

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y
JUSTIFICACIÓN

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

En la actualidad, el desarrollo constante de las nuevas tecnologías de comunicación ha generado el origen de la era digital, permitiendo que la interacción social sea más fácil. Dentro de esta era digital, las redes sociales facilitan de diferentes formas la comunicación; sus diversas características las hacen más atractivas para los adolescentes y jóvenes, por lo que son ellos los que más consumen y mejor se adecuan a las mismas. Pero hay que referir que es el grupo de mayor riesgo en lo que refiere al uso de las redes sociales a través del teléfono móvil, debido a que son más vulnerables ya que les resulta difícil controlarse.

Es necesario indicar que las redes sociales representan un peligro cuando el manejo no es responsable, por ejemplo, la manipulación y el engaño detrás de una pantalla les otorga la ventaja que necesitan los explotadores sexuales, lo anteriormente mencionado se puede corroborar con lo que manifiesta Pillaca M, (2018), Las redes sociales fueron usadas en el 80% de casos de trata de personas registrados en lo que va del año, según la Fiscalía Especializada en Trata de Personas de Lima. Los tratantes usan la suplantación de identidad en las redes sociales, así como perfiles falsos de Facebook desde los cuales esconden su género, edad y sobre todo su identidad.

De igual manera, también en las redes sociales puede darse lo que se conoce como Sextorsión, es decir, el chantaje a través de las nuevas tecnologías donde la víctima se ve atrapada y siente vergüenza por la información que ha podido conseguir el atacante como fotos íntimas o pornografía. Lo peligroso, además, es que según una investigación que realizó Thorn en 2017 una de cada cuatro víctimas tenía 13 años o menos y dos de cada tres eran niñas menores de 16 años. En un 40% de los casos el delincuente contactó con la víctima de forma “online” y en más de la mitad de casos a través de las redes sociales (El Comercio, 2021)

De acuerdo a la autora del presente trabajo, se infiere que, a pesar de las ventajas favorables de las redes sociales, éstas también han ido causando dificultades en diferentes ámbitos de las personas. Hay que indicar que con el uso excesivo de las redes sociales se está modificando el comportamiento de los jóvenes y adolescentes alterando la forma de socialización, causando de

esta manera varios efectos, como niveles de ansiedad por encima de lo normal, dificultades a la hora del relacionamiento interpersonal y entre otros efectos que resultan negativos. Es importante mencionar que es por esta razón que el presente estudio intenta recabar información sobre el riesgo de adicción a las redes sociales y su relación con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales en una población adolescente.

En el último tiempo, la adicción a las redes sociales ha sido asociada a la ansiedad, una serie de estudios empíricos y literatura especializada han investigado la comorbilidad de la adicción a internet con otros trastornos psiquiátricos, afectivos y emocionales. Dentro de éstos, destaca la ansiedad como un factor relevante que guarda relación con las conductas adictivas debido a que, una vez instalado un hábito, genera estados de necesidad que no pueden ser controlados, y es ahí donde se desencadena la ansiedad. Para reducirla, se desarrolla el comportamiento adictivo guiado ya no tanto por la búsqueda de gratificación o placer si no para reducir dicho nivel de ansiedad que produce el no ejecutar la conducta (Escrura & Salas, 2014, citados en Mohanna G. & Romero D., 2019, p.7).

De igual manera, hay que mencionar que en la actualidad el gran desinterés por la vida social, la disminución en reuniones con amistades, incluyendo la propia familia, hace que los adolescentes se conviertan en sujetos introvertidos, que solo se comunican con su entorno a través las redes sociales, como lo manifiesta Salas, E. & Escurra, M. (2014). Asimismo, según Herrera (2009) (Citado en Gómez K. & Marín J., 2017), el manejo de las relaciones sociales de los jóvenes en las redes sociales, se hace menos intenso en el plano físico, pues se ofrece cientos de maneras de comunicarse, sin la necesidad de verse frente a frente como: a través de imágenes, textos, audios, y juegos, observándose que hay miles de jóvenes de todos los rincones del planeta en las redes sociales con los que pueden interactuar de forma virtual. Para el adolescente, la red social es una prolongación de su mundo, del grupo donde se siente comprendido y con el que se identifica.

En primer lugar, en cuanto a la adicción a las redes sociales, (Müller et al., 2016, citado en Peris M. Mangato C., & Garaigordobil M., 2018), refiere que cuando existe una adicción a ello, *“los adolescentes presentan un uso preocupante de las Redes Sociales e Internet, con un aumento de las horas de conexión y el número de usuarios (amistades).*

De igual manera, es importante mencionar que entre uno de los efectos negativos generados por la adicción a las redes se encuentra la ansiedad; la cual puede ser definida como *“una vivencia de temor ante algo difuso, inconcreto, indefinido, que se produce por nada y se difumina, por lo tanto, es un temor impreciso carente de objeto exterior, la ansiedad se experimenta como la anticipación de lo peor y está determinada por la perplejidad”*. (Rojas E, 2014, p.12).

Así también, viendo que la adicción a las redes sociales puede provocar dificultades en las relaciones interpersonales, se busca establecer el nivel de dificultad que tienen los adolescentes. Por dificultades en las relaciones interpersonales se entiende por *“todos los problemas experimentados por los adolescentes en diferentes contextos sociales”* (Inglés C., Méndez. & Hidalgo M., 2014, p.2).

Tomando en cuenta la problemática presentada y las variables sujetas a estudio, a continuación, se presentan algunas investigaciones relacionadas al tema:

En el ámbito **internacional**, más específicamente en Perú, se realizó un estudio titulado: *“Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitano”*, el cual tuvo como objetivo describir la relación entre la adicción a las redes sociales y la ansiedad que se manifiesta en adolescentes de un colegio particular en Lima. El diseño fue de tipo no experimental correlacional y transversal, la muestra estuvo conformada por 227 participantes de los cuales el 42.3% fueron mujeres y el 57.7% varones. Dentro de los principales resultados que se pudieron encontrar, se comprobó que existe relación entre las variables estudiadas; por tanto, a mayor adicción a las redes sociales, mayor ansiedad manifiesta. Además, se encontró diferencias entre varones y mujeres, siendo ellas las que puntúan más alto en ambas escalas, asimismo, se comprobó que, a mayor tiempo de conexión a las redes sociales, mayor es la adicción a éstas. (Mohanma G. & Romero D., 2019, p.4).

De esta misma manera, en **Colombia** se realizó una investigación en la gestión 2012, titulada: *“Impacto de la dependencia a las redes sociales virtuales sobre las habilidades sociales en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de San Buenaventura extensión Ibagué”*, esta investigación se aplicó a una muestra de 120 estudiantes el Test de Adicción a Internet y Redes Sociales, para medir el nivel de adicción que tienen los estudiantes, y una Lista de Chequeo de Habilidades Sociales con el fin de evaluar los niveles de habilidades sociales.

Dentro de los hallazgos significativos del estudio, se encontró que, en la población participante del estudio, el 28,3% presentó un nivel de adicción severo; respecto a las habilidades sociales, el 34% registró un nivel bajo. Por su parte, teniendo en cuenta los análisis estadísticos realizados se correlacionaron las variables estudiadas, encontrando que existe una correlación negativa elevada ($r = -.702$). Lo cual confirma que la dependencia a la red social virtual tiene un impacto en las habilidades sociales de las personas. (Bonilla A. & Hernández L., 2012, p.3)

En el **Perú**, se realizó un estudio que tuvo como propósito determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. Hay que mencionar que se trabajó con 205 estudiantes del 1ero al 5to grado de secundaria. Se utilizaron dos instrumentos: Lista de Chequeo de Habilidades Sociales - Goldstein y Escala de Actitudes hacia las redes sociales. En cuanto a los resultados de la investigación se pudo encontrar que a mayor adicción a las redes sociales existe un bajo nivel de las habilidades sociales en los adolescentes, lo cual significa que estos estudiantes que tienen una adicción a las redes a la vez tienden a presentar pocas destrezas interpersonales lo cual dificulta en cierta manera el relacionamiento con otras personas. (Domínguez J. & Ybañez J, 2016).

Asimismo, en 2019, se realizó una investigación titulada: “Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de la institución educativa Politécnico Huáscar de Puno” este estudio tuvo como objetivo de determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en los adolescentes. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional y de diseño no experimental de corte transversal, la población de estudio fue de 130 adolescentes.

Para la recolección de datos se usó la escala validada de adicción a las redes sociales desarrollada por Edwin Salas y Luis Escurra, y la escala de habilidades sociales propuesta por la Dirección General de Promoción de Salud. Se presentan porcentajes de la siguiente manera: el 10.8% tiene una adicción alta en redes sociales y un promedio bajo en habilidades sociales; el 24.6% de la población total presenta promedio bajo en habilidades sociales; finalmente, el 39.2% presenta adicción media en cuanto a la adicción a las redes sociales. (Copa C. & Turpo G., 2019, p.4).

Dentro del ámbito **nacional**, en la ciudad de La Paz en la gestión 2018, hay que referir que se realizó una investigación titulada "Uso excesivo de redes sociales, de internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología UMSA", se tuvo como objetivo establecer la relación entre el uso excesivo de las redes sociales de Internet y el rendimiento académico en estudiantes de la Carrera de Psicología de la Universidad Mayor de San Andrés de 4to año, teniendo en cuenta la edad, el sexo; los instrumentos que se utilizaron fueron el cuestionario de Adicción a Redes Sociales y el Registro de Notas que evalúa el rendimiento académico.

Según los resultados encontrados, se puede observar que tanto en mujeres como en varones, que el 26% de mujeres y el 14% de varones utiliza las redes sociales todo el tiempo, revisan su celular sobre las notificaciones que llegan de páginas o grupos, y los mensajes de sus amigos o familiares reciben una información nueva, la cual hace que los estudiantes vean sus celulares en todo momento incluso en las aulas de clases. El 23% de mujeres y el 10% de varones, utiliza las redes sociales de 7 a 12 veces por día. Y el 21% de mujeres y el 6% de varones, utilizan sus redes sociales de 3 a 6 veces por día. Esto nos indica que los estudiantes están al pendiente de las notificaciones de las redes sociales. (Mendoza J., 2018, p.4)

De igual manera, en la ciudad de La Paz se realizó una investigación titulada "Autoconcepto y adicción a las redes sociales en los estudiantes de 16 a 18 años del colegio La Merced", la cual tuvo el propósito de establecer la relación entre el autoconcepto y la adicción a las Redes Sociales en los estudiantes de 16-18 años del colegio La Merced. En este trabajo de investigación, la muestra estuvo constituida por 40 adolescentes varones y mujeres comprendidos entre los 16 a 18 años de edad. En relación a la variable adicción, la cual nos importa, se pudo encontrar que el 47,5% presenta un nivel de adicción moderada, como así también el 17,5% presenta un nivel de adicción grave en relación a las redes sociales. (Mamani X., 2018, p.5).

También dentro del ámbito nacional, más precisamente en la ciudad de **Tarija**, en la gestión 2018 se realizó la investigación titulada "Influencia y efectos de las redes sociales en el área psicológica, familiar y social en adolescentes de la ciudad de Tarija". Se tomó una muestra de 155 adolescentes cuyas principales características fueron las siguientes: 101 adolescentes, entre hombres y mujeres del Colegio Castelfor Castellanos (colegio fiscal); 54 adolescentes, entre

hombres y mujeres del colegio UBEET (colegio particular); todos ellos de primero, tercero y sexto de secundaria. En cuanto a los resultados obtenidos, se puede indicar que el nivel de uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, en su mayoría es leve. Pues si bien hacen uso de internet por varias horas, tienen control sobre su uso. También es importante mencionar que los adolescentes que hacen uso de las redes sociales, muestran un nivel de dificultad máxima en las relaciones interpersonales, ambas variables fueron abordadas en el presente estudio. (Ledesma A, 2018, p.2).

Asimismo, en la ciudad de Tarija, en la gestión 2017, otra investigación fue realizada en la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho, ésta fue titulada “El uso de las redes sociales y su influencia en la psicología del adolescente tarijeño”. Entre los principales resultados se encontró lo siguiente: “El 72% los padres de familia se encuentran en desacuerdo en que las redes sociales ayuden a sus hijos en las relaciones dentro del hogar, consideran que los adolescentes se encuentran inmersos dentro de sus celulares descuidando su realidad, en un 100% los padres del área rural están totalmente de acuerdo en que las redes sociales distorsionan la verdadera amistad humana y el 72 % de los profesores está mayormente de acuerdo en que las redes sociales bajan la calidad del aprendizaje; también hay que referir que el 84% de los adolescentes del área rural está mayormente de acuerdo en que las redes sociales perjudican la comunicación personal en la familia porque cada uno presta atención a su celular olvidando lo demás” (Guerrero, 2017, citado en Ledesma A., 2018, p.6).

Dentro del ámbito local, es decir, dentro del municipio de Villazón, no se pudo encontrar investigaciones sobre la temática, lo cual refleja la necesidad existente de obtener información sobre la adicción a las redes sociales, la ansiedad y las relaciones interpersonales.

No se debe olvidar que la adicción a las redes sociales trae consigo muchos efectos negativos en las personas que la padecen, observando la importancia que tiene un abordaje como éste, la presente investigación se enfocó en determinar el riesgo de adicción a las redes sociales en relación al nivel de ansiedad, y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón.

Es importante mencionar que se optó por dicha población debido a que responde a una necesidad de la misma unidad educativa, pues de acuerdo al relato del director del colegio, durante la

última gestión se han reportado algunos casos en los que los estudiantes debido al excesivo uso y mal manejo de las redes sociales, han sido víctimas de engaños o han cometido actos que pueden ser castigados por la ley como el envío de fotografías sin consentimiento.

De esta manera, resultó favorable la realización del presente trabajo, pues aporta con información que sirve para efectuar soluciones prácticas y también es un buen aporte teórico que le puede servir a la propia unidad educativa como a otras personas que la necesiten.

Por lo anteriormente señalado, se formula la siguiente pregunta científica:

¿Cuál es la relación entre el riesgo de adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón, en la gestión 2022?

1.2. Justificación

Con claridad se observa que el impacto de las redes sociales ha proporcionado grandes beneficios para dar paso a un cambio rotundo en muchos aspectos de las personas; sin embargo, lamentablemente ha traído efectos contraproducentes en la población, ya que el uso normal en muchas ocasiones ha pasado a ser excesivo y esto negativamente ha hecho que varios efectos psicosociales aparezcan y afecten a todas las personas y más aún a los adolescentes.

Como ha sido expuesto en párrafos anteriores y de acuerdo a la revisión bibliográfica realizada, se puede observar que realmente la adicción a las redes sociales trae consigo muchos efectos negativos y también se puede constatar que no estamos lejanos a la problemática mundial del incremento desmedido de la tecnología con sus claros beneficios y también efectos adversos. Tomando en cuenta esta situación, es de mucha importancia el realizar el presente trabajo de investigación, ya que se buscó determinar el riesgo de adicción a las redes sociales en relación al nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de junio “B” de la ciudad de Villazón. Cabe señalar que esta información es importante debido a que dentro del país y más aún dentro del municipio de Villazón, no existen muchas investigaciones que hayan hecho un abordaje de variables como las del presente trabajo.

De igual manera, hay que recordar que se investigó a una población vulnerable, en riesgo a caer en este tipo de adicciones, que son los adolescentes. Es importante mencionar que la información encontrada ayuda a que se pueda repensar y elaborar acciones para trabajar con los propios adolescentes, como así también con otros actores de la educación como son los profesores y los mismos padres de familia.

No se debe olvidar también que la problemática de las redes sociales es ligeramente actual ya que las redes sociales y todas estas plataformas siguen creciendo de manera diaria y son cada vez más las personas que tienen acceso a una red social. Este crecimiento se ve claramente dentro de nuestro país, pero en contraste a ello, no son muchas las investigaciones sobre este tema.

Es importante mencionar que lamentablemente en Bolivia, aún no se ha investigado a profundidad lo que sucede con los jóvenes y las redes sociales, situación que debe ser tratada con mucho interés debido a que ellos representan el futuro del país. Según estadísticas realizadas por latamclick en 2015 (Citado en Mamani X., 2018), se puede ver que hubo un crecimiento del 46% con relación al año 2014, es una cifra bastante alta en comparación a otros países. Los usuarios entre 18 y 24 años continúan siendo el intervalo de edades con mayor penetración en las redes sociales en Bolivia.

Según estadísticas para Bolivia, la red social más utilizada es Facebook, que tiene 3.500.000 usuarios registrados en el país. Es importante mencionar que desde el 2012 hasta este año, la red social Facebook ha tenido un crecimiento de 42% donde el segmento de edad con mayoría de usuarios es de 18 a 24 años, lo cual significa el 37%. (Latamclick 2015, citado en Mamani X., 2018, p.4).

Es importante referir que la información que arroje el presente estudio, sirve para concientizar a instituciones como la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho, Secretarías de la Alcaldía o Gobernación, Servicio departamental de Educación, alumnos, padres de familia y a la población en general, sobre el uso excesivo de las redes sociales y cuánto estas afectan psicológica y socialmente al individuo. De igual manera, con la información brindada, las mismas instituciones puedan implementar nuevas políticas en beneficio de la solución del problema.

Finalmente, el presente trabajo de investigación presenta una *justificación teórica*, debido a que aporta con conocimientos actualizados sobre el nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, el nivel de ansiedad, las relaciones interpersonales y la correspondiente correlación entre estas variables; estos nuevos conocimientos pueden coadyuvar con la realización de futuras investigaciones, ampliando de esta manera el campo de investigación. También es importante referir que el estudio aporta con datos que le pueden servir a la sociedad en general.

CAPÍTULO II
DISEÑO TEÓRICO

2. DISEÑO TEÓRICO

2.1. Pregunta científica

¿Cuál es la relación entre el riesgo de adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón, en la gestión 2022?

2.2. Objetivos

2.2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el riesgo de adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio” B” de la ciudad de Villazón, en la gestión 2022.

2.2.2. Objetivos específicos

1. Identificar el nivel de riesgo de adicción a las redes sociales en los adolescentes.
2. Establecer el nivel de ansiedad que presentan los adolescentes.
3. Evaluar las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes.
4. Analizar la relación entre el riesgo de adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes.

2.3. Hipótesis

- Los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón, presentan un riesgo muy elevado de adicción a las redes sociales.
- Los adolescentes de la Unidad Educativa 6 de Junio” B” presentan un nivel de ansiedad moderada.
- Los estudiantes del nivel secundario presentan una mediana dificultad interpersonal.
- A mayor nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, mayor el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes.
- A mayor nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, mayor nivel de dificultad en las relaciones interpersonales.

2.4. Operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Riesgo de adicción a las redes sociales:</p> <p><i>“Es cuando los adolescentes realizan un uso preocupante de las Redes Sociales e Internet, con un aumento de las horas de conexión y el número de usuarios”</i> (Müller et al., 2016) (Citado en Peris M. Mangato C., & Garaigordobil M., 2018)</p>	<p>-Síntomas-adicción</p> <p>-Uso social</p> <p>-Rasgos frikis</p> <p>-Nomofobia</p>	<p><i>Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)</i></p> <p>-Conductas de adicción a sustancias no tóxicas, como “Accedo a las RSI en cualquier lugar y a cualquier hora”;</p> <p>Conductas habituales de la “socialización virtual” del adolescente.</p> <p>Aspectos propios como unirse a grupos con interés específico, jugar juegos virtuales y de roles, tener encuentros sexuales.</p> <p>Ansiedad y control en el uso del móvil.</p>	<p>(95 puntos o más)</p> <p>-Riesgo muy elevado de adicción.</p> <p>(85 a 94 puntos)</p> <p>-Riesgo de adicción.</p> <p>(75 a 84 puntos)</p> <p>-Sospecha de riesgo de adicción.</p>

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Ansiedad:</p> <p><i>“Es una vivencia de temor ante algo difuso, inconcreto, indefinido, que se produce por nada y se difumina, por lo tanto, es un temor impreciso carente de objeto exterior, la ansiedad se experimenta como la anticipación de lo peor y está determinada por la perplejidad”.</i> (Rojas E, 2014, p.12).</p>	<p>Síntomas Físicos.</p> <p>Síntomas Psíquicos.</p> <p>Síntomas Conductual.</p> <p>Síntomas Cognitivos.</p> <p>Síntomas Asertivos</p>	<p>Cuestionario de Ansiedad de Rojas.</p> <p>-Palpitaciones, opresión en el pecho, temblores, hipersudoración, sequedad de boca, dificultad respiratoria, pellizco gástrico.</p> <p>-Inquietud interior, desasosiego, inseguridad, presentimiento de la nada, temor a perder el control, temor a la muerte, temor a la locura, temor al suicidio.</p> <p>-Estado de vigilancia/alerta, dificultad para la acción, bloqueo afectivo, trastorno del lenguaje no verbal.</p> <p>-Diversos errores en el procesamiento de la información, expectación de matriz negativo, pensamientos preocupantes y negativos, pensamiento ilógico, dificultad de concentración, trastorno de la memoria.</p> <p>-Descenso en diferentes habilidades sociales, bloqueo en relaciones humanas, no saber qué decir ante ciertas personas, incapacidad para terminar una conversación.</p>	<p>-Banda normal (0-20 puntos)</p> <p>-Ansiedad Ligera (21-30 puntos)</p> <p>-Ansiedad Moderada (31-40 puntos)</p> <p>-Ansiedad Grave (41-50 puntos)</p> <p>-Ansiedad Muy Grave (51 puntos o más)</p>

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Relaciones interpersonales: <i>“Son los problemas experimentados por los adolescentes en diferentes contextos sociales”</i> (Inglés C., Méndez. & Hidalgo M., 2014)</p>	<p>Aserción</p> <p>-Relaciones con el otro sexo</p> <p>-Relaciones con iguales</p> <p>-Hablar en público</p>	<p><i>Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA)</i></p> <p>-Libertad de manifestar lo que piensa, siente y quiere.</p> <p>-Capaz de comunicarse.</p> <p>-En todas sus acciones y manifestaciones, se respeta a sí misma y acepta sus limitaciones.</p> <p>-Comienzan las relaciones de amistades con el otro sexo</p> <p>-Amistades estables</p> <p>-Interactúan ambos sexos</p> <p>-Intercambio de ideas</p> <p>-Expresión de afectos y comunicación entre amigos.</p> <p>-Proceso de aprendizaje indispensable para el desarrollo de las relaciones interpersonales.</p> <p>-Hablar delante de muchas personas.</p> <p>-Ansiedad generada por hablar en público.</p>	<p>Ninguna Dificultad (0)</p> <p>Poca Dificultad (1)</p> <p>Mediana Dificultad (2)</p> <p>Bastante Dificultad (3)</p> <p>Máxima Dificultad (4)</p>

	-Relaciones familiares	-Intercambio de ideas -Aprendizaje de valores como el respeto a sí mismo y a los demás. -Confianza	
--	------------------------	--	--

CAPÍTULO III
MARCO TEÓRICO

3. MARCO TEÓRICO

Tomando en cuenta que el marco teórico es uno de los capítulos fundamentales en la realización de una investigación, se presenta este capítulo dentro del cual se pueden encontrar cada una de las definiciones e información de acuerdo a las variables sujetas a estudio.

En este sentido, el presente marco teórico está constituido por la descripción de las redes sociales, la adicción a las mismas, ansiedad y las relaciones interpersonales, todas en función a la adicción a las redes sociales en adolescentes.

Tomando en cuenta lo anteriormente mencionado, se presenta la base teórica que respalda el presente trabajo de investigación:

3.1. Las redes sociales

Hay que empezar diciendo que las redes sociales son definidas como formas de interacción social, como un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contexto de complejidad. *“Un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas”*. Las redes sociales son un fenómeno que se ha hecho indispensable en la vida de las personas; siendo estas utilizadas con gran frecuencia. Se definen como una colectividad virtual, en la que los individuos tienen algo en común ya que comparten intereses, gustos, ideales y afinidad, permitiéndoles interactuar con otras personas, aunque no sean conocidas. (Bernete, 2010, citado en Gómez K. & Marín J., 2017, p.26).

De igual manera, es importante mencionar que las redes sociales digitales han cambiado la forma de entender el tiempo, espacio y formatos en el relacionamiento con otras personas. Esto significa que es más fácil contactarse con otras personas, pues los mensajes son enviados y recibidos instantáneamente en cualquier parte del mundo. Por otra parte, si los procesos de comunicación se modifican, se modifican también todos los ámbitos que involucran comunicación, en las redes esto se puede evidenciar en la forma de socializar aspectos de la vida personal, donde el usuario comparte su vida cotidiana mediante contenidos multimedia, como fotos, videos y ubicaciones”. (Paredes R., 2018).

También hay que hacer mención que en la actualidad las redes sociales son algo natural con lo que ya vivimos, pero es importante que se pueda hacer un uso adecuado de las mismas. En la era digital, las redes sociales forman parte importante de nuestras vidas y de cómo nos relacionamos con otros. Facilitan la comunicación sin importar la distancia y nos permiten compartir momentos cotidianos, así como conocer lo que ocurre en cualquier rincón del mundo. Sin embargo, su uso en exceso afecta la salud mental, y en este sentido, los adolescentes son los más vulnerables a volverse adictos a las redes sociales. Es importante mencionar que esta adicción puede afectar diferentes aspectos de sus vidas, como el interés por otras actividades, el rendimiento escolar o las relaciones con amigos y familiares. El papel de los padres de familia es importante tanto para prevenir como para resolver la adicción a las redes sociales. (Numata C., 2021).

3.1.1. Riesgo de Adicción a las redes sociales

Los autores del test toman la definición de (Müller et al., 2016, citado en Peris M. Mangato C., & Garaigordobil M., 2018), que refiere a que el riesgo de adicción a las redes sociales *“Es cuando los adolescentes presentan un uso preocupante de las Redes Sociales e Internet, con un aumento de las horas de conexión y el número de usuarios”*.

Para Gómez K. & Marín J. (2017) La influencia de las redes sociales en los jóvenes, se concibe cuando el adolescente tiende a tener una personalidad vulnerable, relaciones familiares disfuncionales y con una interacción social pobre. Hay que mencionar que ellos, son propensos en desarrollar cierta adicción, si promueven hábitos de recompensas inmediatas, ya sea por la presión del grupo, el estar sometido al estrés, tales como el fracaso escolar, frustraciones afectivas o competitividad o de vacío existencial como el aislamiento social o falta de objetivos.

Es importante referir que la adicción a una red social es la compulsión por estar siempre conectado en la plataforma social e implica ser un coleccionista de amigos y dedicar mucho tiempo a la decoración del muro o perfil. En este sentido se han visto casos de personas que están más de 18 horas conectadas y al pendiente de su red social y que la adicción a internet suele afectar a las personas que psicológicamente o por la edad son más vulnerables. Un grupo al que hay que prestar especial atención son los adolescentes, porque reúnen características de

riesgo como la impulsividad externa, necesidad de relaciones nuevas y autoestima baja (Echeburúa, Labrador, & Becoña, 2009, p.3).

Hay que indicar que este es un problema que, sobre todo, está asociado a personas cada vez más jóvenes. Además, cada vez es más temprana la edad de uso del teléfono móvil y de, por lo tanto, las redes sociales. Por su parte, es cierto que las redes suelen tener una edad mínima para poder registrarse. Esta suele ser entre los 13 y 14 años. Sin embargo, mentir es muy sencillo y nos encontramos con que niños y jóvenes de 10 años ya tienen redes sociales. Lo comentado en el punto anterior puede ser problemático por dos motivos. Por un lado, puede producirse una adicción a una determinada red social y, por otro lado, esa persona de corta edad se expone totalmente a la comunidad de esa red social con todos los peligros que esto puede acarrear. (Rodríguez R., 2021).

Por su parte, hay que referir que el atractivo de las redes sociales para los jóvenes es que se caracteriza por la respuesta rápida, las recompensas inmediatas, la interactividad y las múltiples ventajas con diferentes actividades. El uso es positivo, siempre que no se dejen de lado el resto de las actividades propias de una vida normal (estudiar, hacer deporte, ir al cine, salir con los amigos o relacionarse con la familia). (Echeburúa E., 2013).

3.1.2. Los riesgos que presentan las redes sociales

Es importante mencionar que la seguridad y el uso responsable de Internet y las redes sociales por parte de los menores son una prioridad de los padres de familia, pero en la mayor parte de los jóvenes no cuentan con las seguridades y prevenciones necesarias para que se encuentren a salvo de los riesgos que corren. Otro peligro es la suplantación de personalidad, escaso control de datos, provocan adicción el mal uso, acceder a todo tipo de información sin restricciones y las personas pueden ser víctimas de delitos y crímenes. El uso de las redes sociales se ha convertido en un factor fundamental en el proceso de socialización entre jóvenes y se han transformado en símbolos de pertenencias tanto para los jóvenes como para adultos, por lo que hoy en día formar parte de una red social se ha convertido en una necesidad, puesto que las personas necesitan estar actualizadas y presentes socialmente, pero Taber (2005), manifiesta que existen limitaciones en el uso de las mismas y consideran que son peligrosas si no se configura la privacidad correctamente, pues exhiben la vida privada del usuario y pueden ser

utilizadas por criminales para conocer datos de sus víctimas en delitos: como el acoso y abuso sexual, secuestro, tráfico de personas, entre otros, además que existen la falta de control de datos dejando vulnerable al usuario, pero la más importante es que pueden ser adictivas e insumir gran parte de nuestro tiempo, pues son ideales para el ocio. (Gavilanes, 2015, p.4)

3.1.3. Perfil de la persona con adicción

Hay que indicar que, si bien la mayoría de las redes sociales están disponibles para todo el mundo, solo una pequeña parte pueden presentar problemas de abuso y adicción. Generalmente, los adolescentes constituyen un potencial colectivo de riesgo para desarrollar adicción a las redes sociales, porque son los que más se conectan a Internet, más horas pasan online, también están más familiarizados con las nuevas tecnologías actuales. (Fábregas, 2019, p.1).

Existen ciertas características de personalidad o estados emocionales que tienden a aumentar la vulnerabilidad psicológica del adicto.

De acuerdo al Dr. Fábregas, psiquiatra especialista en adicciones del centro, explica que cuando hablamos de adicciones a redes sociales suele haber un problema subyacente que debe tratarse psicológicamente también. La timidez excesiva, baja autoestima, rechazo de la imagen corporal, depresión o hiperactividad son solo algunos ejemplos que pueden manifestarse tras la adicción. En estos casos el abuso de Internet es como una cortina de humo que evidencia la existencia de un fuego para controlar, un problema de personalidad o un trastorno mental, que es lo que habría que abordar en realidad. Hay otros casos en los que se trata a personas que muestran una insatisfacción personal con su vida y que intentan ocultar esas carencias familiares o sociales. En estos casos Internet o las redes sociales actúan como una prótesis tecnológica que facilita el escape de la vida real, aunque a largo plazo tenga consecuencias negativas. (Fábregas, 2019, p.1).

3.1.3.1. La conducta adictiva

Hay que referir que Cugota (2008, citado en Cuyún M., 2013 p.13), señala que una conducta adictiva es un trastorno de dependencia de una actividad habitual, por lo general placentera y socialmente aceptada, pero que en un determinado momento se convierte en una obsesión. Por ejemplo, son conductas adictivas la adicción a compras, a internet, a videojuegos entre otros.

También se clasifican como un trastorno mental que no se relaciona con la toma de una sustancia tóxica, pero causa igualmente una fuerte dependencia y genera adicción. Una conducta se transforma en conducta anormal cuando la persona afectada ha perdido el control sobre la misma y cuando interfiere del todo en las relaciones laborales o estudiantiles, familiares y sociales. Este grado de interferencia en la vida de la persona implicada es más determinante que la intensidad, frecuencia o la cantidad de tiempo invertida en dicha conducta. Una conducta adictiva, no siempre es fácil detectarla. No es que la conducta sea perjudicial en sí misma, sino que es nociva la relación que la persona afectada establece con ese comportamiento. Cualquier persona está expuesta a caer en una adicción, sin embargo, los jóvenes son más vulnerables a caer en esta y generar una conducta adictiva, que es una etapa de gran riesgo en las adicciones, ya que a los adolescentes les es más difícil controlar impulsos y estímulos, tienen una menor tolerancia a la frustración, soportan menos la presión de la publicidad y sienten la necesidad de hacer lo que hace todo mundo. Pero evidentemente, ni todos los adolescentes son iguales, ni todas las circunstancias se dan al mismo tiempo ni con la misma intensidad.

3.1.4. Tratamiento de adicción a las redes sociales

El tratamiento de adicción a las redes sociales tiende a requerir de una intervención desde la vertiente psicológica, pero en ocasiones y según lo requiera el estado del paciente, es absolutamente necesario complementarlo con la psicofarmacológica, ambas actuarían en favor del progreso terapéutico.

3.1.4.1. Tratamiento psicológico y socio terapéutico

El tratamiento psicológico y socio terapéutico del trastorno de conducta por el abuso de las redes sociales, nuevas tecnologías o a de adicción a los móviles, se manifiestan en distintos contextos, tan distintos como la pluralidad del ser humano, además del entorno, su personalidad, los problemas que tenga y su forma de afrontarlos.

La psicología va a ser muy importante durante el tratamiento terapéutico. Los tratamientos que realizamos desde nuestro centro de adicciones responden a una evaluación individual, con un programa personalizado, que pretende mediante las estrategias de intervención más eficaces, la mejora absoluta del paciente.

3.1.4.2. Tratamiento farmacológico para adictos a internet

El uso de la farmacología se decidirá en función de la gravedad de la situación de la persona que padece esta patología. Así como en otras adicciones comportamentales, la adicción a las redes puede estar relacionada con altos niveles de bipolaridad o ansiedad. En función de la evolución de la persona y como afecte a su salud, pueden considerarse útiles los fármacos encaminados a disminuir estos episodios de intensidad y/o de impulsividad, los cambios de ánimo, etc. En esa línea los fármacos antidepresivos pueden mejorar los episodios de ansiedad elevada. Es importante mencionar que el uso y prescripción de medicamentos sea mediante un médico psiquiatra especialista en este tipo de patologías como los médicos, cuyo principal objetivo es lograr la mejoría total del paciente. (Fábregas, 2019, p.1).

3.2. Ansiedad

Tomando en cuenta al autor del instrumento, hay que referir que *“La ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, inconcreto, indefinido, que se produce por nada y se difumina, por lo tanto, es un temor impreciso carente de objeto exterior, la ansiedad se experimenta como la anticipación de lo peor y está determinada por la perplejidad”*. (Rojas E, 2014, p.12).

La ansiedad se considera como una respuesta natural del cuerpo ante el estrés, es un sentimiento de miedo o aprensión sobre lo que está por venir, pero si estos sentimientos son extremos y duraderos e interfieren con el desarrollo de actividades cotidianas y sociales se considera como un trastorno de ansiedad; dentro de las causas más comunes está la acumulación de situaciones de vida o eventos estresantes que pueden desencadenar episodios de ansiedad excesiva, tales causas pueden ser la muerte de un familiar, estrés laboral o preocupaciones constantes por las finanzas; además presenciar una muerte o accidente, terremotos, tormentas severas, incendios, abuso sexual o violencia; cabe resaltar que, la ansiedad puede ser padecida en menor o mayor grado por cualquier persona pero son más propensas aquellas personas con desordenes de personalidad, por ejemplo personalidades perfeccionistas, sensibles y tímidas, o personas con baja autoestima; con otros trastornos de salud mental o incluso en consumo de drogas o medicamentos (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2009; Martínez y López, 2011, p.24).

Con relación a los factores que contribuyen al desarrollo de la ansiedad, hay que mencionar que se ha encontrado aspectos biológicos, antecedentes familiares, rasgos de personalidad y química del cerebro, otro factor común es el aprendizaje social, especialmente observacional de uno de los miembros de la familia, y aunque los antecedentes familiares no necesariamente significan que tendrá ansiedad, pueden ser un factor contribuyente; por otra parte las preocupaciones persistentes asociadas a problemas crónicos de salud, problemas a nivel laboral o financieros, conflictos familiares entre otros se asocian con el desarrollo del trastorno; además la presencia de enfermedades médicas, tales como: las cardíacas, la diabetes, los problemas de tiroides, la insuficiencia de nutrientes, entre otras aumentan la probabilidad de presentar un trastorno de ansiedad (Martínez y López, 2011; Orozco y Vargas, 2012, p.25).

Por otra parte, tomando en cuenta la ansiedad, pero de acuerdo al sexo, las mujeres en edad reproductiva son más vulnerables a desarrollar trastornos de ansiedad, aproximadamente entre 2 a 3 veces más que los hombres. Ser hombre o mujer no sólo puede influir en la prevalencia de los trastornos mentales, sino también en la manifestación y expresión de los síntomas, la voluntad para solicitar asistencia médica o psicológica, el curso de la enfermedad, incluso en la respuesta al tratamiento. Cada vez hay pruebas más sólidas de que existen diferencias entre ambos sexos respecto a la anatomía cerebral, la neuroquímica y los patrones de activación y respuesta a los estímulos ambientales; diferencias que pueden influir en la etiología y el curso de los trastornos psiquiátricos. (Arenas M., & Puigcerver A., 2009).

3.2.1. Clasificación de los síntomas de ansiedad.

De acuerdo a Rojas E. (2014, p.13) la ansiedad tiene los siguientes tipos de síntomas o manifestaciones:

3.2.1.1. Síntomas físicos

Son manifestaciones somáticas y se deben a una activación del sistema nervioso autónomo. Los principales síntomas son: taquicardia, pellizco gástrico, nudo en el estómago, dificultad respiratoria, opresión precordial, sequedad de boca, aumento del tono muscular, náuseas o deseos de vomitar, despenos diarreicos, dificultad para tragar y vértigos o inestabilidad espacial.

3.2.1.2. Síntomas psicológicos

En este tipo de manifestaciones hay síntomas como sensación de falta de aire, dificultad para respirar, el tiempo interior va más acelerado, al mismo tiempo hay una clara anticipación de lo peor, pensamientos repletos de algo malo va a suceder. Vivencia de amenaza, temores difusos, inseguridad, sentimientos temericos, temor a perder el control y aflicción.

3.2.1.3. Síntomas de conducta

Hay que indicar que este tipo de síntomas son manifestaciones observables de forma objetiva y que generalmente son motoras. Los más frecuentes son los siguientes síntomas: contracción de los músculos de la cara, temblores diversos en manos, brazos, piernas, etc., bloqueo generalizado, estado de alerta, irritabilidad, respuestas desproporcionadas a estímulos externos simples, moverse de un sitio para otro, cambios y altibajos en el tono de la voz, tensión mandibular, morderse las uñas o los padrastrós y jugar con objetos en las manos o necesitar tener algo entre las manos.

3.2.1.4. Síntomas cognitivos.

Este tipo de síntomas refieren al modo de procesar la información que le llega y afecta a la percepción, la memoria, el pensamiento y la forma de utilizar los instrumentos de la inteligencia. Sus principales síntomas son la inquietud mental, miedos, temores de anticipación de lo peor, preocupaciones obsesivas, pensamientos intrusos negativos, pesimismo generalizado, dificultades de concentración, pensamientos de los que no se puede liberar, cualquier noticia le afecta negativamente y se acuerda más de lo negativo que de lo positivo.

3.2.1.5. Síntomas asertivos

Hacen referencia al contacto interpersonal. Sus síntomas más sobresalientes son: dificultad para iniciar una conversación con alguien que se encuentra, le cuesta mucho presentarse a sí mismo en una reunión social, le cuesta decir que no o mostrar desacuerdo, bloqueo en las relaciones sociales, está muy pendiente de lo que los demás puedan opinar de él y prefiere pasar desapercibido cuando está con gente.

3.2.2. Diferencia entre ansiedad patológica y adaptativa

En las sociedades avanzadas modernas, esta característica innata del hombre se ha desarrollado de forma patológica y conforma, en algunos casos, cuadros sintomáticos que constituyen los denominados trastornos de ansiedad, que tiene consecuencias negativas y muy desagradables para quienes lo padecen. Entre los trastornos de ansiedad se encuentran las fobias, el trastorno obsesivo-compulsivo, el trastorno de pánico, la agorafobia, el trastorno por estrés postraumático, el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de ansiedad social, etc.

En el caso del trastorno de ansiedad generalizada, la ansiedad patológica se vive como una sensación difusa de angustia o miedo y deseo de huir, sin que quien lo sufre pueda identificar claramente el peligro o la causa de este sentimiento. Esta ansiedad patológica es resultado de los problemas de diversos tipos a los que se enfrenta la persona en su vida cotidiana, y sobre todo de sus ideas interiorizadas acerca de sus problemas. La ansiedad se presenta con frecuencia en pacientes celíacos o con sensibilidad al gluten no celíaca, que puede constituir su única manifestación y, por lo general, mejora con la dieta sin gluten. Asimismo, se ha descrito en ambas una mayor prevalencia de fobia social y trastorno de pánico. La ansiedad normal se presenta en episodios poco frecuentes, con intensidad leve o media y de duración limitada, ante estímulos previsible y comunes y con un grado de sufrimiento y limitación en la vida cotidiana acotada. En cambio, la ansiedad a niveles patológicos se caracteriza por sucederse en episodios reiterativos, de intensidad alta y duración excesiva, con alta y desproporcionada reactividad a la amenaza, provocando gran sufrimiento y notable interferencia en la vida diaria. (Cosios, 2014, p.38).

3.2.3. La adicción a las redes sociales en relación a la ansiedad

Haciendo énfasis en la relación entre estas variables, Sarmiento S. (2021) refiere que millones de personas en todo el mundo, especialmente jóvenes y adultos, están fascinados por las nuevas tecnologías e Internet y las arrastran en su vida diaria, en relación a la comunicación. Sin embargo, la aparición de otras aplicaciones induce otros síntomas, entre los que se encuentran los síntomas de ansiedad, asociados al desarrollo de conductas adictivas.

Por su parte, sobre esta relación entre las redes sociales y la ansiedad, López, (2018) (Citado en Sarmiento S., 2021) indica que se pone de manifiesto también, que niños, adolescentes, jóvenes y adultos que han desarrollado conductas adictivas a las redes sociales, siempre están atentos a lo que sucede en estos entornos virtuales, revisan sus computadoras o teléfonos inteligentes en todo momento, incluso en momentos inoportunos, participan en conversaciones virtuales y responden mensajes, o tienden a ignorar las expresiones faciales debido a la participación patológica en estas actividades. Se sienten ansiosos o irritables ante las relaciones interpersonales, experimentan trastornos emocionales y problemas en las interacciones sociales.

3.3. Relaciones interpersonales

Considerando a los autores del test, las dificultades en las relaciones interpersonales se las debe entender a partir de que *“Son los problemas experimentados por los adolescentes en diferentes contextos sociales”* (Inglés C., Méndez. & Hidalgo M., 2014)

De igual manera, una relación interpersonal *“es una interacción recíproca entre dos o más personas”*. (Bisquerra 2003, citado en Ledesma A., 2018, p.4). Se trata de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social. Uno de los elementos que más influye en nuestra forma de relacionarnos con los demás es la imagen que tenemos de ellos. Supongamos, por ejemplo, que estamos en una estación de autobuses y alguien se acerca a nosotros con el propósito de iniciar una conversación. ¿Cuál será nuestra reacción? ¿Nos sorprenderemos o nos parecerá lo más natural del mundo? ¿Nos sentiremos cómodos o incómodos? ¿Cómo interpretaremos la conducta de la otra persona? La respuesta a estas preguntas depende en gran medida de cómo hayamos interpretado lo que hemos visto en ella: su aspecto físico, forma de vestir, tono de su voz. Gestos, mirada... A partir de estos elementos tan externos y generales, seguramente nos formaremos una imagen que determinará nuestra respuesta. Y así, dependiendo de que hayamos percibido correcta o incorrectamente, nuestra conducta será adecuada o inadecuada. Para Fernández (2003: 25), *“trabajar en un ambiente laboral óptimo es sumamente importante para los empleados, ya que un entorno saludable incide directamente en el desempeño que estos tengan y su bienestar emocional.”*

Hay que mencionar que las relaciones interpersonales son de mucha importancia durante la adolescencia, Morris y Maisto, (2001) (Citado en Midencey D., 2020) refiere que la adolescencia como bien es sabido; es una etapa del desarrollo humano bastante confusa y compleja que viene acompañada por un cúmulo de inquietudes y necesidades. Surgen pensamientos de soledad, frustración e incompreensión. Hay que indicar que en esta etapa, la amistad es vital para el fortalecimiento de la propia estima del adolescente o joven, los pares o grupo de compañeros o amigos adquieren mucha importancia durante este periodo, ya que ofrecen al adolescente una red de apoyo social y emocional que le ayuda a alcanzar mayor independencia respecto a los adultos y encontrar una identidad personal.

Es importante hacer referencia que las relaciones sociales y los amigos juegan un papel primordial durante el desarrollo de los adolescentes. Es el momento en el que aparece el autoconocimiento, un proceso madurativo que los lleva adquirir la noción de su persona. En este ejercicio de identificación personal, los amigos suponen un elemento fundamental en esa transición de la infancia a la vida de adultos. Los padres deben, por tanto, valorar y priorizar esa vida social, entendiendo que la habilidad social como tantas otras cosas, se aprende mediante el ensayo y error. (Castro L., 2021).

3.3.1. Dimensiones de las dificultades en las relaciones interpersonales

De acuerdo a Inglés C., Méndez. & Hidalgo M. (2014), las dificultades en las relaciones interpersonales tienen las siguientes dimensiones:

- **Asertividad (AS):** incluye 16 ítems sobre formulación de quejas, defensa de los derechos e intereses, rechazo de peticiones poco razonables y solicitud de información a: personal de servicios (camareros, dependientes, etc.), familiares y conocidos (abuelos, vecinos, etc.) y desconocidos por la calle.
- **Relaciones Heterosexuales (RH):** esta es una dimensión que se compone de siete ítems, los mismos que se encuentran relacionados a las relaciones con el sexo opuesto (concertar citas, hacer cumplidos, conversaciones, etc.).
- **Hablar en Público (HP):** con respecto a esta dimensión, la misma comprende cinco ítems en los cuales se intenta evaluar el comportamiento del adolescente lleva a cabo ante un grupo numeroso o auditorio.

- **Relaciones Familiares (RF):** esta es una dimensión que está formada por cuatro ítems, los cuales hace referencia sobre aserción específicamente en el ámbito familiar. En esta dimensión se centra más en las dificultades que se puedan presentan en las relaciones interpersonales dentro de la familia.
- **Amigos (AM):** consta de cuatro ítems, los cuales está íntimamente relacionados a la expresión de agradecimiento, petición de disculpas y manejo de críticas con amigos de ambos sexos. Esta dimensión está dirigida plenamente a las relaciones con los amigos.

3.3.2. Influencia de las redes sociales en las relaciones interpersonales

Hay que tomar en cuenta que, en la actualidad, con el desarrollo de la tecnología, los adolescentes tienden a la despersonalización, con relaciones virtuales. En este sentido, las relaciones interpersonales han perdido buena parte del contacto personal, no obstante, se debe tener en cuenta que estas funcionan tanto como un medio para alcanzar ciertos objetivos como un fin en sí mismo (Herrera, 2009, p.4).

El manejo de las relaciones interpersonales de los jóvenes en las redes sociales, se hacen menos intensas en el plano físico, pues se ofrece cientos de maneras de comunicarse, sin la necesidad de verse frente a frente: a través de imágenes, textos, audios, y juegos, observándose que hay miles de jóvenes de todos los rincones del planeta en las redes sociales con los que pueden interactuar de forma virtual. “las redes sociales son las causantes en gran manera de la pérdida de contacto personal, en la que se ve amenazada la interacción de los jóvenes con su entorno” (Cortés, F, 2011: 150). Por medio de las redes sociales, se conoce a gente, se mantienen las amistades lejanas, se chatea con amigos, te pones en contacto con quien quieras de forma inmediata, pero a la vez, se vulneran las relaciones entre las personas, puesto que estar presente solo virtualmente no te permite estrechar lazos o crear vínculos fuertes. Para esto es necesario tener vivencias y experiencias. Las redes sociales son un tipo de canal en el que es más fácil decir lo que se piensa, hacer que la gente se abra mostrando sus sentimientos, por lo que a la vez es una oportunidad de conocer mejor a las personas, sobre todo a los tímidos. Pero a la vez, esto hace que no superen sus barreras y digan las cosas a la cara, arriesgándose, teniendo la oportunidad de ver los rostros de las personas tras recibir noticias buenas, malas o regulares. Si esto sigue así llegaremos a un punto en el que las relaciones cara a cara llegarán a ser incómodas.

Existe cierto peligro de deshumanizar estas relaciones, pues el contacto, las miradas, los gestos, el olor y tacto que se puede sentir en un tú a tú real y físico queda sustituido por una relación que tiene lugar con una pantalla de por medio. Esto, para ciertas personas con falta de habilidades sociales se convierte, en realidad, en toda una ventaja, ya que les ayuda a no sentirse solos y a experimentar una sensación de encontrarse acompañados. Para el adolescente, la red social es una prolongación de su mundo, del grupo donde se siente comprendido y con el que se identifica. (Herrera, 2009) (Citado en Ledesma A., 2018, p.35).

En la actualidad se experimenta una era donde las nuevas tecnologías toman mucho protagonismo como elemento principal de avance y progreso, esto sea en los diferentes ámbitos existentes (personal, familiar, social y empresarial). El impacto de estos instrumentos digitales ha proporcionado grandes beneficios para dar paso a un cambio rotundo en el funcionamiento social de la comunidad. Las nuevas tecnologías se han convertido en un método para poder almacenar y transmitir información de manera continua y permanente, repercutiendo ello en la vida cotidiana, las actividades recreativas y el trabajo en un mundo donde las personas necesitan comunicar. Esta nueva forma de comunicación ha abierto un gran campo de experiencia y aprendizaje, siendo en la actualidad una herramienta indispensable en la vida de las personas. Sin embargo, su inadecuada utilidad ha puesto en riesgo algunas formas de comunicación habitual y de entretenimiento. Estos recursos tecnológicos han generado tanta relevancia dentro de los estilos de vida de cada persona que poco a poco han ido deteriorando las relaciones familiares, sociales y laborales. Los principales consumidores de las nuevas tecnologías son los adolescentes, generación que ha transformado la comunicación habitual en un método de interacción digital; asimismo, ellos transmiten esta cultura de tecnología sobre otras personas, enseñando incluso a los adultos, quienes adolecen de falta de capacidad para poder adaptarse al continuo cambio de la tecnología. Por ello, los adolescentes se constituyen como el sector que más fácil se adapta a las nuevas tecnologías. (Domínguez, Ybañez, 2016, p.183).

También hay que mencionar que a través de las relaciones interpersonales, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo. En contrapartida, la carencia de estas habilidades puede provocar rechazo, aislamiento y, en definitiva, limitar la calidad de vida. En conclusión, existen distintos canales de comunicación entre los seres humanos y la tecnología aporta una variedad de ellos, sin embargo,

todas las personas necesitamos crecer en un entorno socialmente estimulante, que nos permita compartir y estar con los demás (familia, amigos, compañeros de clase, colegas de trabajo, etc.). Dentro de las relaciones interpersonales hay que indicar que es importante desarrollar una comunicación correcta, eficaz y asertiva, que permita interactuar con los demás, sin embargo, para algunos adolescentes este proceso de comunicación no es fácil, por lo que es probable que muchas veces las redes sociales sean un medio de ocultar dificultades sociales como la timidez, la soledad, problemas de habilidades sociales o presión de grupo. (Midencey D., 2020).

3.4. Adolescencia

Hay que mencionar que la adolescencia es el período de transición entre la niñez y la adultez. Incluye algunos cambios grandes, tanto en el cuerpo como en la forma en la que un joven se relaciona con el mundo. Se debe indicar que la cantidad de cambios físicos, sexuales, cognitivos, sociales y emocionales que ocurren en esta época pueden causar expectativas y ansiedad tanto a los niños como a sus familias. Entender qué se puede esperar en las distintas etapas puede promover un desarrollo saludable durante toda la adolescencia y a principios de la adultez. (Allen B. & Waterman H., 2019, p.12).

3.4.1. Adolescencia temprana

- Durante esta etapa, los niños suelen comenzar a crecer más rápido. También empiezan a notar otros cambios corporales, entre los que se incluyen el crecimiento de vello en las axilas y en la zona genital, el desarrollo de los senos en las mujeres y el aumento del tamaño de los testículos en los varones. Por lo general empieza uno o dos años antes en las niñas que, en los varones, y puede ser normal que algunos cambios comiencen tan pronto como a los 8 años para las niñas y a los 9 años para los varones. Muchas niñas tienen su primera menstruación alrededor de los 12 años, en promedio de 2 a 3 años después del comienzo del desarrollo de los senos.
- Estos cambios corporales pueden generar curiosidad y ansiedad en algunos, en especial si no saben qué esperar o qué es normal. Algunos niños, además, se cuestionan su identidad de género en esta etapa y el inicio de la pubertad puede ser un momento difícil para los niños transgénero.

- Hay que mencionar que los adolescentes más jóvenes tienen ideas concretas y extremistas. Las cosas están bien o mal, fantásticas o terribles, sin muchos matices. En esta etapa es normal que los jóvenes enfoquen su pensamiento en ellos mismos (lo que llamamos "egocentrismo"). Como parte de esto, los preadolescentes y adolescentes más jóvenes, suelen sentirse cohibidos por su apariencia y sienten como si sus pares los juzgaran permanentemente.
- Los preadolescentes sienten una mayor necesidad de privacidad. Es posible que comiencen a explorar formas de ser independientes de su familia. En este proceso, es probable que prueben los límites y reaccionen con intensidad si los padres o tutores reafirman los límites. (Allen B. & Waterman H., 2019, p.13).

3.4.2. Adolescencia media

- Los cambios físicos que comenzaron en la pubertad continúan durante la adolescencia media. La mayoría de los varones comienzan su "crecimiento repentino" y continúan los cambios relacionados con la pubertad. Es posible, por ejemplo, que se les quiebre la voz a medida que se les va agravando. A algunos le sale acné. Es probable que los cambios físicos estén casi completos en las mujeres y la mayoría de las niñas ya tenga menstruaciones regulares.
- A esta edad, a muchos adolescentes les surge interés en las relaciones románticas y sexuales. Probablemente se cuestionen su identidad sexual y la exploren, lo que podría resultar estresante si no tienen el apoyo de sus pares, de la familia o de la comunidad. Otra forma típica de explorar el sexo y la sexualidad de los adolescentes de todos los géneros es la autoestimulación, también llamada masturbación.
- Muchos jóvenes en su adolescencia media discuten más con sus padres porque luchan por tener más independencia. Es muy probable que pasen menos tiempo con la familia y más tiempo con los amigos. Les preocupa mucho su aspecto y la presión de los pares (compañeros) puede alcanzar el máximo punto en esta etapa.
- El cerebro sigue cambiando y madurando en esta etapa, pero aún hay muchas diferencias entre la forma de pensar de un joven en su adolescencia media y de un adulto. Gran parte

de esto se debe a que los lóbulos frontales son la última área del cerebro en madurar; el desarrollo no está completo hasta que la persona tiene veintitantos años. Los lóbulos frontales desempeñan un papel importante en la coordinación de la toma de decisiones complejas, el control de los impulsos y la capacidad de tener en cuenta varias opciones y consecuencias. Los jóvenes en la adolescencia media tienen más capacidad de pensar en forma abstracta y tener en cuenta el "panorama general", pero aún carecen de la capacidad de aplicarlo en el momento. (Allen B. & Waterman H., 2019, p.14).

3.4.3. Adolescencia tardía

Los jóvenes en la adolescencia tardía, por lo general, ya completaron el desarrollo físico y alcanzaron la altura definitiva que tendrán como adultos. Para esta edad suelen tener más control de sus impulsos y pueden sopesar los riesgos y recompensas mejor y con más precisión.

Los adolescentes que se convierten en adultos jóvenes tienen ahora un sentido más firme de su propia individualidad y pueden identificar sus propios valores. Se centran más en el futuro y basan sus decisiones en sus ilusiones e ideales. Las amistades y las relaciones románticas se tornan más estables. Se separan más de su familia, tanto física como emocionalmente. No obstante, muchos restablecen una relación "adulta" con sus padres, considerándolos personas de su mismo nivel a quienes pedir consejos y con quienes hablar de temas serios, en vez de una figura de autoridad. (Allen B. & Waterman H., 2019, p.14).

3.4.4. Aspectos psicológicos relacionados a la adolescencia

Según refiere Carboní R. (2015, p.17), los aspectos psicológicos relacionados a la adolescencia pueden ser los siguientes:

- Búsqueda de sí mismos, de su identidad o necesidad de independencia o tendencia grupal.
- Evolución del pensamiento concreto al abstracto.
- Manifestaciones y conductas sexuales con desarrollo de la identidad sexual.
- Contradicciones en las manifestaciones de su conducta y fluctuaciones del estado anímico o relación conflictiva con los padres

- Actitud social reivindicativa, se hacen más analíticos, formulan hipótesis, corrigen falsos preceptos, consideran alternativas y llegan a conclusiones propias.
- La elección de una ocupación y la necesidad de adiestramiento y capacitación para su desempeño.
- Necesidad de formulación y respuesta para un proyecto de vida. Para comprender este período de la vida es necesario conocer la cantidad de elementos somáticos, psicológicos y sociales que intervienen en su configuración.

De acuerdo a Carboní R. (2015) la adolescencia es una etapa de crisis, es decir, una situación en la que se producen una serie de fenómenos psicológicos que perturban los funcionamientos previos. Esta crisis evolutiva del adolescente atraviesa toda su vida: los vínculos consigo mismo y con el mundo que lo rodea, su cuerpo, sus pensamientos, sus valores e ideales; como así también cambian las relaciones psico afectivas y sociales. El adolescente tiende a cuestionar el sistema en el que ha vivido hasta el momento. Entendiéndolo de otra manera, el adolescente debe construir su nueva identidad. Para alcanzar la adultez y relacionarse de manera más madura con el mundo, el adolescente debe sortear dificultades y situaciones que le exigen esfuerzo y energía. Cuando la capacidad de tolerar y superar los momentos críticos desborda las posibilidades individuales, surge el riesgo de padecer algún problema o sufrimiento, es aquí que resulta fundamental tener en cuenta los factores de riesgo y los factores protectores, ya que alcanzar la vida adulta de manera exitosa dependerá de múltiples variables que deben ser consideradas. El ámbito familiar, sociocultural y psicológico son los pilares que posteriormente determinaran en gran parte los resultados y el desarrollo ulterior.

El adolescente se sitúa ante tres áreas:

- Área psicológica: El adolescente debe abandonar las identificaciones infantiles y asumir su identidad.
- Área corporal: Se caracteriza por la irrupción de fuertes estímulos de origen hormonal, cambios físicos y confusión ante los nuevos impulsos corporales.
- Área social: Aparece el contraste entre lo social vivido en la familia, donde los roles ya están definidos, y la sociedad con roles y códigos diferentes. Frente a este periodo de

confusión, el adolescente vivencia inestabilidad y desorientación acerca de sí mismo y el mundo externo. Carboní R. (2015:17)

3.4.2. La adolescencia y las redes sociales

Es importante mencionar que la vida social de los jóvenes hoy se mueve entre dos esferas: la virtual, en los vínculos que los chicos establecen en el ciberespacio y la real, en el mundo de sus relaciones cara a cara. Se puede ver que los adolescentes entran y salen de ambos universos permanentemente, sin necesidad de distinguir sus fronteras de manera explícita, no es posible entender la adolescencia sin la importante presencia de los amigos, como así también es difícil que se pueda comprenderse el concepto de amistad, sin tener en cuenta a las tecnologías, pues internet ha generado nuevas formas de sociabilidad juvenil. No se debe olvidar que la interacción hoy es en simultáneo, a través de múltiples pantallas, en tiempo real y sin necesidad de presencia física Internet les ha dado a los jóvenes, nuevos espacios y oportunidades para hablar de sí mismos y compartirlo con sus audiencias. Ahora los chicos pueden contar acerca de sus vidas, de lo que piensan y sienten sobre los temas que más les preocupan, pueden diseñar lo que quieren que otros sepan de sí mismos y evaluar los comentarios que reciben sobre lo que cuentan. Todo ello mediado por una pantalla. Es importante hacer referencia que estas transformaciones tecnológicas –junto a los cambios sociales y culturales que las acompañaron han sin duda afectado directamente la manera en que los adolescentes construyen su identidad, porque en cada texto, imagen o video que suben a la red social, se preguntan quiénes son y ensayan perfiles diferentes a los que asumen en la vida real. Por su parte, también se debe mencionar que en una red social, los adolescentes escriben sobre sí mismos, se interrogan sobre lo que pensarán de él sus audiencias, se prueban frente a los otros, y esperan respuestas de sus lectores, la página web tiene el mismo contenido que el tradicional diario íntimo, pero incluye la reacción de sus amigos, las redes sociales reflejan y responden a las necesidades propias de la adolescencia. (Morduchowicz R., 2012).

CAPÍTULO IV
DISEÑO METODOLÓGICO

4. DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. Área a la cual pertenece la investigación

El presente trabajo de investigación pertenece al área de *Psicología Social* que estudia cómo el entorno social influye directa o indirectamente en el comportamiento de los individuos. El presente estudio se centró en el estudio de riesgo de adicción a las redes sociales, con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón, siendo este un constructo teórico que está directamente relacionado al comportamiento de las personas dentro de la sociedad.

Hay que recordar que “La psicología social es un área de la Psicología que involucra cualquier proceso que exista en un grupo y/o comunidad, se remonta al tipo de interacción que se da cuando tenemos relaciones con muchas personas, donde se crean normas y patrones comportamentales, que justifican el modo de actuar de una persona dentro de cada contexto social, como la familia, la escuela, el trabajo, entre otros” (Rodríguez, 2012, p.3).

4.2. Tipificación de la investigación

De acuerdo al propósito, el presente estudio es de tipo *teórico*, ya que aportó con datos e información actualizada sobre el riesgo de adicción a las redes sociales, con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes en Villazón. De acuerdo a Burgos A. (2017), los estudios teóricos “ayudan a obtener un mejor conocimiento de los fenómenos naturales, como así también el conocimiento obtenido de estos estudios, expanden la base teórica de un tema en particular. Esta investigación involucra el proceso de recolectar y analizar información para desarrollar y mejorar la teoría”.

La presente investigación se tipifica como *descriptiva*, debido a que se buscó caracterizar las variables sujetas a estudio, intentando especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014, p.92).

De igual manera, el presente trabajo también se tipifica como *correlacional*, esto debido a que se buscó analizar la relación entre el riesgo de adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales en adolescentes. En cuanto a las investigaciones correlacionales, Hernández, Fernández & Baptista (2014, p.93) refieren que “este tipo de estudios tiene como finalidad establecer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular. En ocasiones se analiza la relación entre dos variables, pero con frecuencia se ubican en el estudio de vínculos entre tres, cuatro o más variables”.

En relación al enfoque, es *cuantitativa*, debido a que se obtuvo una serie de datos numéricos que fueron presentados en base a la estadística, y con el respectivo análisis se pudo responder a las hipótesis planteadas. Hay que indicar que este tipo de estudios “utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías”. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014, p.4).

Según el tiempo de estudio, la presente investigación se tipifica como *transversal*, esto se debe a que se buscó realizar una descripción de las variables como el riesgo de adicción a las redes sociales, la ansiedad, las relaciones interpersonales y cómo éstas tienen incidencia en un determinado momento. En relación a las investigaciones de tipo transversal, “su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado, es como tomar una fotografía de algo que sucede”. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014, p.154).

4.3. Población y muestra

4.3.1. Población

Para el presente estudio, la población estuvo constituida por 389 estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón. Es importante mencionar que toda la población estudiantil del nivel secundario se encuentra dividida en tres paralelos por grado, el detalle de esta información se muestra en el siguiente cuadro:

Cuadro N°1

Distribución de la población

Grado	Paralelo A	Paralelo B	Paralelo C	Total
1ero de sec	24	25	18	67
2do de sec	21	20	21	62
3ero de sec	24	20	20	64
4to de sec	21	20	21	62
5to de sec	22	25	24	71
6to de sec	22	21	20	63
Total	389			

Fuente: Datos proporcionados por el Director de la Unidad Educativa, Lic. Franz Paz Aly Bello.

Resulta importante trabajar con una población de esas edades ya que la población estudiantil y adolescente, es la población que más usa redes sociales y que muchas veces se ve afectada por las consecuencias negativas del uso desmedido de las mismas. Asimismo, hay que referir que la Unidad Educativa 6 de Junio “B” se encuentra ubicada en el barrio Magisterio en la ciudad de Villazón, provincia Modesto Omiste del departamento de Potosí. Esta unidad educativa fue tomada en cuenta para el estudio, debido a que responde a una necesidad propia de la unidad, ya que, de acuerdo al director, el Lic. Franz Paz Aly Bello en el último año, fueron reportados casos en los que los estudiantes debido al excesivo uso y mal manejo de las redes sociales fueron víctimas de engaños o han cometido actos que pueden ser castigados por la ley como el envío de fotografías sin consentimiento.

Es evidente que hay una preocupación en el director y en el plantel docente sobre estos casos; tomando en cuenta la realización del presente trabajo, se aportó con información que puede servir para efectuar soluciones prácticas y también es un buen aporte teórico que le sirve a la propia unidad educativa como a otras personas que la necesiten.

4.3.2. Muestra

Dentro del presente trabajo de investigación, se recurrió a la utilización de una muestra probabilística aleatoria estratificada proporcional. Es importante referir que se empleó el

muestreo probabilístico, ya que se utilizaron métodos de selección aleatoria, donde cada estudiante tuvo la misma probabilidad de ser seleccionado para ser parte del estudio.

Criterios de selección:

- Estudiantes del sexo masculino y femenino
- Estudiantes de 1ero a 6to de secundaria.
- Estudiantes que asisten con normalidad a la Unidad Educativa.

La fórmula estadística que se empleó para la obtención de la muestra fue la siguiente:

$$n = \frac{Z^2 * P * Q * N}{(N - 1)E^2 + Z^2 * P * Q}$$
$$n = \frac{(1,96^2)(0,5)(0,5)(389)}{(389 - 1)0,05^2 + (1,96^2)(0,5)(0,5)}$$
$$n = \frac{373,59}{0,97 + 0,9604}$$
$$n = \frac{373,59}{1,9304}$$
$$n = 193$$

Donde:

n= Tamaño de muestra (193)

Z= Valor de confianza o valor Z curva normal. (1,96)

P= Probabilidad de éxito o proporción esperada 50% (0,5)

Q= Probabilidad de fracaso. 50% (0,5)

N= Población. (389)

E= Error muestral. 5% (0,05)

De esta manera, la muestra obtenida a partir de la aplicación de la fórmula estadística con la que se trabajó, indica que son 193 estudiantes a los que se les tuvo que aplicar los instrumentos. Tomando en cuenta esta cantidad, la misma representa el 49,6% de la población estudiantil del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B”.

Por otra parte, con respecto a la muestra, también es importante referir que se utilizó el muestreo aleatorio estratificado por afijación simple, esto quiere decir que se seleccionó el mismo número de estudiantes para cada uno de los estratos muestrales.

En cuanto a la distribución de la muestra por estratos, se presenta el siguiente cuadro:

Cuadro N°2

Distribución de la muestra según estratos

Estrato o grado	Cantidad de estudiantes
1ero	32
2do	32
3ero	32
4to	32
5to	33
6to	32
Total	193

Finalmente, respecto a la identificación de los estudiantes para ser evaluados, hay que referir que en primer lugar se tomó contacto con el director, al cual se le solicitó el permiso correspondiente para poder ingresar a la unidad educativa y poder evaluar a los estudiantes. De igual manera, para poder tomar contacto con los estudiantes, se tuvo que coordinar los horarios con los tutores para así poder ingresar a las aulas y realizar la aplicación de cada uno de los instrumentos.

4.3. Métodos, técnicas e instrumentos

4.3.1. Métodos

Para el correcto desarrollo de cada una de las fases de la presente investigación, se utilizaron los siguientes métodos:

- **Método analítico:** dentro del presente trabajo, se usó este método debido a que se buscó identificar algunos componentes de un fenómeno; en este estudio se pretendió determinar el riesgo de adicción a las redes sociales en relación al nivel de ansiedad,

nivel de habilidades sociales y las dificultades interpersonales que presentan los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón.

- **Método teórico:** en el presente estudio también se empleó el método teórico, esto debido a que, gracias a la revisión bibliográfica, se pudo sustentar el trabajo; este método fue empleado en la elaboración del marco teórico como así también fue utilizado en el análisis e interpretación de los resultados que se encontraron en relación a las variables de estudio.
- **Método estadístico:** este método se empleó porque dentro del análisis e interpretación de los resultados, se procedió a la utilización de la estadística, para poder presentar cada uno de los resultados en cuadros y frecuencias, utilizando a la vez programas estadísticos como SSPS y EXCEL para cumplir con ello.

4.3.2. Técnicas:

Para la presente investigación se utilizó la siguiente técnica:

Test psicológicos

Para la presente investigación se utilizaron test psicológicos con el objetivo de medir las variables de estudio. De acuerdo a Castillero O. (2016) los tests psicológicos “hacen referencia a toda aquella prueba, método o instrumento utilizado con el fin de evaluar o medir una o más de una de las diferentes características que forman parte de la psique del individuo. Hay que indicar que los test psicológicos se basan en la conducta observable y en la expresión de la subjetividad del analizado de cara a inferir las características y estado mental del sujeto, siendo necesario un análisis posterior con el fin de poder extraer información con significación clínica”.

4.3.3. Instrumentos

A continuación, dentro del siguiente cuadro se muestran los instrumentos que se utilizaron para la recolección de los datos en función a las variables que se intentan medir:

Cuadro N°3

Instrumentos en función a las variables

Variable a medir	Instrumentos
Adicción a las redes sociales	Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)
Ansiedad	Cuestionario de Ansiedad de Rojas.
Relaciones interpersonales	Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA)

Con el objetivo de tener una mejor descripción de cada uno de los instrumentos a continuación, se presenta la ficha técnica de los mismos que fueron empleados dentro de la presente investigación:

FICHA TÉCNICA

ESCALA DE RIESGO DE ADICCIÓN ADOLESCENTE A LAS REDES SOCIALES E INTERNET (ERA-RSI)

Autor: Peris Montserrat, Carmen Maganto y Maite Garaigordobil

Objetivo del test: Detectar el riesgo de adicción a las redes sociales e internet en adolescentes.

Población aplicable: Este instrumento puede ser aplicable en adolescentes escolares.

Ámbitos de evaluación: Esta escala puede ser aplicada dentro del ámbito clínico y educativo. Aunque es más aplicada dentro de instituciones educativas como colegios.

Tiempo de aplicación: Tiempo de aplicación aproximado de 15 minutos.

Procedimiento de aplicación y calificación: Para su aplicación se explica a los estudiantes que la Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI), consta de 29 ítems agrupados en cuatro factores. Las puntuaciones oscilan entre (1) Nunca o nada (2) Alguna vez o poco (3) Bastantes veces o bastante (4) Siempre o mucho.

Es importante mencionar que, con respecto a la puntuación de cada una de las dimensiones, se obtiene sumando los ítems correspondientes y dividiéndolos por el número de ítems, realizando lo propio con el total de adicción.

Validez y fiabilidad:

Respecto a la validez y fiabilidad, los resultados del alfa de Cronbach para toda la escala son de .90, síntomas-adicción .81, uso-social .82, rasgos-frikis .72, nomofobia.82. Hay que mencionar que estos datos confirman la consistencia interna del instrumento. Por su parte en el test-retest, se obtuvieron coeficientes de correlación muy elevados entre $r = .76$ y $r = .88$ en la escala total.

Escala:

Para la obtención del riesgo de adicción a las redes sociales se empleó la siguiente escala:

Percentil	Riesgo de adicción
95 o más	Riesgo muy elevado de adicción
85 a 94	Riesgo de adicción
75 a 84	Sospecha de riesgo de adicción
74 o menos	No hay riesgo de adicción

FICHA TÉCNICA

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD DE ROJAS

Autor: Enrique Rojas

Objetivo del test: Medir el nivel de ansiedad general y por dimensiones.

Población aplicable: Este cuestionario puede ser aplicado a sujetos de 12 años en adelante.

Ámbitos de evaluación: Puede ser empleado en ámbitos educativos, hospitalarios y clínicos que es en donde se lo usa con mayor frecuencia.

Tiempo de aplicación: La duración de la aplicación es de 20 a 30 minutos aproximadamente.

Procedimiento de aplicación y calificación: Al sujeto se le indica que tiene que elegir entre las opciones Si y No; en caso de elegir si, en ese mismo ítem tiene que elegir la intensidad del síntoma presentado que se valora de 1 a 4 (donde 1 es ligero, 2 mediana intensidad, 3 intenso y 4 muy intenso); en cambio sí responde a no, se pasa al siguiente ítem. Es importante mencionar

que, para la calificación de este instrumento, se suman todos los ítems con numeración y se ubican dentro de la escala general para obtener un puntaje general el cual se lo debe ubicar dentro de los rangos para obtener el nivel general y el nivel por síntomas.

Descripción de los materiales: Este instrumento consta de 100 preguntas divididas en 5 áreas que hacen referencia a los diferentes síntomas que se presentan en los casos de ansiedad: físicos, psíquicos, intelectuales, conductuales y asertivos. Respecto a la aplicación, se le entrega al sujeto un cuadernillo con las preguntas respectivas y una hoja de respuestas.

Escala:

Para la obtención del nivel de ansiedad se empleó la siguiente escala:

Puntajes	Nivel de ansiedad
0 a 20 puntos	Ansiedad normal
21 a 30 puntos	Ansiedad ligera
31 a 40 puntos	Ansiedad moderada
41 a 50 puntos	Ansiedad grave
51 puntos o más	Ansiedad muy grave

FICHA TÉCNICA

**CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LAS DIFICULTADES
INTERPERSONALES (CEDIA)**

Autor: Cándido J. Méndez X. & Hidalgo M.

Objetivo del test: Describir la dificultad en las relaciones interpersonales de los adolescentes influenciados por las redes sociales.

Población aplicable: Adolescentes escolares.

Ámbitos de evaluación: Este es un instrumento que es más aplicado dentro del ámbito educativo.

Tiempo de aplicación: Entre 20 a 25 minutos aproximadamente.

Procedimiento de aplicación y calificación: El CEDIA puede ser administrado de forma individual o colectiva; aunque el CEDIA no tiene un tiempo limitado para su aplicación, el

cuestionario suele ser cumplimentado por la mayoría de los adolescentes en unos 15 minutos. Es importante mencionar que podría ser necesario más tiempo para los sujetos más jóvenes que tienen dificultades para entender los ítems o aquellos sujetos con habilidades de lectura deficientes.

La puntuación directa de las subescalas del CEDIA, hay que mencionar que se obtiene sumando el nivel de dificultad indicado por el sujeto en la escala de estimación que aparece junto a los ítems que las constituyen. A mayor puntuación, mayor dificultad interpersonal en esa área. Esta puntuación indica el nivel de dificultad interpersonal que presenta el sujeto, a mayor puntuación, mayor dificultad interpersonal. Una vez obtenidas las puntuaciones directas en el total y en cada una de las subescalas del CEDIA, es necesario transformarlas en puntuaciones centiles.

Validez y fiabilidad: Respecto a estos dos criterios, sobre este instrumento el estudio de la fiabilidad indica que posee una elevada consistencia interna ($\alpha = .91$). Los análisis de varianza revelan que las mujeres presentan un mayor nivel de dificultad en las relaciones interpersonales que los chicos, pero no existen diferencias en función de la edad ni de la interacción sexo-edad.

Descripción de los materiales: El cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia (CEDIA) está compuesto por 39 ítems distribuidos en cinco factores: aserción, relaciones con el otro sexo, relaciones con iguales, hablar en público y relaciones familiares.

Escala:

Para la obtención de la dificultad en las relaciones interpersonales se empleó la siguiente escala:

Puntajes	Dificultades interpersonales
0	Ninguna dificultad
1	Poca dificultad
2	Mediana dificultad
3	Bastante dificultad
4	Máxima dificultad

4.6. Procedimiento

Para una mejor organización del trabajo, el presente trabajo de investigación atravesó por las siguientes fases:

Fase I. Revisión bibliográfica: En esta fase se procedió con la búsqueda bibliográfica de cada uno de los conceptos básicos, lo que permitió que se asegure la comprensión del objeto de estudio, fortaleciendo de esta manera también el análisis de los datos que se obtuvieron. En este caso en particular, se precisaron datos relacionados sobre el riesgo de adicción a las redes sociales, ansiedad y dificultades interpersonales.

Fase II. Selección de los instrumentos: Dentro de esta fase, tomando en cuenta criterios de validez y fiabilidad, se realizó la revisión de cada uno de los instrumentos que se emplearon dentro de la investigación, con el objetivo de recolectar adecuadamente los datos para una correcta interpretación de los mismos.

Fase III. Selección de la muestra: En esta fase se procedió con la selección de los estudiantes a los cuales se les aplicó los instrumentos escogidos. Es importante referir que la muestra estuvo conformada por todos los estudiantes de secundaria de la unidad educativa.

Fase IV. Contacto con la población: En esta parte del trabajo, se realizó el contacto inicial con el director encargado de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón, solicitando formalmente la aprobación y el permiso para poder aplicar el trabajo de investigación y los instrumentos a todos los estudiantes que formaron parte de la muestra seleccionada.

Fase V. Recojo de la información: Se procedió con la aplicación de la Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI), el Cuestionario de Ansiedad de Rojas y el Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA). Hay que referir que para la aplicación se tomó en cuenta que los estudiantes se encuentren en un lugar cómodo, iluminado y que no estén fatigados.

Fase VI. Procesamiento de la información: En esta etapa hay que indicar que se procedió a sistematizar y poner en orden cada uno de los datos obtenidos, todo esto a partir de la tabulación

que se realizó por medio de programas estadísticos como el SPSS o EXCEL. Todos estos datos fueron presentados en cuadros y gráficos, donde a partir de frecuencias y porcentajes, se pueden observar cada uno de los resultados.

Fase VII. Análisis e interpretación de los resultados: Una vez obtenidos cada uno de los resultados, se procedió con el análisis e interpretación de los mismos. Este análisis se lo realizó tomando en cuenta los objetivos planteados en la investigación y a partir de fuentes teóricas sustentadas por autores, todo esto ayudó también con la redacción de las conclusiones y las respectivas recomendaciones de la investigación.

Fase VIII. Redacción del informe final: Dentro de esta última fase, siguiendo los reglamentos de presentación y redacción establecidas por la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho, se procedió a plasmar dentro del documento de forma ordenada la información expuesta para su aprobación y posterior defensa.

4.7. Cronograma

Actividad	GESTIÓN 2021					GESTIÓN 2022									
	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	
Revisión Bibliográfica	X	X													
Selección de los instrumentos		X													
Selección de la Muestra			X												
Recojo de la información						X									
Procesamiento de la información								X							
Análisis e interpretación de los resultados											X				
Redacción del informe final													X		

CAPÍTULO V
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS
RESULTADOS

5. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En este capítulo se presenta toda la información obtenida durante el proceso de aplicación de instrumentos a los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón.

Es importante mencionar que todos los datos obtenidos son presentados en frecuencias y porcentajes, a través de cuadros, los cuales también van acompañados de su respectivo análisis e interpretación. Toda la información se encuentra estructurada en función a los objetivos específicos planteados:

5.1. Datos sociodemográficos

Cuadro N°4

Sexo y edad

Sexo	Fr	%	Edad	Fr	%
Masculino	96	49,7	De 12 a 14 años	93	48,2
Femenino	97	50,3	De 15 a 17 años	100	51,8
Total	193	100	Total	193	100

En el presente cuadro se puede observar la distribución de la población de acuerdo al sexo y la edad que tienen los estudiantes.

En primer lugar, en cuanto al sexo se puede ver que la población seleccionada se encuentra distribuida en un 50,3% del sexo femenino, seguido de un 49,7% de los adolescentes los cuales pertenecen al sexo masculino.

Por otra parte, en cuanto a la edad de los estudiantes de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón, se puede ver que el 51,8% de los estudiantes tiene entre 15 a 17 años de edad, como así también el 48,2% tiene una edad entre los 12 y 14 años.

5.2. Variable riesgo de adicción a las redes sociales

En función al primer objetivo específico; “Identificar el nivel de riesgo de adicción a las redes sociales en los adolescentes”, se pudo encontrar los siguientes resultados:

Cuadro N°5
Síntomas - Adicción

Ítems		Nunca	Alguna vez	Bastantes veces	Siempre	Total
1. Teniendo en cuenta todas las veces que visitó las Redes sociales y el WhatsApp, sin estar dedicadas al estudio, el tiempo que pasó diariamente en ellas es: (1) Alrededor de 1 hora; (2) Unas 2 horas; (3) Entre 3 y 4 horas; (4) Más de 4 horas.		Alrededor de 1 hora	Unas 2 horas	Entre 3 y 4 horas	Más de 4 horas	
	Fr	30	96	48	19	193
	%	15,5	49,7	24,9	9,8	100
2. Utilizo las RSI en mis horas de estudio y / o trabajo.	Fr	33	130	22	8	193
	%	17,1	67,4	11,4	4,1	100
3. Ahora mismo sentiría rabia si tuviera que prescindir de las RSI.	Fr	72	95	20	6	193
	%	37,3	49,2	10,4	3,1	100
4. Accedo a las RSI en cualquier lugar y a cualquier hora.	Fr	38	84	50	21	193
	%	19,7	43,5	25,9	10,9	100
5. Creo que conectarme a las RSI ha interferido en mi trabajo académico/laboral.	Fr	39	81	59	14	193
	%	20,2	42,0	30,6	7,3	100
6. He perdido horas de sueño por conectarme a las redes sociales y por ver series.	Fr	43	75	52	23	193
	%	22,3	38,9	26,9	11,9	100
7. Oculto en mi casa el tiempo que me conecto a las RSI.	Fr	81	81	22	9	193
	%	42,0	42,0	11,4	4,7	100
8. Si no tengo acceso a internet me siento inseguro.	Fr	98	60	12	23	193
	%	50,8	31,1	6,2	11,9	100
9. Actualizo mi estado.	Fr	68	73	27	25	193
	%	35,2	37,8	14,0	13,0	100

Fuente: Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)

Dentro de la dimensión “Síntomas – Adicción”, se pudo encontrar algunos datos representativos en relación a los ítems de la misma.

En primer lugar, en relación al ítem “*Utilizo las RSI en mis horas de estudio y / o trabajo*”, se puede observar que el 67,4% de los estudiantes señalan que alguna vez han hecho uso de las redes sociales durante su horario de estudio o en el horario de trabajar. Este dato refleja como las redes sociales en la actualidad tienen un fácil acceso y que se las puede realizar en paralelo a otras actividades cotidianas. Dentro de este aspecto hay que indicar también, que las redes sociales para el aprovechamiento dentro del estudio y del trabajo, en ocasiones resultan productivas pero que, si su uso no es el correcto, las consecuencias negativas pueden notarse claramente en la productividad de la persona.

Asimismo, en relación al ítem “Si no tengo acceso a internet me siento inseguro”, se puede ver que el 50,8% de los estudiantes de la Unidad Educativa 6 de Junio” B” de la ciudad de Villazón refiere que “Nunca” se ha sentido inseguro al no poder tener acceso a una red de internet. Esto indica que los adolescentes no ven el uso del internet como una fuente que les brinde seguridad. Finalmente en cuanto a la afirmación “*Teniendo en cuenta todas las veces que visito las Redes sociales y el WhatsApp, sin estar dedicadas al estudio, el tiempo que paso diariamente en ellas es: (1) Alrededor de 1 hora; (2) Unas 2 horas; (3) Entre 3 y 4 horas; (4) Más de 4 horas*”, se pudo encontrar que el 49,7% de los estudiantes indican que el uso que hacen de las redes sociales de manera diaria oscila entre unas dos horas, esto tomando en cuenta que el uso de las mismas no está dirigido a lo académico. Si vemos el número de horas de uso de redes sociales, podemos notar que es considerable y que muestra que los adolescentes prefieren estar en redes sociales que realizar otras actividades cotidianas que pueden realizar fuera de esa virtualidad. Este aumento de horas de uso puede deberse también a que las redes sociales, resulta una atracción para los adolescentes. De acuerdo a Echeburúa E. (2013), “El atractivo para los jóvenes es que se caracteriza por la respuesta rápida, las recompensas inmediatas, la interactividad y las múltiples ventajas con diferentes actividades. El uso es positivo, siempre que no se dejen de lado el resto de las actividades propias de una vida normal (estudiar, hacer deporte, ir al cine, salir con los amigos o relacionarse con la familia)”.

Cuadro N°6

Uso - Social

Ítems	Nunca		Alguna vez	Bastantes veces	Siempre	Total
	Fr					
10. Consulto los perfiles de mis amigos / as	Fr	73	86	22	12	193
	%	37,8	44,6	11,4	6,2	100
11. Utilizo el chat	Fr	15	64	68	46	193
	%	7,8	33,2	35,2	23,8	100
12. Subo fotografías y / o videos	Fr	77	73	29	14	193
	%	39,9	37,8	15,0	7,3	100
13. Comentamos las fotografías entre amigos/as	Fr	81	84	20	8	193
	%	42,0	43,5	10,4	4,1	100
14. Veo lo que mis contactos están haciendo en las últimas horas	Fr	92	81	10	10	193
	%	47,7	42,0	5,2	5,2	100
15. Encuentro a antiguos amigos	Fr	41	96	32	24	193
	%	21,2	49,7	16,6	12,4	100
16. El número de fotografías que he publicado en las RSI e internet es: (1) <100; (2) 101 a 1000; (3) 1001 a 3000; (4) > 3000	Fr	152	26	11	4	193
	%	78,8	13,5	5,7	2,1	100
17. Hacer nuevos amigos/as	Fr	54	76	38	25	193
	%	28,0	39,4	19,7	13,0	100

Fuente: Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)

De acuerdo a Peris M. Mangato C., & Garaigordobil M. (2018), la dimensión uso social hace referencia a todas “las conductas habituales de la socialización virtual del adolescente”. Ahora bien, en esta dimensión se pudo encontrar datos representativos, los cuales se describen a continuación:

En primera instancia, sobre el ítem *“Encuentro a antiguos amigos”*, se puede ver que el 49,7% de los estudiantes refieren que alguna vez pudieron encontrar amigos antiguos gracias a las redes sociales, esto no es un dato menor, pues las redes sociales como tal ofrecen una mayor facilidad para poder contactarse con personas que llevamos tiempo sin ver. Hoy en día con solo poner el nombre de la persona con la que queremos contactarnos, se puede tener acceso a comunicarnos con la misma. Hay que mencionar también, que esta es una de las ventajas o facilidades que ofrecen las redes sociales y por ello, también se explica de alguna manera el crecimiento que han tenido al menos en el último tiempo.

Por otra parte, en relación al ítem *“Veo lo que mis contactos están haciendo en las últimas horas”*, la mayoría de los adolescentes de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón refieren que nunca lo hacen, resultado que es favorable. Esto demuestra que el uso que están realizando sobre las redes sociales no es desmesurado, ya que no hay una expectación constante sobre la actividad reciente de sus amigos en redes sociales, hay que mencionar que esto en otros casos, es algo que puede llegar a ser muy común en las redes sociales, el estar pendiente de lo que comparten los amigos o si estos se encuentran en línea, denota que los adolescentes están constantemente expectantes y revisando su bandeja de publicaciones nuevas.

Hay que recordar que las redes sociales ofrecen una variedad de opciones durante la navegación, una de estas opciones es la consulta de perfiles o stalkeo, en relación a ello en el ítem *“Consulto los perfiles de mis amigos / as”*, se pudo encontrar que el 44,6% de los estudiantes alguna vez lo hicieron, denotando que no es algo que hacen con demasiada frecuencia, el consultar los perfiles es una actividad que las redes sociales permiten, esto ocurre cuando el usuario decide entrar a los perfiles de sus amigos y puede ver que es lo que han compartido en el último tiempo, por su parte, el resultado encontrado refiere algo positivo ya que la mayoría de los adolescentes lo realiza muy poco. Para terminar, hay que referir que, sin duda alguna, las redes sociales han revolucionado la manera en la que conocíamos la socialización. De acuerdo a Paredes R. (2018), *“Las redes sociales digitales han cambiado la forma de entender el tiempo, espacio y formatos en el relacionamiento con otras personas. Esto significa que es más fácil contactarse con alguien, pues los mensajes son enviados y recibidos instantáneamente en cualquier parte del mundo. Por otra parte, también hay que mencionar que si los procesos de comunicación se modifican, se cambian también todos los ámbitos que involucran comunicación, en las redes esto se puede*

evidenciar en la forma de socializar aspectos de la vida personal, donde el usuario comparte su vida cotidiana mediante contenidos multimedia, como fotos, videos y ubicaciones”.

Cuadro N°7

Rasgos frikis

Ítems		Nunca	Alguna vez	Bastantes veces	Siempre	Total
18. Jugar a juegos virtuales y / o de rol	Fr	70	62	40	21	193
	%	36,3	32,1	20,7	10,9	100
19. Unirme a grupos de interés	Fr	78	83	25	7	193
	%	40,4	43,0	13,0	3,6	100
20. Buscar información sobre sexualidad	Fr	134	45	8	6	193
	%	69,4	23,3	4,1	3,1	100
21. Entrar en páginas eróticas	Fr	156	30	3	4	193
	%	80,8	15,5	1,6	2,1	100
22. Tener encuentros sexuales	Fr	174	14	4	1	193
	%	90,2	7,3	2,1	0,5	100
23. Uso el móvil para escribir mensajes eróticos	Fr	157	28	4	4	193
	%	81,3	14,5	2,1	2,1	100

Fuente: Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)

De acuerdo a Peris M. Mangato C., & Garaigordobil M. (2018), la dimensión Rasgos Frikis hace referencia a todos aquellos “Aspectos propios como unirse a grupos con interés específico, jugar a juegos virtuales y de rol, tener encuentros sexuales”. Dentro de esta dimensión se pudo encontrar datos representativos en función a los siguientes ítems:

En cuanto al ítem “*Tener encuentros sexuales*”, el 90,2% de los estudiantes de la unidad educativa indican que nunca hicieron uso de las redes sociales para ese cometido. Esto muestra que la gran mayoría de los estudiantes tiene responsabilidad a la hora de hacer uso de estas plataformas. Es importante mencionar que este es uno de los riesgos que presentan las redes sociales, ya que muchas veces son utilizadas para este tipo de fines que al final resultan un peligro para los adolescentes, pues quienes están al otro lado de la pantalla son personas

inescrupulosas. De acuerdo a Roa J. (2021) los adolescentes hoy en día, se encuentran inmersos en el mundo digital en donde la conectividad con sus pares es mediante el uso de redes sociales, haciendo que la digitalización de las relaciones humanas sea muy habitual y se considere una opción posible y válida para conocer personas con fines afectivos o sexuales, hay que recordar que el uso de internet para establecer comunicación con pares puede estimular el desarrollo de conductas inadecuadas rápidamente, debido a que la persona con quien se interactúa lo puede hacer desde el anonimato y falseando identidad, además el individuo puede caer en el exhibicionismo, agresividad o engaño.

De igual manera, los siguientes datos representativos siguen más o menos la misma línea, pues el 81,3% de los estudiantes en el ítem *“Uso el móvil para escribir mensajes eróticos”* refieren que nunca usaron el celular para enviar mensajes eróticos o de contenido sexual y el 80,8% indica en el ítem *“Entrar en páginas eróticas”*, que nunca lo hicieron.

Ahora bien, es conocido que, al entrar a las redes sociales, se está expuesto a un mundo de opciones, entre algunas de éstas se encuentran las ligadas a una satisfacción de tipo sexual, ya sea con encuentros sexuales, mensajes eróticos o la visita a páginas eróticas o de contenido pornográfico, lo cual se constituye en un riesgo en todo sentido para los adolescentes. Siguiendo esta idea, Arab E. & Díaz A. (2015) indican que la libre disposición de los adolescentes a navegar en internet conduce a que puedan verse expuestos a situaciones de riesgo, dentro de los peligros más reconocidos del ciberespacio se encuentra el llamado *“Sexting”*, práctica que consiste en compartir imágenes de carácter sexual con contenido sugerente o explícito, ya sea personales o de otros, por medio del teléfono o internet, el peligro radica en que estas imágenes pueden ser compartidas y publicadas sin el consentimiento del protagonista, perdiéndose la intimidad y quedando expuesto al criterio de privacidad de desconocidos.

Cuadro N°8

Nomofobia

Ítems	Nunca		Alguna vez	Bastantes veces	Siempre	Total
	Fr					
24. Me siento más seguro o acompañado sabiendo que en cualquier momento me puedo comunicar con alguien.	Fr	41	100	29	23	193
	%	21,2	51,8	15,0	11,9	100
25. Creo que es más seguro mandar una fotografía por móvil que colgarla en otras RSI.	Fr	94	75	17	7	193
	%	48,7	38,9	8,8	3,6	100
26. Si no responden inmediatamente a mis mensajes siento ansiedad y angustia.	Fr	120	42	19	12	193
	%	62,2	21,8	9,8	6,2	100
27. Me pondría furioso si me quitarán el móvil.	Fr	83	70	23	17	193
	%	43,0	36,3	11,9	8,8	100
28. Necesito saber si el destinatario ha leído o no mi mensaje.	Fr	93	79	15	6	193
	%	48,2	40,9	7,8	3,1	100
29. Me inquieto si nadie me habla cuando estamos conectados.	Fr	126	43	13	11	193
	%	65,3	22,3	6,7	5,7	100

Fuente: Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)

Dentro de esta dimensión del riesgo de adicción denominada Nomofobia, que de acuerdo a Peris M. Mangato C., & Garaigordobil M. (2018) es la “Ansiedad y control en el uso del móvil”, se pudo encontrar los siguientes resultados en función a los ítems más significativos:

En cuanto al ítem “*Me inquieto si nadie me habla cuando estamos conectados*”, se puede observar que el 65,3% de los estudiantes de la unidad educativa refieren que nunca se han sentido de esa manera cuando no están en contacto con otra persona. Este dato resulta positivo, debido a que muestra que la mayoría de los estudiantes no tienen una adicción o dependencia a estar siempre en contacto con otros.

De igual manera, en relación al ítem *“Si no responden inmediatamente a mis mensajes siento ansiedad y angustia”*, se pudo encontrar que el 62,2% de los adolescentes de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón indican que Nunca sienten ansiedad o algún tipo de angustia cuando no les responden a los mensajes enviados en la red social.

Por su parte, en el ítem *“Me siento más seguro o acompañado sabiendo que en cualquier momento me puedo comunicar con alguien”*, se puede observar que el 51,8% de los estudiantes indican que Alguna vez sintieron seguridad o compañía al saber que se pueden comunicar en cualquier instante con alguien más al utilizar alguna red social.

Si hacemos un resumen de los ítems encontrados, podemos ver que los estudiantes no presentan comportamientos característicos de una adicción a las redes sociales, como la necesidad constante de que le respondan los mensajes, como así tampoco presentan síntomas de ansiedad o angustia cuando no les responden los mensajes enviados.

Para terminar, es necesario indicar que en la actualidad las redes sociales son algo natural con lo que ya vivimos, pero es importante que se pueda hacer uso adecuado de las mismas. En relación a ello, Numata C. (2021) refiere que *“en la era digital, las redes sociales forman parte importante de nuestras vidas y de cómo nos relacionamos con otros. Facilitan la comunicación sin importar la distancia y nos permiten compartir momentos cotidianos, así como conocer lo que ocurre en cualquier rincón del mundo. Sin embargo, su uso en exceso afecta la salud mental, y en este sentido, los adolescentes son los más vulnerables a volverse adictos a las redes sociales. Esta adicción puede afectar diferentes aspectos de sus vidas, como el interés por otras actividades, el rendimiento escolar o las relaciones con amigos y familiares. El papel de los padres de familia es importante tanto para prevenir como para resolver la adicción a las redes sociales”*.

Cuadro N°9

Riesgo de adicción a las redes sociales

Riesgo	Fr	%
No hay riesgo	183	94,8
Sospecha de riesgo de adicción	6	3,1
Riesgo de adicción	3	1,6
Riesgo muy elevado de adicción	1	0,5
Total	193	100

Fuente: Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)

El riesgo de adicción a las redes sociales, de acuerdo a Müller et al., (2016) (Citado en Peris M. Mangato C., & Garaigordobil M., 2018) *“Es cuando los adolescentes presentan un uso preocupante de las Redes Sociales e Internet, con un aumento de las horas de conexión y el número de usuarios”*.

De acuerdo al cuadro presentado, se puede observar que el dato más representativo refiere que el 94,8% de los adolescentes de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón, no presenta algún riesgo de adicción a las redes sociales, esto quiere decir que los estudiantes tienen un uso mesurado de las redes sociales. Hay que indicar que este dato representa algo favorable debido a que estos estudiantes, a pesar de que la gran mayoría cuenta con redes sociales, no las usa de una forma en la que las mismas les puedan afectar negativamente.

Por otra parte, si nos fijamos en los datos menos representativos, se puede observar que existen estudiantes que presentan un riesgo de adicción que a pesar de que no representan una gran parte de la población, de todas maneras, resulta importante referir que el 3,1% presentan una sospecha de riesgo de adicción, asimismo, el 1,6% tiene un riesgo de adicción y finalmente el 0,5% de los estudiantes, presenta un nivel de riesgo muy elevado de adicción. Esto quiere decir que estos estudiantes presentan muchas más horas de conexión o usuarios dentro de las redes sociales que manejan.

Estos últimos porcentajes encontrados reflejan de alguna manera la preocupación que existe dentro del ámbito educativo por parte de los padres de familia y de los educadores. Es bien

sabido que las redes sociales han ido ganando campo dentro de la sociedad, pero el uso desmesurado resulta negativo para los propios estudiantes, como así también para el rendimiento que los mismos puedan tener dentro de las aulas. La problemática de la adicción a las redes sociales debería llamarnos más la atención como sociedad, de acuerdo a Rodríguez R. (2021) “Es una problemática que, sobre todo, está asociada a personas cada vez más jóvenes. Además, cada vez es más temprana la edad de uso del teléfono móvil y de las redes sociales. Es cierto que las redes suelen tener una edad mínima para poder registrarse, la cual suele ser entre los 13 y 14 años. Sin embargo, mentir es muy sencillo y nos encontramos con que niños y jóvenes de 10 años ya tienen redes sociales. Todo esto resulta un problema por dos motivos: por un lado, puede producirse una adicción a una determinada red social y, por otro lado, esa persona de corta edad se expone totalmente a la comunidad de esa red social con todos los peligros que esto puede acarrear”.

De igual manera, desde un punto más general, Almendras C. (2016:1) refiere que “a lo largo de las últimas décadas, las nuevas tecnologías de la información y la comunicación han tenido un gran impacto en nuestra sociedad, provocando un cambio importante en la vida de las personas. Pero probablemente la influencia más llamativa de las nuevas tecnologías se ha producido entre la población más joven. Cada vez es mayor el tiempo que adolescentes pasan conectados a internet, usando el móvil, con lo que otros pasatiempos y ocupaciones más tradicionales empiezan a quedar olvidadas. Esta nueva realidad ha despertado una considerable preocupación social acerca de la influencia que el uso de estas tecnologías puede tener sobre el desarrollo y ajuste personal, especialmente de adolescentes”.

Para terminar, es importante mencionar que la gran mayoría de los estudiantes no presentan algún riesgo de adicción a las redes sociales pero que, a pesar de ello, existen algunos que sí tienen niveles de riesgo de adicción más preocupantes.

Cuadro N°10

Riesgo de adicción a las redes sociales en relación al sexo y edad

	Sexo		Edad		Total	
	Masculino	Femenino	De 12 a 14 años	De 15 a 17 años		
No hay riesgo	Fr	91	92	87	96	183
	%	94,8	94,8	93,5	96,0	94,8
Sospecha de riesgo de adicción	Fr	4	2	3	3	6
	%	4,2	2,1	3,2	3,0	3,1
Riesgo de adicción	Fr	0	3	2	1	3
	%	0,0	3,1	2,2	1,0	1,6
Riesgo muy elevado de adicción	Fr	1	0	1	0	1
	%	1,0	0,0	1,1	0,0	0,5
Total	Fr	96	97	93	100	193
	%	100%	100%	100%	100%	100,0%

Fuente: Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)

De acuerdo al cuadro presentado, se pueden evidenciar los resultados del riesgo de adicción a las redes sociales en relación al sexo y la edad que tienen los estudiantes.

Empezando por la variable sexo, se puede ver que no existe una relación clara entre esta variable sociodemográfica y el riesgo de adicción a las redes sociales pues el 3,1% de las estudiantes mujeres presentan “riesgo de adicción” por encima de los varones, pero también llama la atención que el 1,0% de los varones presenta un nivel de riesgo muy elevado de adicción. Estos puntajes indican que tanto varones y mujeres en la actualidad usan muy frecuentemente redes sociales. Si queremos buscar diferencias, éstas quizás se encuentren en el uso específico que le dan tanto hombres como mujeres a las redes, de acuerdo a esto Valencia R., Cabero J., & Garay U. (2020) refieren que “Las alumnas utilizan las redes sociales con fines más comunicativos, por su parte los estudiantes masculinos se destacan más por utilizar las redes sociales para el consumo y el ocio, en concreto para la realización de juegos en línea o visionado de materiales audiovisuales online”.

Por otra parte, en cuanto al riesgo de adicción a las redes sociales en relación a la edad de los estudiantes, se pudo encontrar que el 96,0% de los estudiantes que tienen entre 15 y 17 años no presentan riesgo de adicción a las redes sociales, asimismo los que tienen entre 12 y 14 años presentan niveles un poco más elevados, pues el 2,2% presenta un nivel de riesgo de adicción y el 1,1% tiene un nivel de riesgo muy elevado de adicción. Considerando estos datos, se puede apreciar que los estudiantes con mayor edad tienden a presentar niveles de riesgo de adicción más bajos que los estudiantes que tienen una edad menor. Esto puede deberse a que los estudiantes con una edad menor se encuentran en una etapa en la que las redes sociales les resultan más novedoso y por ende, se les hace más complejo ponerse límites en el uso de las mismas.

5.3. Variable ansiedad

En relación al segundo objetivo específico que fue planteado en el presente trabajo de investigación; *“Establecer el nivel de ansiedad que presentan los adolescentes”* se encontraron datos importantes, los cuales se muestran a continuación:

Cuadro N°11
Síntomas de ansiedad

Nivel	Físicos		Psicológicos		Conducta		Cognitivos		Asertivos	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Normal	131	67,9	97	50,3	120	62,2	101	52,3	87	45,1
Ligera	44	22,8	31	16,1	33	17,1	32	16,6	26	13,5
Moderada	15	7,8	37	19,2	26	13,5	23	11,9	33	17,1
Grave	3	1,6	13	6,7	6	3,1	18	9,3	19	9,8
Muy grave	0	0,0	15	7,8	8	4,1	19	9,8	28	14,5
Total	193	100	193	100	193	100	193	100	193	100

Fuente: Cuestionario de Ansiedad de Rojas

Es importante mencionar que la ansiedad como tal se puede manifestar mediante varios síntomas, entre ellos está los síntomas físicos, psicológicos, de conducta, cognitivos y los síntomas de tipo asertivos. Todos estos síntomas se describen a continuación:

De acuerdo a la información presentada, en relación a los síntomas físicos los cuales según Rojas E. (2014:13) “Son manifestaciones somáticas y se deben a una activación del sistema nervioso autónomo. Los principales síntomas son: taquicardia, pellizco gástrico, nudo en el estómago, dificultad respiratoria, opresión precordial, sequedad de boca, aumento del tono muscular, náuseas o deseos de vomitar, despeños diarreicos, dificultad para tragar y vértigos o inestabilidad espacial”, se pudo encontrar que los estudiantes presentan un nivel normal, esto quiere decir que estos síntomas son poco frecuentes y de intensidad baja.

Por otra parte, en cuanto a los síntomas psíquicos, los cuales de acuerdo a Rojas E. (2014:13) se viven como si “el tiempo interior va más acelerado, al mismo tiempo hay una clara anticipación de lo peor, pensamientos repletos de algo malo va a suceder, hay una vivencia de amenaza, temores difusos, inseguridad, temor a perder el control y aflicción”, se pudo encontrar que los adolescentes de la unidad educativa presentan un nivel normal respecto a este tipo de síntomas.

Ahora bien, por su parte, si hablamos de síntomas de conducta, se puede ver que los estudiantes presentan un nivel normal, esto quiere decir que estos síntomas no representan patologías para los estudiantes. Hay que recordar que este tipo de síntomas de acuerdo a Rojas E. (2014:13) son definidos como “manifestaciones observables de forma objetiva y que generalmente son motoras”. Por otra parte, en cuanto a los síntomas cognitivos, se pudo encontrar que el 52,3% de los estudiantes presentan un nivel normal, esto quiere decir que síntomas como la inquietud mental, miedos, temores de anticipación de lo peor, preocupaciones obsesivas y pensamientos intrusos negativos no se presentan de manera frecuente e intensa. Rojas E. (2014:13) indica que los síntomas cognitivos “se refieren al modo de procesar la información que le llega y afecta a la percepción, la memoria, el pensamiento y la forma de utilizar los instrumentos de la inteligencia”.

Finalmente, se pudo encontrar que, en relación a los síntomas asertivos, el 45,1% de los estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio “B” de la ciudad de Villazón presentan un nivel normal respecto a síntomas como el bloqueo en las relaciones sociales, estar

muy pendiente de lo que los demás puedan opinar de él y preferir pasar desapercibido cuando está con gente. Hay que recordar que este tipo de síntomas hacen referencia a todo contacto interpersonal que el individuo pueda llegar a tener.

Cuadro N°12
Ansiedad General

Ansiedad	Fr	%
Normal	106	54,9
Ligera	31	16,1
Moderada	35	18,1
Grave	14	7,3
Muy grave	7	3,6
Total	193	100

Fuente: Cuestionario de Ansiedad de Rojas

El segundo objetivo planteado en la presente investigación está relacionado con la ansiedad, la cual de acuerdo a Rojas E. (2014:12) *“es una vivencia de temor ante algo difuso, inconcreto, indefinido, se produce por nada y se difumina las diferencias, por lo tanto, es un temor impreciso carente de objeto exterior, la ansiedad se experimenta como la anticipación de lo peor y está determinada por la perplejidad”*. (Rojas E, 2014, p.12).

De acuerdo al cuadro presentado, se puede observar que el 54,9% de los estudiantes de la Unidad Educativa 6 de Junio de la ciudad de Villazón, presentan un nivel normal de ansiedad, esto quiere decir que no presentan síntomas característicos de la ansiedad como preocuparse demasiado por las cosas diarias, tener problemas para controlar sus preocupaciones o sentimientos de nerviosismo, sentirse inquietos o tener dificultad para relajarse, tener problemas para concentrarse y tener dolores de cabeza, musculares o estomacales.

Por otra parte, también se pudo encontrar que algunos estudiantes sí presentan niveles de ansiedad más elevados, pues el 45,1% presentan niveles de ansiedad que oscilan entre ligera y muy grave. Este resultado se transforma en un dato que debe llamarnos la atención, pues indica que existen estudiantes que presentan un nivel de ansiedad que deja de ser normal o adaptativa,

sino que pasa a ser patológica. Estos resultados pueden deberse también a las características psicológicas propias de la etapa evolutiva que están atravesando estos estudiantes, pues la adolescencia es una etapa en la que las personas tienden a atravesar por distintas crisis o en la que no pueden manejar de manera correcta sus emociones. Siguiendo esta idea, Carboní R. (2015) refiere que “la adolescencia es una etapa de crisis, es decir, una situación en la que se produce una serie de fenómenos psicológicos que perturban los funcionamientos previos”.

A la hora de hablar de ansiedad, es importante entender una cierta diferenciación entre la ansiedad que es normal y la ansiedad cuando la misma se convierte en patológica y afecta el funcionamiento normal del individuo. En relación a esto, Cosios A. (2014: 38) refiere que “la ansiedad normal se presenta en episodios poco frecuentes, con intensidad leve o media y de duración limitada, ante estímulos previsibles y comunes y con un grado de sufrimiento y limitación en la vida cotidiana acotada. En cambio, la ansiedad a niveles patológicos se caracteriza por sucederse en episodios reiterativos, de intensidad alta y duración excesiva, con alta y desproporcionada reactancia a la amenaza, provocando gran sufrimiento y notable interferencia en la vida diaria”.

Cuadro N°13**Ansiedad en relación al sexo y edad**

	Sexo		Edad		Total	
	Masculino	Femenino	De 12 a 14 años	De 15 a 17 años		
Normal	Fr	59	47	57	49	106
	%	61,5	48,5	61,3	49,0	54,9
Ligera	Fr	18	13	9	22	31
	%	18,8	13,4	9,7	22,0	16,1
Moderada	Fr	14	21	16	19	35
	%	14,6	21,6	17,2	19,0	18,1
Grave	Fr	4	10	5	9	14
	%	4,2	10,3	5,4	9,0	7,3
Muy grave	Fr	1	6	6	1	7
	%	1,0	6,2	6,5	1,0	3,6
Total	Fr	96	97	93	100	193
	%	100%	100%	100%	100%	100,0%

Fuente: Cuestionario de Ansiedad de Rojas

En el presente cuadro es mostrada toda la información sobre la ansiedad y su relación con variables como el sexo y la edad que tienen los estudiantes de la Unidad Educativa.

En primer lugar, en cuanto al sexo se puede ver en la parte superior del cuadro que el 61,5% de los varones tiene un nivel normal de ansiedad, siendo éste un porcentaje mayor al de las mujeres. Si se observa la parte inferior del cuadro se puede notar que el 10,3% y el 6,2% de las mujeres presentan un nivel grave y muy grave de ansiedad respectivamente. De esta manera se puede ver que hay una relación entre la ansiedad y el sexo, pues los estudiantes del sexo masculino tienden a presentar niveles normales de ansiedad a diferencia de las mujeres quienes presentan niveles graves de ansiedad.

Estas diferencias entre hombres y mujeres frente a la ansiedad pueden deberse a diversos factores, algunos de estos pueden deberse a lo biológico, otros factores pueden ser la crianza o el propio desarrollo psicosocial que tiene cada individuo.

En relación a estas diferencias, Arenas M., & Puigcerver A. (2009) afirman que “Las mujeres en edad reproductiva son más vulnerables a desarrollar trastornos de ansiedad, aproximadamente entre 2 a 3 veces más que los hombres. Ser hombre o mujer no sólo puede influir en la prevalencia de los trastornos mentales, sino también en la manifestación y expresión de los síntomas, la voluntad para solicitar asistencia médica o psicológica, el curso de la enfermedad, incluso en la respuesta al tratamiento. Cada vez hay pruebas más sólidas de que existen diferencias entre ambos sexos respecto a la anatomía cerebral, la neuroquímica y los patrones de activación y respuesta a los estímulos ambientales; diferencias que pueden influir en la etiología y el curso de los trastornos psiquiátricos”.

Finalmente, por otra parte, en cuanto a la edad se puede observar que no hay una relación clara entre ambas variables, pues a pesar de que el 61,3% de los estudiantes que tienen entre 12 y 14 años presentan un nivel normal, pero si se observa la parte inferior del cuadro, el 6,5% de los estudiantes de este mismo rango de edad presentan un nivel muy grave de ansiedad por encima del otro rango que comprende a los estudiantes de 15 a 17 años de edad, los cuales presentan mayores niveles de ansiedad moderada y grave. De manera general, no se observa una relación, pero sí se puede ver que la ansiedad puede afectar negativamente a estudiantes ya sean de una edad temprana de la adolescencia como así también a aquellos que se encuentran un poco más adelante.

5.4. Variable relaciones interpersonales

Con respecto al tercer objetivo específico; “*Evaluar las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes*”, se encontraron los siguientes resultados:

Cuadro N°14

Dimensiones de las dificultades en las relaciones interpersonales

Nivel	Asertividad		Relac. Heterosexuales		Hablar en público		Rel. Familiares		Amigos	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Ninguna	39	20,2	26	13,5	31	16,1	46	23,8	55	28,5
Poca	71	36,8	50	25,9	73	37,8	75	38,9	72	37,3
Mediana	56	29,0	61	31,6	55	28,5	45	23,3	38	19,7
Bastante	24	12,4	39	20,2	29	15,0	19	9,8	18	9,3
Máxima	3	1,6	17	8,8	5	2,6	8	4,1	10	5,2
Total	193	100	193	100	193	100	193	100	193	100

Fuente: Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA).

En el presente cuadro se muestran todos los resultados referidos a las dimensiones de las dificultades en las relaciones interpersonales, resultados que se describen a continuación:

En relación a la dimensión **Asertividad**, se pudo encontrar que el 36,8% de los estudiantes presentan poca dificultad respecto a la misma, esto quiere decir que tienen poco problema para manifestar lo que piensan o son capaces de comunicarse. Respecto a esta dimensión Inglés C., Méndez. & Hidalgo M. (2014) refieren que esta dimensión se refiere a la “formulación de quejas, defensa de los derechos e intereses, rechazo de peticiones poco razonables y solicitud de información a: personal de servicios (camareros, dependientes, etc.), familiares y conocidos (abuelos, vecinos, etc.) y desconocidos por la calle”.

Por otra parte, en cuanto a la dimensión **Relaciones Heterosexuales**, se pudo encontrar que los estudiantes en un 31,6% presentan mediana dificultad, lo cual resulta interesante ya que es la única dimensión en la que los estudiantes presentan un poco más de dificultad. Esto quiere decir

que, a los mismos, les cuesta un poco más comenzar las relaciones de amistades con el otro sexo e interactuar con ambos sexos. Respecto a esta dimensión, Inglés C., Méndez. & Hidalgo M. (2014), indican que “esta dimensión hace referencia al relacionamiento interpersonal con el sexo opuesto (concertar citas, hacer cumplidos, conversaciones, etc.)”.

Por otra parte, en la dimensión **Hablar en público**, se pudo encontrar que el 37,8% de los estudiantes presentan poca dificultad referida a situaciones como hablar delante de muchas personas o la ansiedad generada por hablar en público. Inglés C., Méndez. & Hidalgo M. (2014) refieren que esta dimensión tiene como objetivo “evaluar el comportamiento del adolescente lleva a cabo ante un grupo numeroso o auditorio”.

Con respecto a la dimensión **Relaciones familiares**, se puede observar que el 38,9% de los estudiantes presentan poca dificultad referida al relacionamiento que tienen con sus familiares. Con respecto a esto, Inglés C., Méndez. & Hidalgo M. (2014) afirman que esta dimensión “hace referencia sobre aserción específicamente en el ámbito familiar. Esta dimensión se centra más en las dificultades que se puedan presentar en las relaciones interpersonales dentro de la familia”.

Finalmente, con respecto a la dimensión **Amigos**, se pudo encontrar que el 37,3% de los estudiantes presentan poca dificultad, esto quiere decir que no tienen demasiado problema a la hora de relacionarse con sus amigos. Sobre esto, Inglés C., Méndez. & Hidalgo M. (2014) indican que esta dimensión se “refiere a la expresión de agradecimiento, petición de disculpas y manejo de críticas con amigos de ambos sexos. Esta dimensión está dirigida plenamente a las relaciones con los amigos”. También es importante referir que existen algunos estudiantes que presentan dificultad en esta dimensión que va desde mediana hasta máxima, esto puede deberse a dificultades en las habilidades sociales, lo cual les puede traer problemas a la hora de relacionarse con sus pares.

Cuadro N°15

Asertividad

Ítems		Ning.	Poc.	Med	Bast	Máx	Total
1.- Decirle a la cajera del supermercado que te ha devuelto tres euros menos.	Fr	82	63	20	17	11	193
	%	42,5	32,6	10,4	8,8	5,7	100
4.- Pedir a un camarero que te atienda a ti primero porque tú estabas antes.	Fr	65	38	32	37	21	193
	%	33,7	19,7	16,6	19,2	10,9	100
6.- Decirle a un desconocido que intenta colarse en la cola para el cine que guarde su turno.	Fr	66	38	42	29	18	193
	%	34,2	19,7	21,8	15,0	9,3	100
10.- Quejarte a un camarero cuando te sirve comida o bebida en mal estado.	Fr	65	42	28	34	24	193
	%	33,7	21,8	14,5	17,6	12,4	100
13.- Pedir a un desconocido que apague su cigarrillo porque te molesta.	Fr	59	38	34	27	35	193
	%	30,6	19,7	17,6	14,0	18,1	100
14.- Vender lotería por la calle para el viaje de estudios.	Fr	76	36	34	24	23	193
	%	39,4	18,7	17,6	12,4	11,9	100
15.- Pedir información a un camarero si tienes dudas sobre el menú.	Fr	67	56	40	16	14	193
	%	34,7	29,0	20,7	8,3	7,3	100
17.- Preguntar a un desconocido una dirección cuando te pierdes en un barrio que no conoces.	Fr	74	44	44	13	18	193
	%	38,3	22,8	22,8	6,7	9,3	100
18.- Preguntar en la ventanilla de tu banco o caja de ahorros qué hay que hacer para abrir una libreta de ahorros.	Fr	68	65	34	19	7	193
	%	35,2	33,7	17,6	9,8	3,6	100
19.- Decirle a un familiar (abuelos, tíos, etc.) que te molestan sus bromas pesadas.	Fr	72	41	37	20	23	193
	%	37,3	21,2	19,2	10,4	11,9	100
24.- Decirle a un vecino que no te deja estudiar con el ruido que está haciendo.	Fr	65	46	35	22	25	193
	%	33,7	23,8	18,1	11,4	13,0	100
28.- Devolver un compact-disk defectuoso a la tienda donde lo compraste.	Fr	78	57	24	15	19	193
	%	40,4	29,5	12,4	7,8	9,8	100
29.- Decir que no a un amigo/a que te pide prestada la bici o la moto.	Fr	77	52	28	21	15	193
	%	39,9	26,9	14,5	10,9	7,8	100
33.- Decir que no a un mendigo que te pide dinero.	Fr	65	45	34	16	33	193
	%	33,7	23,3	17,6	8,3	17,1	100
34.- Pedirle a un desconocido que te ayude si te caes de la bicicleta o moto.	Fr	62	46	33	26	26	193
	%	32,1	23,8	17,1	13,5	13,5	100
35.- Pedir a un camarero que te cambie el refresco de cola que te ha servido por el zumo de naranja que habías pedido.	Fr	68	52	32	18	23	193
	%	35,2	26,9	16,6	9,3	11,9	100

Ning: Ninguna - **Poc:** Poca - **Med:** Mediana - **Bast:** Bastante - **Máx:** Máxima

Fuente: Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA).

Con respecto a los ítems correspondientes a la dimensión asertividad, se puede observar algunos resultados que llaman la atención, los cuales se describen a continuación:

En primer lugar, en cuanto al ítem *“Decirle a la cajera del supermercado que te ha devuelto tres euros de menos”*, se puede ver que el 42,5% de los estudiantes refieren que no tienen ninguna dificultad para decirle a cualquier personal de atención cuando el mismo no le entrega el cambio correctamente. Tener esta habilidad es muy importante a la hora de relacionarnos con los demás, debido a que permite que las relaciones sean las más justas.

Por otra parte, en cuanto al ítem *“Devolver un compact-disk defectuoso a la tienda donde lo compraste”*, se puede ver que el 40,4% de los estudiantes indica no tener ninguna dificultad a la hora de devolver algún producto defectuoso que se les haya vendido. Siguiendo la misma línea, en relación al ítem *“Decir que no a un amigo/a que te pide prestada la bici o la moto”* se pudo encontrar que el 39,9% de los estudiantes refieren que no tienen ninguna dificultad a la hora de tener que decir que no ante alguna petición de préstamo de algún amigo.

Los anteriores datos muestran que la mayoría de los estudiantes no presentan dificultad a la hora de decir que no o hacer valer sus derechos, esta capacidad es muy útil para la vida cotidiana y es muy necesario que se la realice de manera asertiva.

De acuerdo a Montejano S. (2016), *“Ser asertivos nos posibilita manejar los conflictos y negociar con las demás soluciones a problemas que de otra manera podrían enquistarse y llevarnos a rupturas en las relaciones, sentirnos mal con nosotros y con los demás y otra serie de consecuencias negativas para nosotros. Uno de los problemas a los que se enfrentan las personas no asertivas, es su dificultad para decir no. Les es muy difícil negarse a hacer algo que les piden, aunque estas peticiones vayan en contra de sus principios, sus necesidades o sus deseos, por miedo a las consecuencias negativas que les pueda acarrear el negarse a hacer algo que no quieren hacer”*.

Cuadro N°16

Relaciones Heterosexuales

Ítems	Ninguna		Poca	Mediana	Bastante	Máxima	Total
2.- Hacer cumplidos (elogios, piropos, etc.) a una chica (o) por la que te interesas.	Fr	52	46	45	25	25	193
	%	26,9	23,8	23,3	13,0	13,0	100
8.- Iniciar una conversación con una chica (o) de tu edad a la que no conoces en la parada del autobús.	Fr	51	38	37	36	31	193
	%	26,4	19,7	19,2	18,7	16,1	100
11.- Decirle a una chica (o) que acaban de presentarte lo mucho que te gusta cómo viste.	Fr	50	38	32	29	44	193
	%	25,9	19,7	16,6	15,0	22,8	100
21.- Invitar a una chica (o) a ir al cine.	Fr	62	34	33	17	47	193
	%	32,1	17,6	17,1	8,8	24,4	100
26.- Acercarte y presentarte a una chica (o) que te gusta.	Fr	47	38	31	20	57	193
	%	24,4	19,7	16,1	10,4	29,5	100
32.- Iniciar una conversación con una chica (o) que te atrae.	Fr	51	40	39	18	45	193
	%	26,4	20,7	20,2	9,3	23,3	100
36.- Pedirle salir a una chica (o).	Fr	50	31	31	20	61	193
	%	25,9	16,1	16,1	10,4	31,6	100

Fuente: Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA).

En la dimensión denominada relaciones heterosexuales, se pueden ver datos muy interesantes, los cuales se describen a continuación:

En cuanto al ítem “Invitar a una chica(o) a ir al cine”, se puede ver que el 32,1% de los estudiantes no presentan ninguna dificultad al momento de invitar a una persona del otro sexo a

un lugar como el cine. Hay que indicar que en la adolescencia es muy común el relacionamiento entre varones y mujeres, es una etapa en la que el relacionamiento con personas del otro sexo abarca gran parte de la atención del adolescente. Por otra parte, en cuanto al ítem “*Hacer cumplidos (elogios, piropos, etc.) a una chica (o) por la que te interesas*”, se puede ver que el 26,9% de los adolescentes, indican que no tienen ninguna dificultad para hacer algún tipo de cumplido o halago a la persona por la cual muestra interés.

Finalmente, en los ítems “*Iniciar una conversación con una chica (o) de tu edad a la que no conoces en la parada del autobús*”, “*Iniciar una conversación con una chica(o) que te atrae*”, el 26,4% de los estudiantes refieren a que no presentan ninguna dificultad a la hora de poder iniciar una conversación con una persona desconocida o una persona que les atrae. Lo cual representa ser un dato positivo para ellos, ya que el poder iniciar una conversación con las demás personas de su edad es fundamental para los estudiantes, pues les permite socializar de mejor manera.

De manera general, se puede ver que ninguno de los porcentajes supera el 50%, lo cual nos indica que son varios los estudiantes que sí tienen dificultades a la hora de relacionarse con otras personas del sexo opuesto.

Cuadro N°17
Hablar en público

Ítems		Ninguna	Poca	Mediana	Bastante	Máxima	Total
3.- Exponer en clase un trabajo que has preparado.	Fr	40	49	49	38	17	193
	%	20,7	25,4	25,4	19,7	8,8	100
5.- Expresar tu opinión en una asamblea de estudiantes cuando no estás de acuerdo con lo que dicen.	Fr	53	54	36	30	20	193
	%	27,5	28,0	18,7	15,5	10,4	100
7.- Preguntarle al profesor en clase cuando no entiendes algo de lo que ha explicado.	Fr	68	34	40	34	17	193
	%	35,2	17,6	20,7	17,6	8,8	100
16.- Salir voluntario a la pizarra a pesar de que llevas preparada la lección.	Fr	57	43	36	24	33	193
	%	29,5	22,3	18,7	12,4	17,1	100
20.- Expresar tu punto de vista ante tus compañeros de clase.	Fr	67	54	33	22	17	193
	%	34,7	28,0	17,1	11,4	8,8	100

Fuente: Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA).

En cuanto a la dimensión “hablar en público”, se encontraron los siguientes datos sobre los ítems que la componen:

En primer lugar, se puede ver que en el ítem “*Preguntarle al profesor en clase cuando no entiendes algo de lo que ha explicado*”, los estudiantes refieren que no tienen ninguna dificultad para poder consultar cuando algo no se ha llegado a entender bien. Este dato no es menor y tiene mucha importancia debido a que en la escuela y en cualquier ambiente de aprendizaje, es importante y necesario que los educandos no tengan dificultad alguna para poder expresar que algo está mal o si algo no se ha entendido.

Por otra parte, en cuanto al ítem *“Expresar tu punto de vista ante tus compañeros de clase”*, el 34,7% de los estudiantes indica no tener ninguna dificultad para poder decir su idea o punto de vista frente a sus pares en el aula. Habilidad que es muy necesaria para el sano relacionamiento con las demás personas.

Finalmente, en cuanto a los ítems *“Salir voluntario a la pizarra a pesar de que llevas preparada la lección”* y *“Expresar tu opinión en una asamblea de estudiantes cuando no estás de acuerdo con lo que dicen”*, se puede ver que el 29,5% y el 28,0% presentan ninguna y poca dificultad respectivamente. De acuerdo a estos datos se puede ver que la mayoría de los estudiantes dentro de la Unidad Educativa, no presentan dificultades a la hora de poder salir a la pizarra, expresar su opinión en asambleas o de hacerle consultas al profesor cuando algo no se ha entendido bien, no obstante, no son puntajes altos y se debe también prestar atención a estudiantes que sí presentan dificultades a la hora de hablar en público.

Cuadro N°18
Relaciones familiares

Ítems		Ninguna	Poca	Mediana	Bastante	Máxima	Total
9.- Opinar en contra si no estás de acuerdo con tus padres.	Fr	57	50	44	24	18	193
	%	29,5	25,9	22,8	12,4	9,3	100
23.- Defenderte cuando tus padres te culpan de algo que no has hecho.	Fr	86	43	26	13	25	193
	%	44,6	22,3	13,5	6,7	13,0	100
25.- Defenderte cuando tu hermano (a) te acusa de haberle estropeado algo suyo (libro, prenda de vestir, etc.).	Fr	88	56	21	14	14	193
	%	45,6	29,0	10,9	7,3	7,3	100
31.- Quejarte a tus padres cuando no te dejan ir a la excursión que ha organizado tu centro escolar.	Fr	83	42	37	12	19	193
	%	43,0	21,8	19,2	6,2	9,8	100

Fuente: Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA).

Con respecto a los ítems relacionados a las relaciones familiares, se pudo encontrar que en cuanto al ítem “Defenderte cuando tu hermano (a) te acusa de haberle estropeado algo suyo (libro, prenda de vestir, etc.)”, el 45,6% de los estudiantes no tiene ninguna dificultad para defenderse o alegar en su defensa cuando se le acusan de haber estropeado algo de propiedad de algún familiar.

Por otra parte, en cuanto al ítem “Defenderte cuando tus padres te culpan de algo que no has hecho”, se puede observar que el 44,6% de los adolescentes refieren a que no tienen ninguna dificultad para defenderse cuando sus padres o encargados les acusa de algo no cometido. Siguiendo esta misma línea, en el ítem “Quejarte a tus padres cuando no te dejan ir a la excursión

que ha organizado tu centro escolar”, el 43,0% de los estudiantes indican tener ninguna dificultad para quejarse a sus padres frente a situaciones como esas.

Dentro de la familia, el relacionamiento asertivo es muy necesario e importante, ya que ayuda a que las relaciones interpersonales dentro del hogar sean lo más productivas y sanas posible.

Siguiendo esta idea, Flores G. (2020) refiere que “es muy importante que las relaciones entre los miembros de la familia sean sanas, maduras, respetuosas, verdaderamente interpersonales. Recordemos que las habilidades de la relación interpersonal son una serie de comportamientos que adquiere una persona para interactuar y relacionarse con otros de manera efectiva y satisfactoria. No se debe olvidar que las buenas relaciones familiares ayudan a los hijos a sentirse seguros y amados. Te ayudan a sentirte bien a ti también, crea buenas relaciones en tu familia con tiempo de calidad, comunicación, trabajo en equipo y aprecio”.

Cuadro N°19**Amigos**

Ítems		Ninguna	Poca	Mediana	Bastante	Máxima	Total
12.- Dar las gracias a tus amigos/as cuando salen en tu defensa.	Fr	83	42	28	21	19	193
	%	43,0	21,8	14,5	10,9	9,8	100
22.- Dar las gracias a un/a amigo (a) que te ayuda en tus tareas escolares.	Fr	95	43	21	15	19	193
	%	49,2	22,3	10,	7,8	9,8	100
27.- Disculpate con un/a amigo (a) con quien te pasaste discutiendo.	Fr	72	50	34	19	18	193
	%	37,3	25,9	17,6	9,8	9,3	100
30.- Defender a un amigo/a tuyo/a cuando está siendo criticado/a por otros.	Fr	91	52	18	13	19	193
	%	47,2	26,9	9,3	6,7	9,8	100

Fuente: Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA).

La última dimensión de las dificultades en las relaciones interpersonales es la de los amigos, aquí se encuentran diversos ítems relacionados a las relaciones interpersonales que tienen los estudiantes con sus amigos.

En primer lugar, sobre el ítem “Dar las gracias a un/a amigo (a) que te ayuda en tus tareas escolares”, se pudo encontrar que el 49,2% de los estudiantes presentan ninguna dificultad para mostrar su agradecimiento a algún amigo que le colaboró en alguna labor. De la misma manera, en cuanto al ítem “Defender a un amigo/a tuyo/a cuando está siendo criticado/a por otros”, se puede ver que el 47,2% de los adolescentes refieren que no tienen ninguna dificultad para hacer defensa cuando a uno de sus amigos se le está criticando. Finalmente, en cuanto al ítem “Dar las gracias a tus amigos/as cuando salen en tu defensa”, se pudo encontrar que el 43,0% de los estudiantes presenta ninguna dificultad para agradecer algún acto de defensa que hagan por ellos.

Todo el conjunto de datos muestra que los estudiantes de la unidad educativa en su mayoría no presentan dificultades referidas a relaciones interpersonales con sus amigos, este es un dato favorable debido a que las relaciones entre amigos son una parte fundamental en el desarrollo de todo adolescente. De acuerdo a esto, Castro L. (2021) refiere que “Las relaciones sociales y los amigos juegan un papel primordial durante el desarrollo de los adolescentes. Es el momento en el que aparece el autoconocimiento, un proceso madurativo que los lleva a adquirir la noción de su persona. En este ejercicio de identificación personal, los amigos suponen un elemento fundamental en esa transición de la infancia a la vida de adultos. Los padres deben, por lo tanto, valorar y priorizar esa vida social, entendiendo que la habilidad social como tantas otras cosas, se aprende mediante el ensayo y error”.

Cuadro N°20

Relaciones interpersonales

Relac. Interpersonales	Fr	%
Ninguna dificultad	24	12,4
Poca dificultad	85	44,0
Mediana dificultad	61	31,6
Bastante dificultad	21	10,9
Máxima dificultad	2	1,0
Total	193	100

Fuente: Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA).

Las dificultades en las relaciones interpersonales, son una variable de mucha importancia dentro de la interacción individuo-sociedad. Por dificultades en las relaciones interpersonales podemos entender, según Inglés C., Méndez. & Hidalgo M. (2014) que *“son los problemas experimentados por los adolescentes en diferentes contextos sociales”*.

Ahora bien, si nos fijamos en el cuadro presentado, se puede notar que el dato más representativo refiere que el 44,0% de los estudiantes de la Unidad Educativa 6 de Junio de la ciudad de Villazón presentan **poca dificultad** en las relaciones interpersonales, lo cual quiere decir que los estudiantes en su mayoría no tienen dificultades al manifestar lo que piensan y sienten, como así también son capaces de comunicarse, comienzan las relaciones de amistades con el otro sexo, interactúan con ambos sexos e intercambian ideas.

Las relaciones interpersonales son un elemento importante dentro de cualquier ámbito y más aún en la escuela. De acuerdo a López C. (2010), “Una de las partes más importantes de nuestra vida son las relaciones interpersonales. En cada una de las cosas que hacemos hay un componente de relaciones con los demás. Desde que nacemos estamos en constante interacción con un determinado medio social (la familia, el barrio, los amigos, el colegio), que nos obliga a relacionarnos con los demás de la forma más adecuada posible. Esa manera de actuar se va aprendiendo poco a poco, en contacto con el medio, observando el comportamiento de los otros. Así pues, las Relaciones Sociales son la parte de nuestras conductas, de nuestra forma de ser, que implica relacionarse con los demás. El hecho de que tengamos más o menos habilidades

tiene que ver con el aprendizaje: modelos de habilidades sociales (padres, familiares, amigos), situaciones positivas de contacto con los demás, sistemas educativos apropiados donde se favorezca expresar emociones y sentimientos y mantener opiniones o defender derechos personales”.

Asimismo, se pudo encontrar que el 43,5% de los estudiantes oscila entre mediana y máxima dificultad en las relaciones interpersonales, lo cual quiere decir que estos adolescentes presentan algunas dificultades a la hora de las relaciones interpersonales, lo cual resulta en un dato que debe llamarnos la atención. Las relaciones interpersonales en la escuela deben tener una atención especial. De acuerdo a Arriesta D., Díaz A., & Flores Z. (2017), “Construir y preservar relaciones entre los miembros de una comunidad educativa no es una tarea sencilla y es fundamental a la hora de hablar sobre convivencia escolar. Generalmente, se asume que las relaciones de confianza y cuidado del otro deben darse de manera natural y espontánea. Sin embargo, en la práctica, es necesario que desde el aula se planeen de manera intencional actividades y acciones que faciliten su desarrollo en los estudiantes. Si bien es cierto que la escuela no es el único espacio en el que esta formación debe suceder, pues la familia, el barrio, los medios de comunicación y otros espacios de socialización también cumplen un papel fundamental, es precisamente la escuela el espacio predilecto para la formación ciudadana. La escuela se constituye como una pequeña sociedad, cuyo propósito fundamental es la formación y, por esta misma razón, es el espacio cotidiano en el que se generan oportunidades para el aprendizaje y la práctica de la vida ciudadana”.

Cuadro N°21

Relaciones interpersonales en relación al sexo y edad

	Sexo		Edad		Total	
	Masculino	Femenino	De 12 a 14 años	De 15 a 17 años		
Ninguna dificultad	Fr	15	9	12	12	24
	%	15,6	9,3	12,9	12,0	12,4
Poca dificultad	Fr	42	43	44	41	85
	%	43,8	44,3	47,3	41,0	44,0
Mediana dificultad	Fr	27	34	27	34	61
	%	28,1	35,1	29,0	34,0	31,6
Bastante dificultad	Fr	12	9	8	13	21
	%	12,5	9,3	8,6	13,0	10,9
Máxima dificultad	Fr	0	2	2	0	2
	%	0,0	2,1	2,2	0,0	1,0
Total	Fr	96	97	93	100	193
	%	100%	100%	100%	100%	100,0%

Fuente: Cuestionario de evaluación de las dificultades interpersonales (CEDIA).

En el presente cuadro se muestran todos los resultados de las dificultades en las relaciones interpersonales en relación a variables sociodemográficas como el sexo o la edad de los estudiantes.

Con respecto al sexo, se puede ver que los varones en un 15,6% no presentan ninguna dificultad a la hora de las relaciones interpersonales y por su parte, las mujeres presentan en un 44,3% poca dificultad, como así también el 35,1% presenta una mediana dificultad y finalmente si se observa la parte inferior del cuadro, se puede notar que el 2,1% de las estudiantes mujeres, presentan una máxima dificultad en las relaciones interpersonales. De manera general, se puede ver una ligera diferencia entre sexos, pues los estudiantes varones tienden a presentar niveles más bajos de dificultad en las relaciones interpersonales a diferencia de las mujeres quienes presentan niveles más elevados de dificultad, esto puede deberse a elementos psicosociales y de

crianza que hacen que a los varones les cueste un poco menos relacionarse con las demás personas.

Por otra parte, en cuanto a las dificultades en las relaciones interpersonales en relación a la edad, se puede ver que no hay una relación clara, ya que los estudiantes de 12 a 14 años presentan en un 12,9% ninguna dificultad, pero a la vez en la parte inferior del cuadro en un 2,2% estudiantes de este mismo rango de edad presentan una máxima dificultad en las relaciones interpersonales. Por su parte los estudiantes de 15 a 27 años presentan en un 34,0% y un 13,0% una mediana y bastante dificultad respectivamente.

Las relaciones interpersonales en la adolescencia son muy importantes para el desarrollo psicosocial del individuo. En relación a ello, Morris y Maisto, (2001) (Citado en Midencey D., 2020), refieren que “La adolescencia como bien es sabido; es una etapa del desarrollo humano bastante confusa y compleja que viene acompañada por un cúmulo de inquietudes y necesidades. Surgen pensamientos de soledad, frustración e incompreensión. En esta etapa, la amistad es vital para el fortalecimiento de la propia estima del adolescente o joven, los pares o grupo de compañeros o amigos adquieren mucha importancia durante este periodo, ya que ofrecen al adolescente una red de apoyo social y emocional que le ayuda a alcanzar mayor independencia respecto a los adultos y encontrar una identidad personal”.

5.5. Relación entre variables principales

De acuerdo al cuarto objetivo específico planteado; “*Analizar la relación entre el riesgo de adicción a las redes sociales con el nivel de ansiedad y las relaciones interpersonales que presentan los adolescentes*”, se encontraron los siguientes datos:

Cuadro N°22

Relación entre el riesgo de adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad

Ansiedad	Riesgo de adicción a las redes sociales					Total
		No hay riesgo	Sospecha de riesgo	Riesgo de adicción	Riesgo muy elevado de adicción	
Normal	Fr	103	2	1	0	106
	%	56,3	33,3	33,3	0,0	54,9
Ligera	Fr	30	1	0	0	31
	%	16,4	16,7	0,0	0,0	16,1
Moderada	Fr	33	0	1	1	35
	%	18,0	0,0	33,3	100,0	18,1
Grave	Fr	11	3	0	0	14
	%	6,0	50,0	0,0	0,0	7,3
Muy grave	Fr	6	0	1	0	7
	%	3,3	0,0	33,3	0,0	3,6
Total	Fr	183	6	3	1	193
	%	100%	100%	100%	100%	100,0%

Medida de relación	Correlación	N
Coefficiente de correlación r de Pearson	R= 0,36	193

Dentro del cuadro N°22, se pueden observar los datos sobre la relación entre ambas variables, estamos hablando del riesgo de adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad, estos resultados se describen a continuación:

En primer lugar, se puede observar que el 56,3% de los estudiantes que no presentan riesgo de adicción a las redes sociales, también presentan un nivel normal de ansiedad, es decir presentan una ansiedad que puede considerarse como adaptativa, y no, así como patológica, en otras palabras, una ansiedad que les ayuda en su cotidianidad y no les presenta alguna dificultad considerable. Ahora bien, si empezamos a observar otra parte del cuadro, se puede notar algunos datos que llaman la atención, primero el 50,0% de los estudiantes que tienen sospecha de riesgo de adicción a las redes sociales a la vez presentan un nivel grave de ansiedad, denotando de esta manera que en ellos, el nivel de ansiedad tiende a subir con el riesgo de adicción a las redes sociales, esto puede deberse a que las redes sociales son unas plataformas virtuales en donde existe un flujo muy grande de información, los sujetos se encuentran constantemente mandando mensajes y recibiendo los, imágenes que son compartidas y reaccionadas a cada instante, se puede inferir que todo esto puede abrumar a las personas y ocasionar que los adolescentes estén cada vez más tiempo en actividad de alerta y de respuesta ante cualquier tipo de interacción o información recibida.

Por su parte, con respecto a la correlación estadística, entre el riesgo de adicción a las redes sociales y el nivel de ansiedad, existe un índice de correlación de 0,36 lo cual representa una **correlación positiva baja**, esto quiere decir que, a mayor nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, mayor es el nivel de ansiedad. Es importante mencionar que la correlación encontrada entre ambas variables es baja, pero a pesar de ello existe una relación entre variables. De acuerdo a ello, Sarmiento S. (2021) refiere que “millones de personas en todo el mundo, especialmente jóvenes y adultos, están fascinados por las nuevas tecnologías e Internet y las arrastran en su vida diaria, en relación a la comunicación. Sin embargo, la aparición de otras aplicaciones induce otros síntomas, entre los que se encuentran los síntomas de ansiedad, asociados al desarrollo de conductas adictivas”.

De igual manera, López, (2018) (Citado en Sarmiento S., 2021), indica que “se pone de manifiesto también, que niños, adolescentes, jóvenes y adultos que han desarrollado conductas adictivas a las redes sociales, siempre están atentos a lo que sucede en estos entornos virtuales, revisan sus computadoras o teléfonos inteligentes en todo momento, incluso en momentos inoportunos, participan en conversaciones virtuales y responden mensajes, o tienden a ignorar las expresiones faciales debido a la participación patológica en estas actividades. Se sienten

ansiosos o irritables ante las relaciones interpersonales, experimentan trastornos emocionales y problemas en las interacciones sociales”.

Para terminar, es importante mencionar que los adolescentes son una población muy vulnerable, esto debido a que se encuentran expuestos a experimentar o describir nuevas emociones, como así también, están en una etapa madurativa en la que no pueden gestionar de la mejor manera sus emociones y es aquí en donde las redes sociales pueden empeorar la situación.

Cuadro N°23

Relación entre el riesgo de adicción a las redes sociales y el nivel de dificultad en las relaciones interpersonales

Dificultad en las relaciones interpersonales	Riesgo de adicción a las redes sociales					Total
	No hay riesgo	Sospecha de riesgo	Riesgo de adicción	Riesgo muy elevado de adicción		
Ninguna dificultad	Fr	23	0	1	0	24
	%	12,6	0,0	33,3	0,0	12,4
Poca dificultad	Fr	82	3	0	0	85
	%	44,8	50,0	0,0	0,0	44,0
Mediana dificultad	Fr	57	2	1	1	61
	%	31,1	33,3	33,3	100,0	31,6
Bastante dificultad	Fr	20	1	0	0	21
	%	10,9	16,7	0,0	0,0	10,9
Máxima dificultad	Fr	1	0	1	0	2
	%	0,5	0,0	33,3	0,0	1,0
Total	Fr	183	6	3	1	193
	%	100%	100%	100%	100%	100,0%

Medida de relación	Correlación	N
Coefficiente de correlación r de Pearson	R= 0,20	193

De acuerdo a los datos encontrados, en primer lugar, se puede ver que el 44,8% de los estudiantes que no presentan riesgo de adicción a las redes sociales, a la vez presentan poca dificultad en las relaciones interpersonales. Asimismo, también se puede notar que el 50% de los estudiantes que presentan sospecha de riesgo, también presentan poca dificultad en las relaciones interpersonales y finalmente el 100% de los estudiantes que tienen un nivel de riesgo muy elevado de adicción a las redes sociales, a la vez presentan un nivel de dificultad mediano

respecto a las relaciones interpersonales, denotando que si tienen ciertas complicaciones a la hora de relacionarse con las demás personas, hay que recordar que las redes sociales ofrecen un nuevo mundo de interacción con los demás, no obstante la interacción en la vida real puede verse afectada, muchas personas no pueden relacionarse como lo hacen en la virtualidad pues fuera de las redes sociales se necesitan de otras habilidades.

Ahora bien, si observamos la correlación estadística entre ambas variables, se encontró un índice de correlación de (0,20), lo cual significa que existe una **correlación positiva baja**, esto quiere decir que, a mayor nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, mayor es el nivel de dificultad en las relaciones interpersonales. Esto puede deberse a que en la actualidad las redes sociales le brindan un mundo de opciones y entretenimiento a los adolescentes, lo cual provoca que los mismos se alejen cada vez más de las relaciones interpersonales que se dan en su medio, esta lejanía con la sociedad puede provocar que los y las adolescentes presenten dificultades en las relaciones interpersonales.

Hay que recordar que las relaciones interpersonales tienen mucha importancia para cada individuo. De acuerdo a Midencey D. (2020) “A través de las relaciones interpersonales, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo. En contrapartida, la carencia de estas habilidades puede provocar rechazo, aislamiento y, en definitiva, limitar la calidad de vida. En conclusión, existen distintos canales de comunicación entre los seres humanos, y la tecnología aporta una variedad de ellos; sin embargo, todas las personas necesitamos crecer en un entorno socialmente estimulante, que nos permita compartir y estar con los demás (familia, amigos, compañeros de clase, colegas de trabajo, etc.). Dentro de las relaciones interpersonales es importante desarrollar una comunicación correcta, eficaz y asertiva, que permita interactuar con los demás; no obstante, para algunos adolescentes este proceso de comunicación no es fácil, por lo que es probable que muchas veces las redes sociales sean un medio de ocultar dificultades sociales como la timidez, la soledad, problemas de habilidades sociales o presión de grupo”.

CAPÍTULO VI
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Posterior al análisis e interpretación de los resultados y en función a los objetivos planteados, se presentan las siguientes conclusiones:

- En primer lugar, respecto al **riesgo de adicción a las redes sociales**, que es entendido como el uso de una manera preocupante de las Redes Sociales e Internet, se pudo encontrar que el 94,8% de los adolescentes de la Unidad Educativa 6 de Junio "B" de la ciudad de Villazón, no presentan algún riesgo de adicción a las redes sociales, esto quiere decir que la mayoría de los estudiantes tienen un uso mesurado de las mismas. Se puede notar que a pesar de que la gran mayoría cuenta con redes sociales, no las usa de una forma en la que las mismas les puedan afectar negativamente. Considerando este resultado, la hipótesis planteada *"Los adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa 6 de Junio "B" de la ciudad de Villazón, presentan un riesgo muy elevado de adicción a las redes sociales"*, se rechaza.
- Por su parte, en relación a la **ansiedad**, que es definida como una vivencia de temor ante algo difuso, un temor impreciso carente de objeto exterior, experimentada como la anticipación de lo peor, se pudo encontrar que el 54,9% de los estudiantes de la unidad educativa 6 de Junio "B" de la ciudad de Villazón, presentan un nivel normal de ansiedad, lo que refleja que no tienen los síntomas característicos como preocuparse demasiado por las cosas diarias, tener problemas para controlar sus preocupaciones o sentimientos de nerviosismo, sentirse inquietos o tener dificultad para relajarse, tener problemas para concentrarse y tener dolores de cabeza, musculares o estomacales. al parecer muestran las preocupaciones propias de la etapa, sin llegar a somatizar o hacer síntomas considerables sobre las mismas, en ese sentido, de acuerdo a este resultado, la hipótesis que se planteó; *"Los adolescentes de la Unidad Educativa 6 de Junio "B" presentan un nivel de ansiedad moderada"*, se llega a rechazar.
- De igual manera, sobre las **dificultades en las relaciones interpersonales**, las cuales son entendidas como aquellos problemas experimentados por los adolescentes en diferentes contextos de tipo social, se pudo encontrar que el 44,0% de los estudiantes de la Unidad Educativa 6 de Junio "B" presentan poca dificultad en las relaciones

interpersonales, lo que permite incidir que la mayoría se desenvuelve relativamente bien al expresar lo que piensan y sienten; en los entornos sociales con los que interactúan inclusive con miembros del sexo opuesto. Ahora bien, tomando en cuenta este dato la hipótesis que fue planteada: *“Los estudiantes del nivel secundario presentan una mediana dificultad interpersonal”*, de igual manera es rechazada.

- Por otro lado, respecto al cuarto objetivo específico, se pudo encontrar que en la relación de las variables: **riesgo de adicción a las redes sociales y nivel de ansiedad**, existe un índice de correlación de (0,36); esto quiere decir que existe una correlación positiva baja, es decir que, a mayor nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, mayor es el nivel de ansiedad. Considerando esta correlación estadística encontrada, la hipótesis *“A mayor nivel de riesgo de adicción a las redes sociales mayor el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes”*, se confirma.

Dentro del mismo objetivo específico, pero considerando al riesgo de adicción a las redes sociales en relación a las dificultades en las relaciones interpersonales, se encontró un índice de correlación de (0,20) lo cual significa que existe una correlación positiva baja, es decir, que a mayor nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, mayor es el nivel de dificultad en las relaciones interpersonales que presentan los estudiantes. Observando la correlación encontrada, se puede indicar que la hipótesis que se planteó con anterioridad; *“A mayor nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, mayor nivel de dificultad en las relaciones interpersonales”*, se confirma.

6.2. Recomendaciones

De acuerdo a los resultados encontrados y en función a la problemática, se presentan las siguientes recomendaciones:

A los estudiantes:

- Es importante que los estudiantes muestren interés por profundizar su conocimiento sobre el manejo responsable y con límites respecto a las redes sociales, asimismo es necesario que puedan reflexionar sobre las consecuencias negativas que tiene el uso desmedido, por ende, se recomienda a los adolescentes que puedan buscar información

de fuentes confiables y puedan participar en diferentes instituciones que tienen como objetivo orientarlos.

- A los estudiantes se les recomienda buscar ayuda profesional si es que así lo requieren, pues es importante entender que problemas como la adicción a las redes sociales, la ansiedad o las dificultades que podemos tener a la hora de relacionarnos con los demás, son tratables y que con la ayuda correcta se los puede superar.

A los padres de familia:

- Considerando la importancia que tienen los padres de familia en el desarrollo psicosocial en los hijos, se les recomienda tener un mayor compromiso respecto a la educación y desarrollo emocional de sus hijos (as), poder hablar con ellos, escuchar sus preocupaciones, prestarles mayor atención, fomentar el diálogo, preocuparse por el tipo de amigos que tienen sus hijos y velar por su bienestar psicológico en general.

Al director y los profesores de la unidad educativa:

- Se recomienda la gestión de actividades de socialización entre los estudiantes con el objetivo de que los mismos puedan fortalecer su capacidad respecto a las relaciones interpersonales. Asimismo, es necesario e importante que se puedan generar los espacios o programas para implementar técnicas para el manejo y control de la ansiedad.
- De igual manera, se recomienda al director y a los profesores de la unidad educativa una mayor predisposición para con los estudiantes, con el objetivo de que se pueda realizar correctamente el trabajo preventivo respecto a esta problemática de la adicción a las redes sociales.

A las autoridades educativas departamentales:

- Tomando en cuenta que se logró encontrar estudiantes que sí presentan niveles de riesgo de adicción a las redes sociales, niveles altos de ansiedad y de dificultades en las relaciones interpersonales, se recomienda a las autoridades hacer gestión para que se pueda aperturar un gabinete psicológico dentro de la unidad educativa, con el objetivo

de atender este tipo de casos en los estudiantes de todos los niveles, tanto primario como el nivel secundario.

A futuros investigadores:

- De acuerdo a los resultados que se encontraron y tomando como punto de partida la información que brinda el presente trabajo, se recomienda a futuros investigadores profundizar sobre la relación entre las variables haciendo el uso de una metodología de tipo cualitativa donde se pueda trabajar con casos y se pueda realizar un abordaje más profundo.