabajo, estas diferencias podrían deberse a la diferencia de instrumentos empleados o incluso a las muestras consideradas para el análisis estadístico, entendiendo que los factores metodológicos involucrados son cruciales para determinar similitudes en los resultados de los estudios.

Las implicancias de este estudio suponen la importancia de abordar lo propuesto en la justificación del estudio. A nivel teórico, se exploraron los diferentes modelos teóricos y

explicativos de las variables, siendo posible que futuros estudios consideren este con un punto de referencia científica para el abordaje y estudio de estas variables. Tanto a nivel práctico como metodológica, los hallazgos del presente estudio permiten definir la relación encontradas entre estas variables como un pilar en el trabajo con adolescentes respecto a la problemática planteada, sin duda sería posible la creación de instrumentos y ampliación del estudio de estos temas tan comunes, pero a la vez ignorados en el ámbito clínico y educativo. A nivel social, se reconoce que los resultados podrían permitir un mayor entendimiento de la problemática presente en la sociedad, siendo que la formulación de políticas públicas y proyectos de educación basados en las necesidades, riesgos y demandas de la población estudiantil.

Las limitaciones del presente estudio están principalmente asociadas a la forma en la que la pandemia ha repercutido en la recopilación de información. Si bien, las herramientas tecnológicas favorecen el contacto a los estudiantes, se pierden diferentes detalles que originalmente se encuentran expuestos durante una aplicación presencial, como la aplicación de la técnica de observación, la reducción de índices de deseabilidad social y la expresión de instrucciones previas para el desarrollo de toma de datos. Debe tomarse en cuenta que los resultados alcanzados en el presente estudio son de valor tanto para la institución educativa que conforma la muestra, como otras similares del distrito o ciudad, dado que en su mayoría los adolescentes de entre 14 a 17 años presentan hábitos y patrones de conducta similares respecto al uso de redes sociales (Klimenko et al., 2021). Es decir, la validez externa de los resultados si bien no permite la generalización definitiva de los resultados, si podríamos tomar en cuenta que, en condiciones de la pandemia, han afectado significativamente la realidad de los adolescentes estudiados.

VI. Conclusiones

1. En la medida que se evidencien niveles altos de adicción a redes sociales, podrían presentarse niveles bajos de habilidades sociales.
2. Los niveles alcanzados por los estudiantes respecto a adicción a redes sociales no guardan relación con los niveles alcanzados en autoexpresión de situaciones sociales.
3. En cuanto se presenten niveles altos de adicción a redes sociales, podrían presentarse niveles bajos de defensa de los propios derechos como consumidor de parte de los estudiantes de secundaria.
4. Por otro lado, los resultados permiten concluir que la adicción a redes sociales y expresión de enfado o disconformidad no evidencian una relación significativa aplicado a la muestra estudiada.
5. Los niveles altos de adicción a redes sociales podrían estar asociados con niveles bajos de la dimensión decir no y cortar interacciones.
6. Los niveles altos de la variable adicción a redes sociales podrían estar estrechamente relacionados con niveles bajos de la dimensión hacer peticiones.
7. La adicción a redes sociales e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto no evidencian relación significativa, por lo cual se concluye que los niveles presentados en la variable adicción a redes sociales no guarda relación con los obtenidos en la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.
8. Con respecto a las variables habilidades sociales y obsesión con las redes sociales que, al no evidenciarse relación significativa entre las variables, los niveles presentados en la variable habilidades sociales no guardan relación con los alcanzados en la dimensión obsesión con las redes sociales.
9. Niveles altos de habilidades sociales estarían relacionados con niveles bajos en falta de control personal en el uso de redes sociales.

10. En cuanto se evidencien niveles altos de habilidades sociales, podrían presentarse niveles bajos de uso excesivo de redes sociales.
11. Los niveles alcanzados por la muestra en adicción a las redes sociales no se diferencian en función al sexo del estudiante.
12. Se pone en evidencia que los niveles alcanzados en habilidades sociales se diferencian significativamente según sexo del estudiante, siendo que las mujeres presentan niveles superiores.

VII. Recomendaciones

1. Se sugiere replicar en diferentes muestras a nivel de Lima Metropolitana con la finalidad de poder averiguar cómo se comportan las variables estudiadas en otros contextos y poder realizar estudios comparativos con beneficio a las muestras tratadas.
2. Se sugiere a los representantes de los centros educativos identificar desde sus competencias las necesidades y problemáticas que involucran a los estudiantes, es crucial entender que desde la formación cumplen con un papel fundamental en el desarrollo integral del adolescente. La responsabilidad de padres/madres de familia y autoridades suponen un compromiso con la protección, guía y prevención de conductas de riesgo en la vida del estudiante.
3. Asimismo, se recomienda el desarrollo de programas preventivos e interventivos hacia la muestra estudiada, a fin de poder fomentar un mejor soporte psicológico a los estudiantes en relación con las variables investigadas.

VIII. Referencias

- Alan, D. & Cortez, L. (2018). *Procesos y fundamentos de la investigación científica*. Ediciones UTMACH.
<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>
- Andina. (8 de agosto de 2019). Adultos están perdiendo capacidad de comunicarse “cara a cara” por usar redes sociales. *Editora Perú*. <https://andina.pe/agencia/noticia-adultos-estan-perdiendo-capacidad-comunicarse-cara-a-cara-usar-redes-sociales-762636.aspx>
- Araujo, E. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 48-58.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v10n2/a05v10n2.pdf>
- Arias, F. (2012). El proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica. Editorial Episteme.
https://issuu.com/fidiasgerardoarias/docs/fidias_g._arias._el_proyecto_de_inv
- Arias, O., Gallego, V., Rodríguez, N. & Del Pozo, M. (2012). Adicción a las nuevas tecnologías. *Psicología de las adicciones*, 1(3), 2-6.
- Ausubel N. (1983). *Psicología educativa. Un punto de vista cognoscitivo*. Trillas.
- Bandura, A. (1988). *Pensamiento y Acción*. Martínez Roca.
- Barros, S., Hernández, Y., Vanegas, O., Cedillo, M., Alvarado, H. & Cabrera, J. (2017). Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones

interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 42-68.

<http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/61775/54396>

Borrero, J. (2019). *Adicción a la red social Facebook, y su influencia en el desarrollo de las Habilidades sociales, en estudiantes de primer a tercer año de bachillerato, del Colegio Nacional Andrés Bello, en el norte de Quito, en el año 2019* [Tesis de Licenciatura, Universidad Tecnológica Indoamérica].

<http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/1437/1/Adicci%c3%b3n%20a%20la%20Red%20Social%20Facebook%20y%20las%20Habilidades%20Sociales%20Jenifer%20Borrero.pdf>

Boyd, D. & Ellison, N. (2007). Sitios de redes sociales: definición, historia y becas.

Revista Journal of Computer-Mediated Communication, 13(1), 210-

230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>

British Broadcasting Corporation. (9 de septiembre de 2019). Los países en los que la gente pasa más tiempo en las redes sociales (y los líderes en América Latina). *BBC News*.

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-49634612>

Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Siglo XXI de España Editores S.A.

Castilla, P. (2016). La prevención de recaídas en drogodependencias desde el modelo de Marlatt. Aportaciones desde el trabajo social. *Trabajo Social Hoy*, 77, 109-133.

<http://dx.doi.org/10.12960/TSH.2016.0006>

Chuquiana, L. (2020). *Relación entre las redes sociales y el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de 8vo de básica en una unidad educativa* [Tesis de

Licenciatura, Universidad Central del Ecuador].

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/21446/1/T-UCE-0007-CPS-277.pdf>

Cortes, F. (2019). *Dificultades interpersonales y adicción a las redes sociales en adolescentes escolares de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Ciencias Aplicadas].

https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/625727/CortesS_F.pdf?sequence=4&isAllowed=y

De Corral, P. & Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95.

<https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>

Delgado, A., Escurra, L., Atalaya, M., Pequeña, J., Rodríguez, R. & Cuzcano, A. (2020). Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes de quinto grado de secundaria de instituciones educativas estatales y no estatales de Lima Metropolitana. *Revista de la Facultad de Psicología*, 23(1), 21-43.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7592555>

Deutsche Well. (1 de marzo de 2018). Estudio: 100.000 adolescentes son adictos a WhatsApp y otras redes sociales. *DW Made for Minds*. <https://www.dw.com/es/estudio-100000-adolescentes-son-adictos-a-whatsapp-y-otras-redes-sociales/a-42789491>

Diario El Comercio. (10 de agosto de 2016). ¿Cuántos adolescentes hay en riesgo de ser adictos a internet? *El Comercio*. <https://elcomercio.pe/lima/adolescentes-hay-riesgo-adictos-internet-246230-noticia/>

Diario Gestión. (11 de febrero de 2019). Social Media: Perú es el primer país de la región con mayor porcentaje de alcance de redes sociales. *Gestión*.

<https://gestion.pe/tecnologia/social-media-peru-primer-pais-region-mayor-porcentaje-alcance-redes-sociales-258321-noticia/>

Díaz, M. (2011). *Habilidades de comunicación para la vida cotidiana*. Artes Gráficas.

<https://rodin.uca.es/bitstream/handle/10498/16939/Manual%20de%20Habilidades%20sociales%20ISBN.pdf?sequence=1>

Echeburúa, E. (mayo – junio, 2013). Atrapados en las redes. *Crítica*. <http://www.revista-critica.com/la-revista/monografico/analisis/46-atrapados-en-las-redes-sociales>

Echeburúa, E. & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Pirámide.

El País. (18 de abril de 2018). ¿Cómo y quiénes se hacen adictos a las redes sociales?

Ediciones *El País*.

https://elpais.com/tecnologia/2018/04/06/actualidad/1523003059_867092.html

Encinas, S. (2021). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo* [Tesis de Licenciatura].

http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/7711/1/REP_PSIC_SHIRLA.ENCINAS_ADICCI%c3%93N.REDES.SOCIALES.HABILIDADES.SOCIALES.ESTUDIANTES.INSTITUCI%c3%93N.EDUCATIVA.ESTATAL.TRUJILLO.pdf

Firpo, P. (2018). *Habilidades sociales: diferencias entre adolescentes con hermanos mayores y adolescentes sin hermanos* [Tesis de Licenciatura].

http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/843/tesis-6118-habilidadess.pdf

Franco, I. & Urrea, L. (2020). *Relación entre el uso constante de las redes y las habilidades sociales* [Tesis de Licenciatura, Fundación Universitaria Konrad Lorenz].

<https://repositorio.konradlorenz.edu.co/flip/index.jsp?pdf=/bitstream/handle/001/4427/902161058-%20RAI.PDF?sequence=3&isAllowed=y>

Gismero, E. (1996). *Habilidades sociales y anorexia nerviosa*. Universidad Pontificia Comillas.

<https://books.google.com.pe/books?id=kc3upzX1wkkC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Gismero, E. (1997). *Escala de habilidades sociales*. TEA publicaciones.

Gismero, E. (2022). *EHS. Escala de Habilidades Sociales (4.ª ed)*. Hogrefe TEA Ediciones.

https://web.teaediciones.com/Ejemplos/EHS_Extracto-Manual-web.pdf

Goldstein, A. (1997). *Nuevas estrategias y perspectivas en la enseñanza de las habilidades pro sociales*. Martínez Roca.

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill.

https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur. (28 de octubre de 2021). *Redes sociales 2021*. <https://www.ipsos.com/es-pe/redes-sociales-2021>

Klimenko, O., Cataño, Y., Otálvaro, I. & Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 1-33. <http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v24n46/0124-0137-psico-24-46-123.pdf>

Lanier, J. (2018). *Diez razones para borrar tus redes sociales de inmediato*. Penguin Random House Grupo Editorial.

<https://books.google.com.pe/books?id=OjxlDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=adiccion+a+las+redes+sociales&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjVqozh8Nb3AhVvA7kGHQwrB0gQ6AF6BAgHEAI#v=onepage&q&f=false>

Lipe, R. & Hanco, J. (2021). *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Espinar – 2020* [Tesis de Licenciatura].

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/5150/Ronal_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Madariaga, C., Abellos, R. & Sierra, O. (2003). *Redes sociales: infancia, familia y comunidad*. Universidad del Norte.

https://books.google.com.ec/books?id=pfk1vY_IllAC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false

Moreno, A. (2016). *La adolescencia quiero saber*. Editorial UOC.

<https://books.google.com.pe/books?id=qH3LDAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=adolescencia&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiZgOLi7db3AhWkNrKGFh4DDEQ6AF6BAgCEAI#v=onepage&q=adolescencia&f=false>

Moreno, S. (2018). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes del distrito de Comas* [Tesis de Licenciatura].

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25628/Moreno_ASR.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Palacios, H. (2017). *Propiedades psicométricas de la escala de habilidades sociales (EHS) en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas de Comas* [Tesis de

Licenciatura].

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11331/Palacios_SHA.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Piatti de Vásquez, L. (2010) *Psicología y la persona*. Don Bosco.

Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. ACDE Ediciones.
<http://www.cop.es/colegiados/pv00520/pdf/Habilidades%20sociales-Dale%20una%20mirada.pdf>

Rodríguez, M. & Mendivelso, F. Diseño de investigación de corte transversal. *Revista Médica Sanitas*, 21(3), 141-146.
<https://revistas.unisanitas.edu.co/index.php/rms/article/view/368/289>

Romo, D. (2018). *Adicción a internet y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa Internacional Elim de Villa El Salvador – 2017* [Tesis de Maestría].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14122/Romo_SDS.pdf?sequence=

Rosales, J., Caparrós, B., Molina, I. & Alonso, S. (2013). *Habilidades sociales*. McGraw-Hill.
http://190.116.26.93:2171/mdv-biblioteca-virtual/libro/documento/3I87kzKJkIBbYYJ7mgESrU_HABILIDADES_SOCIALES.pdf

Salas, E. & Ecurra M. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 20 (1), 73-91.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>

- Salas, E. (2014). Adicciones psicológicas y los nuevos problemas de salud. *Universidad San Martín de Porres*, 28(28), 112-146.
http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_28_1_adicciones-psicologicas-y-los-nuevos-problemas-de-salud.pdf
- Terán, A. (2019). Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC). *Lúa Ediciones*, 3, 131-141. https://www.aepap.org/sites/default/files/pags._131-142_ciberadicciones.pdf
- Veloz, A. (2017). Las redes sociales y sus factores de riesgos. *Pro Sciences*, 1(5), 10-13.
https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:u5o-1OUC_KAJ:scholar.google.com/+adiccion+a+redes+sociales+factores+de+riesgo+&hl=es&as_sdt=0,5
- Young, K. (1999). The research and controversy surrounding internet addiction. *Cyberpsychol Behav*, 2(1), 381-390. <http://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.381>

IX. Anexos

A. Matriz de Consistencia

Adicción a las redes sociales con habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.					
PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES		
<u>Problema general</u> ¿Existe relación entre la adicción a las redes sociales con habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa de Lima Sur? <u>Problemas específicos</u> 1. ¿Existe relación entre adicción a redes sociales con autoexpresión de situaciones sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur? 2. ¿Existe relación entre adicción a redes sociales con defensa de los propios derechos como consumidor en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur? 3. ¿Existe relación entre adicción a redes sociales con expresión de enfado o disconformidad en	<u>Objetivo general</u> Determinar la relación entre adicción a redes sociales con habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. <u>Objetivos específicos</u> 1. Determinar la relación entre adicción a redes sociales con autoexpresión de situaciones sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 2. Determinar la relación entre adicción a redes sociales con defensa de los propios derechos como consumidor en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 3. Determinar la relación entre adicción a redes sociales con expresión de enfado o disconformidad en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria	<u>Hipótesis general</u> Ha: Existe relación entre adicción a redes sociales con habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. H0: No existe relación entre adicción a redes sociales con habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. <u>Hipótesis específicas</u> 1. Existe relación entre adicción a redes sociales con autoexpresión de situaciones sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 2. Existe relación entre adicción a redes sociales con defensa de los propios derechos como consumidor en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.	Variables	Dimensiones	Calificación
			V1. ADICCIÓN A REDES SOCIALES	Obsesión por las redes sociales.	Bajo: 0-7 Medio: 8-19 Alto: 20-30
				Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	Bajo: 0-6 Medio: 7-13 Alto: 14-21
				Uso excesivo de las redes sociales.	Bajo: 0-8 Medio: 9-16 Alto: 17-25
			V2. HABILIDADES SOCIALES	Autoexpresión en situaciones sociales.	Bajo: 8-13 Medio: 14-19 Alto: 20-30
					<u>Enfoque</u> Cuantitativo <u>Diseño</u> No Experimental <u>Alcance</u> Correlacional. <u>Corte</u> Transversal <u>Universo</u> Todos los estudiantes de secundaria. <u>Población</u> Estará constituida por la totalidad de estudiantes de secundaria de una institución educativa pública. <u>Muestra</u> Estará constituida por estudiantes de 3er, 4to y 5to año de secundaria de una

estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur? 4. ¿Existe relación entre adicción a redes sociales con decir no y cortar interacciones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur? 5. ¿Existe relación entre adicción a redes sociales con hacer peticiones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur? 6. ¿Existe relación entre adicción a redes sociales con iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur? 7. ¿Existe relación entre habilidades sociales con obsesión con las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una	de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 4. Determinar la relación entre adicción a redes sociales con decir no y cortar interacciones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 5. Determinar la relación entre adicción a redes sociales con hacer peticiones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 6. Determinar la relación entre adicción a redes sociales con iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 7. Determinar la relación entre habilidades sociales con obsesión con las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 8. Determinar la relación entre habilidades sociales con falta de control personal en el uso de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de	3. Existe relación entre Adicción a redes sociales con expresión de enfado o disconformidad en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 4. Existe relación entre adicción a redes sociales con decir no y cortar interacciones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 5. Existe relación entre adicción a redes sociales con hacer peticiones en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 6. Existe entre adicción a redes sociales con iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 7. Existe relación entre habilidades sociales con obsesión con las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 8. Existe relación entre habilidades sociales con falta de control personal en el uso de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de		Defensa de los propios derechos como consumidor Expresión de enfado o disconformidad. Decir no y cortar interacciones Hacer peticiones	Bajo: 5-10 Medio: 11-14 Alto: 15-20 Bajo: 6-12 Medio: 13-17 Alto: 18-24 Bajo: 5-11 Medio: 12-15 Alto: 16-20 Bajo: 5-10 Medio: 11-14 Alto: 15-20	institución educativa pública. <u>Tipo de muestreo</u> No Probabilístico, de tipo intencional <u>Técnica</u> Encuestas. <u>Instrumentos</u> Para V1: Cuestionario de Adicción a redes sociales (Escurrea y Salas 2014) Para V2: Escala de Habilidades sociales (Gismero, 2010)
--	---	---	--	--	---	---

Institución Educativa Pública de Lima Sur? 8. ¿Existe relación entre habilidades sociales con falta de control personal en el uso de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur?	una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 9. Determinar la relación entre habilidades sociales con uso excesivo de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 10. Comparar adicción a las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género. 11. Comparar habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género.	secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 9. Existe relación entre habilidades sociales con uso excesivo de redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur. 10. Existen diferencias significativas entre adicción a las redes sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género. 11. Existen diferencias significativas entre habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur según género.		Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	Bajo: 4-8 Medio: 9-11 Alto: 12-16	
---	---	--	--	--	--	--

B. Matriz de Operacionalización de variables

Adicción a las redes sociales con habilidades sociales en estudiantes de 3ero, 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa Pública de Lima Sur.					
VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	ESCALA DE CALIFICACIÓN
Adicción a redes sociales	Estar permanentemente alertas a lo que sucede en estos entornos virtuales, verifican el ordenador o el Smartphone a toda hora, participan en «conversaciones» virtuales y contestan mensajes incluso en circunstancias inapropiadas (manejando un vehículo, en una cena, en clases o en una reunión de trabajo o de amigos, desde una celebración religiosa, etc.) o, por dedicarse «patológicamente» a estas actividades suelen descuidar las relaciones interpersonales presenciales (familiares, amigos, pareja, etc.), se sienten ansiosos o irritables; pueden permanecer durante largos períodos de tiempo sin comer o privándose del sueño (Escurre y Salas, 2014).	La presente variable será medida a través del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (Escurre y Salas, 2014).	Obsesión por las redes sociales	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	Tipo Likert: Siempre (4), Casi siempre (3), Algunas veces (2), Rara vez (1) y Nunca (0)
			Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	4, 11, 12, 14, 20, 24	
			Uso excesivo de las redes sociales.	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	

Habilidades sociales	Gismero (1996) consideró a la conducta asertiva como un conjunto de habilidades aprendidas que un individuo pone en juego en una situación interpersonal, habilidades que son específicas, y que se manifestarán o no en una situación dada, en función de variables personales, factores del ambiente y la interacción entre ambos.	Los resultados se obtendrán mediante la Escala de Habilidades Sociales (Gismero, 2010).	Autoexpresión en situaciones sociales	1, 2, 10, 11, 19, 20, 28, 29	Tipo Likert: No me identifico en absoluto (A), La mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría (B), Más bien no tiene que ver conmigo, aunque alguna vez ocurra (C), No me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe o me sienta así (D), muy de acuerdo, y me sentiría o actuaría así en la mayoría de casos (D); los ítems redactados de forma directa tienen un puntaje de A=1, B=2, C=3, D=4; por otro lado, cuando los ítems son de puntuación inversa, se califican de la siguiente manera, A=4, B=3, C=2 y D=1
			Defensa de los propios derechos como consumidor	3, 4, 12, 21, 30	
			Expresión de enfado o disconformidad	5, 14, 15, 23, 24, 33	
			Decir no y cortar interacciones	6, 7, 16, 25, 26	
			Hacer peticiones	8, 9, 17, 18, 27	
			Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	13, 22, 31, 32	

C. Consentimiento informado

Estimado estudiante:

Usted ha sido invitado (a) a formar parte de manera voluntaria de la investigación presentada por mi persona María Pía Vidal Oliva, Bachiller de la carrera de psicología.

Este estudio tiene como objetivo determinar la relación entre la Adicción a las Redes Sociales y las Habilidades Sociales en estudiantes de un colegio público de Lima Sur. Solicito tu participación en la resolución de 2 instrumentos de investigación, además se solicita brindar información verídica para poder realizar el trabajo de manera satisfactoria. De antemano, ¡muchas gracias!

"Me comprometo a responder los formularios con honestidad pues entiendo que no hay respuestas correctas o incorrectas. Reconozco que la información que se provea en esta investigación es estrictamente confidencial y anónima, además no será utilizada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio"

[Acceder a Google](#) para guardar el progreso. [Más información](#)

He sido informado del objetivo de este estudio y doy mi consentimiento para continuar con este formulario

☐ Sí

☐ No

D. Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales

ARS

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor contesta a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marca un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que tu sientes, piensas o haces:

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

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

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

E. Escala de Habilidades Sociales

EHS

A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Para responder utilice la siguiente clave:

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra

C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así

D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos

N°	Descripción	Respuestas			
		A	B	C	D
1	A veces evito hacer preguntas por miedo a ser tonto.				
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.				
3	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.				
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.				
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO".				
6	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.				

7	Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al mozo y pido que me traigan uno nuevo.				
8	A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.				
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.				
10	Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo.				
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a decir o hacer algo tonto.				
12	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, le pido al instante que guarden silencio.				
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.				
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.				
15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé como negarme.				
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.				
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.				
18	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.				
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.				
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.				
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.				
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.				

23	Nunca se cómo “cortarle” a un amigo que habla mucho.				
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con unas personas, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.				
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo amablemente.				
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.				
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita.				
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.				
29	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en un grupo desconocido.				
30	Cuando alguien se me” cuela” en una fila hago como si no me diera cuenta.				
31	Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificado.				
32	Muchas veces prefiero callarme o “quitarme de en medio “para evitar problemas con otras personas.				
33	Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.				