

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Trabajo de fin de carrera titulado:

**“ADICCIÓN A FACEBOOK EN ADOLESCENTES DE QUINTO
CURSO DEL COLEGIO INTERNACIONAL RUDOLF STEINER”**

Realizado por:

NATALIA VILLAVICENCIO

Director del proyecto:

RAISA ARAMINTA TORRES RUIZ

Como requisito para la obtención del título de:

PSICOPEDAGÓGA

Quito, 13 de Febrero 2015

DECLARACION JURAMENTADA

Yo, con cédula de identidad # declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, que no ha sido previamente presentado para ningún grado a calificación profesional; y, que ha consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

A través de la presente declaración, cedo mis derechos de propiedad intelectual correspondientes a este trabajo, a la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su reglamento y por la normativa institucional vigente.

.....

C.C.:

DECLARATORIA DEL DIRECTOR

El presente trabajo de investigación titulado:

“ADICCIÓN A FACEBOOK EN ADOLESCENTES DE QUINTO CURSO DEL COLEGIO INTERNACIONAL RUDOLF STEINER”

Realizado por:

como Requisito para la Obtención del Título de:

PSICOPEDAGOGA

ha Sido dirigido por la profesora

.....

quien considera que constituye un trabajo original de su autor

.....

DIRECTORA

LOS PROFESORES INFORMANTES

Los Profesores Informantes:

.....

.....

Después de revisar el trabajo presentado,
lo han calificado como apto para su defensa oral ante
el tribunal examinador

.....

.....

Quito, -----de -----de 2

DEDICATORIA

Dedico el presente trabajo de investigación a mi familia que gracias a su apoyo he podido concluir una etapa muy importante en mi formación académica y personal.

A mi Madre y Padre por brindarme los recursos necesarios, sus consejos y especialmente su amor incondicional a lo largo de mi vida. Lo cual han hecho de mí una mejor persona.

A mis hermanos Fernanda y Alexis por estar siempre presentes, acompañándome.

Gracias a ustedes por guiarme con sabiduría, les amo.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a mis Padres, por guiarme en mi vida, dándome sabiduría para culminar con éxito una etapa más y así poder servir a la sociedad con mis conocimientos, para el progreso del país, el de mi familia y el mío en particular.

Gracias a mis hermanos que con su apoyo incondicional, me han enseñado que nunca se debe dejar de luchar por lo que se desea alcanzar.

A la Psicóloga Raisa Torres y los profesores informantes, por su valiosa tutoría en todo el proceso investigativo de una forma íntegra.

Índice general de contenidos

DECLARACION JURAMENTADA	ii
DECLARATORIA DEL DIRECTOR	iii
LOS PROFESORES INFORMANTES	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO.....	vi
Índice general de contenidos	1
Índice de Tablas	3
Índice de Figuras	3
CAPITULO I.....	4
INTRODUCCIÓN	4
1.1. El Problema de Investigación.....	5
1.1.1. Planteamiento del Problema.....	5
1.1.1.1 Diagnóstico	7
1.1.1.2 Pronóstico.....	8
1.1.1.3 Control de pronóstico	8
1.1.2 Formulación del Problema	8
1.1.3 Sistematización del Problema	8
1.1.4 Objetivo General	9
1.1.5 Objetivos Específicos.....	9
1.1.6 Justificación.....	9
1.2.Marco Teórico	10
1.2.1. Estado actual de conocimiento sobre el tema.....	10
1.2.2. Adopción de un Perspectiva Teórica.....	11
1.2.3 Macro Conceptual	12
1.2.3.1. Antecedentes	12
1.2.3.2. Adicción a la red social Facebook.....	13

1.2.3.3. Polémica sobre la adicción al Facebook.....	15
1.2.3.4. Facebook, “vicio”	16
1.2.3.5. Explicación científica de la Adicción a Facebook	17
1.2.3.6. Adolescentes: Definición	19
1.2.3.7. Desarrollo psicosocial en la adolescencia	20
1.2.3.8. Características de la adolescencia (15-18 años) según Piaget.....	20
1.2.3.9. Teorías del Desarrollo Adolescente	21
1.2.4 Hipótesis.....	22
1.2.5. Identificación y Caracterización de variables	23
CAPITULO II	24
MÉTODO.....	24
2.1 Nivel de Estudio	24
2.2 Modalidad de Investigación	24
2.3. Método	25
2.4. Población y Muestra.....	26
2.5 Selección de instrumentos de Investigación.....	26
2.6. Validez y confiabilidad de los instrumentos	27
2.7 Operacionalización de Variables.....	29
2.8. Procesamiento de datos	31
CAPÍTULO III. RESULTADOS	32
3.1. Levantamiento de Datos.....	32
3.2. Presentación y Análisis de Resultados	33
3.3. Aplicación Práctica	43
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN.....	45
4.1. Conclusiones	46
4.2. Recomendaciones.....	48
Materiales de referencia	49
ANEXO 1.....	51
ANEXO 2.....	74

Índice de Tablas

Tabla 1 Síndrome de adicción.....	18
Tabla 2 Características de la adolescencia (15-18 años) según Piaget 1958.....	21
Tabla 1 Variable Independiente	29
Tabla 2Variable Dependiente.....	30
Tabla 3Resultados Obtenidos del Inventario a las redes sociales psicología UPAO	34
Tabla 4Frecuencia de género y edad	35
Tabla 5Perfil de Resultados – Área de Voluntad	36
Tabla 6Perfil de resultados – Área de Necesidad de Afirmación.....	38
Tabla 7Perfil de resultados – Influencia Socio Familiar	39
Tabla 8Perfil de resultados de Vulnerabilidad Afectiva	41
Tabla 9Resultados Finales.....	42

Índice de Figuras

Figuras 2Falta de voluntad	37
Figuras 3Necesidad de Afirmación	38
Figuras 4Influencia Socio Familiar	40
Figuras 5Vulnerabilidad Afectiva	41
Figuras 6Resultados Finales.....	42

CAPITULO I

INTRODUCCIÓN

La red social más utilizada por los adolescentes hoy en día es Facebook, al ser un medio de comunicación que permite interacción con otras personas de diversas partes del planeta, donde se puede compartir el perfil con los amigos, conocidos, para experimentar vivencias, ideas o conocimientos. Por otro lado, en algunas circunstancias, que afectan sobre todo a adolescentes, internet y los recursos tecnológicos pueden convertirse en un fin y no en un medio y por lo tanto de existir cierta necesidad por permanecer constantemente comunicado podría dar lugar al inicio de un patología

El presente estudio tuvo como objetivo conocer cómo la red social Facebook incide en la vida de los adolescentes de quinto curso del Colegio Internacional Rudolf Steiner a través del empleo del instrumento psicométrico UPAO (Inventario de dependencia a las redes sociales UPAO). De igual manera esta investigación posee un método investigativo tanto cualitativo como cuantitativo. Cualitativo debido a que se describe de manera detallada el fenómeno de estudio y cuantitativo debido a que a través del reactivo psicológico se pudo conocer estadísticamente los niveles de incidencia de las redes sociales en los adolescentes.

Respecto a los resultados obtenidos, se encontraron datos significativos que podrían contribuir a futuras investigaciones, ya que se determinó que un número importante de adolescentes presentaron niveles elevados de dependencia a la red social en investigación. A partir de estos resultados se procedió al planteamiento de una estrategia idónea que permita al profesional disminuir o eliminar los niveles de dependencia o adicción a la red social Facebook en los adolescentes.

1.1.El Problema de Investigación

.

1.1.1. Planteamiento del Problema

El presente estudio investigativo busca conocer la correlación de la adicción al Facebook y su incidencia en adolescentes de quinto curso, del colegio internacional Rudolf Steiner, de la ciudad de Quito.

Es conocido que todo organismo vivo debe integrar elementos y dinámicas de interacción con la finalidad de elevar sus posibilidades de supervivencia, por lo tanto, al igual que éste proceso resulta ser muy necesario en el ámbito biológico, también lo es en el ámbito social.

Según Dumirtier (2009) las redes sociales han evolucionado de tal manera que, hoy en día casi todas las personas de diversas edades conocen o han escuchado en algún momento la palabra Facebook. Puede que no sepan cuál es su significado o con que herramienta cuenta el sistema, sin embargo saben de qué se trata. Es un medio que se emplea para intercambiar experiencias científicas, personales, mantener comunicación entre las personas, buscar amistades, etc. Su uso es diverso, esta frecuencia es más en los jóvenes, que en usuarios mayores.

De igual manera Dumirtier (2009) estima que en los últimos años ha aumentado drásticamente la participación de usuarios en las diferentes redes sociales, y en especial se ha elevado el número de participantes de la red social Facebook, cuya dinámica se basa en la presentación de perfiles personales que permiten ver al resto de usuarios diferentes datos como: fotos, ubicación, estado de ánimo, entre otros; al igual que permite la interacción constante a través de un sistema interactivo de mensajes.

Estudios realizados por Álvarez (2012), dieron a conocer que la red social Facebook, representa para la mayor parte de usuarios un refugio en el cual pueden expresar

sus emociones, pensamientos e inclusive conflictos. Sin embargo, estudios realizados por el mismo autor dieron a conocer que la mayor parte de participantes de dicha red social tienden a demostrar su lado ansioso e inseguro, dejando al descubierto gran parte de su intimidad.

Por otro lado, estudios realizados minuciosamente por Navarro y Jaimes (2007), en los cuales trataron de conocer las consecuencias del uso y el abuso del empleo de la red social Facebook, se pudo determinar que no existe una definición concreta de lo que se podría considerar como una adicción a la misma; sin embargo sus estudios llegaron a determinar algunos síntomas y características que envuelven esta realidad actual; y entre ellos se destacaron: imposibilidad incontrolable, tolerancia, síndrome de abstinencia, uso y esfuerzo excesivo invertido en internet e impedimentos para que el sujeto sea capaz de tomar decisiones.

De igual manera, científicos estadounidenses desarrollaron una investigación para medir qué tanto las personas pueden resistir a sus deseos por contenerse al uso de la red social Facebook; los resultados revelaron que la ansiedad por mantenerse conectado constantemente a dicha red social resultaron ser más difíciles que sobrellevar la adicción por los cigarros y el alcohol.

La mayor parte de estudios realizados por Tsai (2003), han revelado a través de un método cualitativo de investigación, que los usuarios que se mantenían constantemente conectados a dicha red social, padecían de un deterioro académico, emocional, personal e inclusive laboral, debido a que el 80% de los sujetos adictos poseían antecedentes de una disfunción familiar.

Finalmente, en el Ecuador estudios realizados por el INEC (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos) acerca del empleo de tecnologías de la información y comunicaciones (TICS) llevada a cabo en el año 2011, se pudo conocer que el número de personas que regularmente empleaban internet ascendió en el país a cerca de medio millón de personas. De igual manera de acuerdo a las recientes estadísticas realizadas en el año

2013 por el INEC; se pudo conocer que el Ecuador se encuentra en el puesto 37 de los países que más usan Facebook, la misma que llegó a alcanzar un número de 3,881540 usuarios. Por lo tanto, se podría inferir que el Ecuador también podría llegar a ser parte de un sistema futurístico que posea altos niveles de dependencia a las redes sociales y esto de manera especial en los adolescentes.

1.1.1.1 Diagnóstico

Según un estudio realizado por la Fundación Pfizer (2009), se pudo llegar a conocer que el 98% de la población joven de España de 11 a 20 es usuario de internet, de este porcentaje, alrededor de 7 de cada 10 afirmaban acceder a la red social por un tiempo estimado de al menos 1.5 horas; mientras que una minoría relacionada con el 3% o el 6% llevan a cabo un abuso de las redes sociales. Es por lo tanto, una realidad inminente que el alto grado de uso de las nuevas tecnologías en los jóvenes y adolescentes es alarmante.

Por otro lado, estudios realizados por Herrera (2010) han dado a conocer que las redes sociales se han constituido en un refugio para aquellas personas que por alguna razón de su personalidad, tienen diferencias en las interacciones sociales y en sus características son ansiosos e inseguros, ocupan un gran tiempo en su uso y va creciendo su adicción llegando a formar un aislamiento de los sujetos que los rodean.

Finalmente Herrera (2010) manifiesta que no existe una definición concreta de lo que se podría considerar como adicción, sino que tan solo existen algunos síntomas característicos que darían lugar a la determinación de una posible dependencia o adicción.

1.1.1.2 Pronóstico

Esta adicción a Facebook por partes de los adolescentes podría ocasionar varias consecuencias como: alejar a las personas de la vida cotidiana, ocasionarían un impacto negativo en las habilidades cognitivas representando graves riesgos con la información privada de los sujetos: como el engaño, el acoso sexual, la pedofilia, la obscenidad.

1.1.1.3 Control de pronóstico

Para cumplir con el pronóstico estimado, es conveniente que la institución educativa cuente con el personal idóneo para impartir las charlas de intervención psicoterapéutica sobre el uso inadecuado de los adolescentes en Facebook.

1.1.2 Formulación del Problema

- ¿Cuál es la incidencia de la adicción a la red social Facebook en los adolescentes del quinto curso, del Colegio Internacional Rudolf Steiner, de la ciudad de Quito?

1.1.3 Sistematización del Problema

- ¿Qué es la adicción a Facebook?
- ¿Cuáles son los factores que inciden para que los adolescentes manifiesten adicción a Facebook?
- ¿Qué tipo de intervención se puede llevar a cabo en el Colegio Internacional Rudolf Steiner para disminuir los niveles de adicción a la red social Facebook?

1.1.4 Objetivo General

- Determinar la incidencia de la adicción a la red social Facebook en los adolescentes de quinto curso del colegio Internacional Rudolf Steiner, de la ciudad de Quito.

1.1.5 Objetivos Específicos

- Identificar en qué consiste la adicción a la red social Facebook
- Determinar cuáles son los factores que inciden para que los adolescentes manifiesten adicción a Facebook
- Proponer una alternativa de solución que permita superar la adicción a la red social Facebook.

1.1.6 Justificación

El desarrollo del presente proyecto investigativo es importante, ya que hoy en día los adolescentes han dejado de mostrar interés en sus tareas escolares, familiares, deportivas y culturales por dedicar tiempo inútil a la red social Facebook; por lo tanto, se podría manifestar que la presente investigación es de impacto, ya que permitirá conocer más a fondo la realidad en la que se desarrollan los adolescentes, de quinto curso, que asisten al Colegio Internacional Rudolf Steiner.

De igual manera autores como Aspani (2012), manifiestan que realizar investigaciones relacionadas con el presente tema, es de gran importancia, ya que de esta manera se podrá difundir la realidad negativa que involucra una constante interacción social de tipo virtual, ya que según el mismo autor, al menos el 45% de la población Mexicana adolescente manifiesta algún síntoma de adicción a la red social.

De igual manera esta investigación es novedosa porque este tipo de adicción se considera una de las enfermedades modernas en la actualidad, tomando en cuenta que esta red social apareció hace pocos años, sin embargo el factor principal por el cual están muy dependientes de Facebook, es por el exceso de consentimientos por parte de los padres, al dejar que sus hijos utilicen mucho tiempo sus ordenadores.

Los favorecidos serán los adolescentes de quinto curso, del Colegio Internacional Rudolf Steiner, de la ciudad de Quito, quienes están conscientes sobre el tiempo innecesario que dedican a esta red social, pretendiendo que encuentren algo productivo en este caso; en lugar de leer los comentarios y publicaciones, analicen un poco acerca de lo que pueden estar expuestos, buscando realizar actividades extracurriculares que son impartidas en la propia institución como: practicar deporte, baile, música, entre otros, donde no intervenga un ordenador.

1.2.Marco Teórico

1.2.1. Estado actual de conocimiento sobre el tema

Una de las redes sociales más conocidas es Facebook. La investigadora Shou (2014) quien dirigió el proyecto “The Facebook Addiction” menciona en que se pudo constatar que los adolescentes y jóvenes no solo norteamericanos, sino de todas las nacionalidades tienen mayores posibilidades de adicción a esta red social en comparación con los adultos. Además, la misma investigación sugiere que las mujeres son más vulnerables a esta dependencia, a la vez que las personas organizadas y ambiciosas presentan menos riesgo.

Según Crespo (2013) estudios realizados por científicos del Instituto de Tecnología de Massachusetts (MIT) y la Universidad de Milán llevados a cabo en el año 2011 reveló

que Twitter y la red social Facebook poseen niveles más elevados para predisponer a los sujetos a desarrollar ciertos niveles de dependencia , incluso más que el tabaco y el alcohol.

1.2.2. Adopción de un Perspectiva Teórica

La adolescencia representa un período de transición destacado por la aparición de nuevas expectativas sociales cambiantes y capacidades cognitivas por esto se trata de explicar los cambios bio-psico-sociales que suceden en esta etapa de la vida (Frydenberg, 1997).El entorno del desarrollo de él o la adolescente es de importancia. Analizando el significado y las funciones de las dinámicas familiares que existen en la sociedad, centrándose en la comunicación y funcionamiento Paterno filial.

El concepto de adolescencia corresponde a la construcción social, histórica cultural que sucede a través de las diferentes épocas, procesos históricos y sociales. A modo de síntesis los aspectos más significativos que marcan la fase de la adolescencia serán: “Sociológicamente buscan la aceptación del papel de adulto, psicológicamente: lograr una identidad consistente, biológicamente: alcanzar una madurez fisiológica, legalmente: obtener una cierta edad especificado por la ley, económicamente: conseguir una cierta independencia, manteniendo una armonía entre producción y consumo”. (Riegel, 2012)

Es decir la relación entre esta teoría y la investigación es primordial, porque las personas necesitan sentirse aceptados por un grupo. Se basan en la teoría de necesidades de Abraham Maslow (1943), mencionaba que un individuo después de saciar sus necesidades fisiológicas, busca complacer sus necesidades sociales estas tienen que ver con la compañía del ser humano en su factor afectivo y participación social de tal manera que la red social Facebook ayuda a satisfacer dicha necesidad al permitir comunicarse con otras personas, establecer amistades nuevas la de recibir y manifestar afecto, sobretodo de

pertenecer a un grupo y finalmente sentirse aceptado extralimitando su uso y convirtiéndose en una adicción.

Por otro lado, para Erikson (Nombrado por Rice, 1997) el desarrollo de yo del adolescente se caracteriza por la adquisición de una identidad según la cultura y la incidencia que cada etapa va generando en el sujeto, por lo tanto, si los conflictos de cada etapa se resuelven de manera satisfactoria, la etapa siguiente podrá desarrollarse de forma saludable y podrán ser integradas las experiencias anteriores hacia un nuevo plan de vida coherente.

De igual manera, para Fromm (Nombrado por Coleman, 2003) lo más importante de cada etapa adolescente es la búsqueda de la identidad y del sí mismo, que es lo que posteriormente establecerá las bases necesarias para el amor maduro.

1.2.3 Macro Conceptual

1.2.3.1. Antecedentes

Facebook es una red social cibernética creada por Mark Zuckerberg, estudiante de Harvard, en febrero del 2004. En sus inicios dicha red social fue empleada dentro del campus estudiantil como un medio de comunicación e interacción entre los estudiantes, sin embargo, dos años después dicha red social fue difundida a mayor escala convirtiéndose en la actualidad en la red social más visitada a nivel mundial debido a la amplia gama de opciones que presenta para favorecer a la interacción social.

Aspiani(2012) manifiesta que Facebook, fue creado con la finalidad de crear grupos que compartiesen intereses comunes, estrechar las distancias a través de contactar usuarios, entablar conversaciones, buscar nuevas amistades, al igual que contribuiría a impulsar trabajos, la promoción de ventas e inclusive como un medio de comunicación informática

acerca de las principales noticias y acontecimientos a nivel mundial. Por lo tanto según la autora, Facebook favorecería a la participación y el trabajo colaborativo entre personas, permitiendo la participación en un proyecto en línea desde cualquier lugar del mundo.

Sin embargo, a pesar de que ésta red fue creada con fines informáticos e interactivos. Ha sido asumida por gran parte de la población como un medio para difundir información errónea que no solo ha afectado emocionalmente a quien ha sido víctima, hasta información que ha causado grandes polémicas tanto a nivel nacional como internacional. Sin contar con las distintas adicciones que los sujetos podrían llegar a generar debido a su continuo empleo.

Por otro lado, estudios realizados por Crespo (2009) dan a conocer que los principales conflictos generados por la red social se encuentran estrechamente relacionados con la publicación de la vida íntima de los usuarios, exponiéndolas a posibles atracos delictivos debido a la información publicada a cerca de sus actividades cotidianas. Finalmente, en la actualidad no es nuevo saber que gran parte de sujetos han descuidado aspectos de su vida debido a la sobre dedicación de su tiempo a Facebook.

1.2.3.2. Adicción a la red social Facebook

Según Echeburúa (2012) el internet se ha constituido en una tecnología que ha impactado notablemente a la población joven proporcionando varios beneficios dirigidos a la investigación y continuos aprendizajes; sin embargo en la actualidad se ha podido observar un alto índice de sujetos que presentan ciertos niveles de obsesión ligados a las nuevas tecnologías, y entre ellas se encuentra la red social “Facebook”.

Investigaciones realizadas por Echeburúa (2012) han dado a conocer que el uso y abuso de la red social Facebook se encuentra relacionado con variables psicosociales tales como la vulnerabilidad psicológica, factores estresantes y la disfuncionalidad familiar. Por

otro lado, el término “Adicción” ha sido empleado en el presente estudio como una explicación para comprender la pérdida de control y el uso dañino e inadecuado de esta red social; por lo tanto, cualquier tipo de inclinación desmedida hacia alguna actividad poco productiva puede desembocar en una adicción sea que exista o no una sustancia química de por medio.

Todas las conductas adictivas están relacionadas con reforzadores positivos, es decir, otorgan un efecto placebo ante el placer de participar activamente en dicha red social, pero terminan por ser controladas por reforzadores negativos (alivio de tensión emocional). Por lo tanto, según Corral (1994) una persona que no posee ningún nivel de dependencia a dicha red social empleará los medios tecnológicos sin que estos causen algún tipo de efecto placebo, mientras que una persona que posee niveles significativos de dependencia asumirá al empleo de la tecnología como un medio para contrarrestar sus necesidades adictivas.

Es importante conocer que la adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano; debido a que esta patología estrecha su campo de conciencia y restringe en sobre manera la amplitud de cada uno de sus intereses. Según Corral (1994) dicha adicción posee sus inicios en conductas que en primera instancia parecen no causar daño, sin embargo si dichas conductas persisten a largo plazo, podrá convertir al sujeto en un adicto e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas afectadas, tanto a nivel familiar, educativo, social e inclusive de salud.

De igual manera según Estallo (2010) la adicción a las redes sociales; y en este caso a la red Social Facebook, se establece cuando el sujeto deja de realizar actividades rutinarias, prestando más atención a su teléfono o computador y por lo tanto se inferirá que existe una clara interferencia negativa en la vida cotidiana del sujeto.

Como ocurre en las adicciones de sustancias psicoactivas, las personas que presentan niveles de dependencia, atraviesan por medio de períodos en los cuales experimentan un síndrome de abstinencia. Cuando no pueden satisfacer sus necesidades adictivas; dicho suceso se caracteriza por la presencia de un profundo malestar emocional

que incluye estado de ánimo disfórico, insomnio, irritabilidad e inquietud psicomotriz, cuyas consecuencias podrían ser desde fracaso escolar, trastornos de conducta, aislamiento social, problemas financieros, hasta la continua presión familiar. (Echeburúa, 2012)

1.2.3.3. Polémica sobre la adicción al Facebook

Según estudios realizados por Greenfield (2009) dieron a conocer que el 98% de la población joven de 11 a 20 años es usuario de internet, de dicho porcentaje 7 de cada 10 manifiesta acceder a la red social Facebook durante un tiempo estimado de una hora y media, mientras que 3 de cada 10 jóvenes exceden el límite de tiempo estimado en relación al grupo anterior. Por lo tanto, el abuso del empleo de redes sociales es en la actualidad un mal entre adolescentes y jóvenes.

El atractivo de interactuar en las redes sociales según los jóvenes, se relaciona con las recompensas inmediatas que reciben a través de la interactividad, las mismas que han sido empleadas tanto de manera positiva como negativa dentro de la comunidad adolescente.

Según Echeburúa (2012) el deseo por estar involucrado en dicha red social, nace de la necesidad de pertenecer a un grupo, para ser atraído y atraer a otras personas. Bajo este enfoque Facebook no pretendía construir una adicción, sino una nueva forma de vida; que manifestara la divagación de una nueva cultura, que tiene como eje central el uso de las ventajas tecnológicas. Por lo tanto el empleo de las redes sociales fueron creadas como el agente ideal que alejaría el fantasma de la exclusión a través del anonimato, haciendo que el usuario exprese sus emociones, posea gran cantidad de amigos, interactúe constantemente, e inclusive figure a través de una pantalla de computador. Facebook constituye una dependencia a un conjunto de necesidades, estar comunicado, desarrollar nuevos vínculos y poder trabajar en grupo.

Varios expertos en dependencias como Hantouche (1997) han establecido que la adicción es “Un ansia incontrolable y compulsiva de aparición recurrente y traducida en un acto, a pesar de las deletéreas ¹ consecuencias”. Lo cual da a conocer que probablemente uno de los mayores factores de peligro de su uso sea la pérdida de tiempo para trabajar, asearse, dormir, convivir, con la familia y atender situaciones importantes, es decir con su uso no existiría mortalidad o situaciones graves.

De igual manera existe la posibilidad de que los usuarios creen una página de Facebook ficticia que potenciaría el engaño, auto engaño y fantasía. Facilitando de esta manera la confusión entre lo íntimo, lo privado y lo público. Fomentando conductas histriónicas y narcisistas, dando lugar a una serie de conductas que estarían compuestos por comportamientos automáticos emocionalmente activados y con poco control cognitivo. Finalmente, Crespo manifiesta que (2009) la dependencia y la supeditación del estilo de vida al mantenimiento del hábito conforman el núcleo central de la adicción, por lo tanto, lo que caracteriza a la adicción a la red social Facebook, no es el tipo de conducta implicada, sino la forma de relación que el sujeto establece con ella.

1.2.3.4. Facebook, “vicio”

Estudios realizados por Corral (1994) dan a conocer que los adolescentes constituyen un grupo de riesgo debido a la necesidad de estos por experimentar nuevas sensaciones a través del empleo de internet. De igual manera, según Corral; en algunos casos los sujetos poseen ciertas características de personalidad que los harían más vulnerables a padecer dicha adicción. Sin embargo en ocasiones la adicción subyace a un problema de personalidad ligado a la timidez excesiva, baja autoestima o rechazo de la imagen corporal o un estilo de afrontamiento inadecuado ante las dificultades cotidianas y a su vez, si el paciente presenta problemas psiquiátricos relevantes se elevará el riesgo de contraer dicha

¹Procede de un vocablo griego que se traduce como destructor, venenoso o mortífero.

adicción. A continuación Echeburúa (2012) da a conocer los indicadores que inciden en la adicción a la red social Facebook.

- La primera acción que realiza el sujeto después de encender su computadora es entrar a Facebook.
- El individuo se introduce a esta red al menos tres veces al día y pasa varias horas interactuando.
- Las personas sienten la necesidad de elaborar información falsa de algunos contactos.
- El usuario pierde la noción de las horas cuando se encuentran en esta red, fenómeno que lleva a pensar que no tiene asuntos por resolver.
- Como efecto negativo del uso del Facebook, el individuo duerme menos tiempo, es ineficiente con sus obligaciones, o ha modificado sus costumbres alimentarias, de comunicación familiar y aseo personal.

Por lo tanto, según Echeburúa (2012) el conectar el computador nada más al llegar a casa y entrar a Facebook es uno de los indicadores que manifestarían ciertos niveles de adicción, repercutiendo de esta manera a la vida cotidiana del paciente. Por lo tanto, los padres y educadores deben contribuir con los adolescentes a desarrollar habilidades de comunicación que inviten al sujeto interactuar personalmente.

1.2.3.5. Explicación científica de la Adicción a Facebook

Según la Real Academia Española (2014), la palabra “adicción” se relaciona con el hábito de dejarse dominar por el uso de alguna o algunas drogas tóxicas o por la afición desmedida a ciertos juegos. Es decir, la adicción sería parte de una enfermedad primaria que estaría estrechamente relacionado con factores genéticos, psicosociales, ambientales, patológicos, entre otros; y se encuentra continuamente alimentada por los deseos que

consumen a los pensamientos y que provocan los comportamientos de las personas. Según Mañé (2012) la adicción es un síndrome constituido por un conjunto de signos y síntomas característicos, sin embargo dicha adicción también estará ligada a los predisponentes de personalidad desarrollados por el sujeto. A continuación se dará a conocer el conjunto de signos y síntomas característicos de una adicción.

Síndrome de adicción	
Objeto de deseo	Se encuentra compuesta por la sustancia, cosa, actividad o relación que conduce a la adicción
Dependencia	Dependencia física o cognitiva en relación con el objeto de deseo.
Consecuencias negativas	Alteraciones emocionales. Ante el deseo por obtener algo y no conseguirlo causa: inseguridad, insatisfacción, ansiedad, entre otros sentimientos.
Pérdida de control del uso	Falta de control sobre los pensamientos, ideas, sentimientos o comportamientos.
Daño o deterioro progresivo de la Calidad de Vida	Dejar de lado actividades que realizaba habitualmente, debido a su necesidad por mantenerse junto al objeto deseado.
Uso a pesar del daño	Persiste en gozar del placer de poseer el objeto deseado a pesar del daño que éste puede llegar a generar.
Negación o auto engaño	Empleado con la finalidad de reducir los niveles de ansiedad y pretender no tener un problema.
La memoria eufórica	Memoria selectiva que evoca el recuerdo del placer causado por el objeto deseado.
El pensamiento adictivo	Conjunto de distorsiones del pensamiento propias de la adicción, que tienden a facilitar el proceso adictivo y despegan al adicto de la realidad de su enfermedad
Obsesión o preocupación	Obsesión con el objeto de deseo que provoca la adicción.
Distorsiones del pensamiento	Generados por creencias adictivas con la finalidad de justificar sus actos.

Tabla 1 Síndrome de adicción

Fuente: Mañé, 2012, Adicción a las redes sociales

Elaborado por Natalia Villavicencio

Cada uno de los síntomas expuestos en el cuadro, puede presentarse juntos o de manera paulatina, según avance el proceso adictivo. Al igual que se pueden presentarse con distinta intensidad en un momento dado y pueden variar con el pasar del tiempo.

Por otro lado, Corral (1994) da a conocer que la adicción es un tipo de enfermedad compleja de naturaleza biopsicosocial. Es decir, las causas por las cuales surge la adicción se deben a múltiples interacciones; en la cual su etiología no lineal, multifactorial y sistémica hace difícil comprenderla con una visión lineal y simplista de una causa – efecto. Por lo tanto, es necesario que los profesionales individualicen el proceso de tratamiento debido a que cada sujeto posee una realidad distinta con la finalidad de observar todos los matices del problema.

1.2.3.6. Adolescentes: Definición

Según Villar (1975), la palabra adolescencia proviene del latín *adolecere*, cuyo significado es crecer, ya que a su vez *ad* significa “hacia” y *olescere* que significa completarse (pág, 60). Por lo tanto, la adolescencia es lo que se dirige hacia la perfección del desarrollo. Es decir, crecer de un estado incompleto, carente y dependiente, a uno completo e independiente que sería la adultez.

Según Horrocks(2004) manifiesta que:

“Es un período de comienzo y duración variables. Cuando se considera los aspectos biológicos de la adolescencia, una persona es adolescente cuando inicia la pubertad aproximadamente entre los 13 a 18 años. Existen diversos factores que influyen en su aparición, por lo que su comienzo varía de una persona a otra. La adolescencia finaliza cuando el individuo alcanza la madurez emocional y social, para asumir el papel del adulto, según se defina este en su cultura. “

Ambos autores expresan que la adolescencia es la transformación de la niñez a la adultez, tratándose de un cambio de mente y cuerpo. Pero no solo acontece en el propio adolescente, sino que también se conjuga con su contexto. Cabe resaltar que la adolescencia no es incidente con la pubertad, sino que empieza en una edad determinada a causa de los cambios hormonales.

1.2.3.7. Desarrollo psicosocial en la adolescencia

Según Erikson (1968) en esta etapa de la adolescencia, que empieza en la pubertad y finaliza alrededor de los 18 años. La tarea principal es lograr la identidad del Yo y evitar la confusión de roles, esta es la etapa que más interesó a Erikson. Dichos patrones son observados en los chicos de esta edad, conformaron las bases a partir de la cuales el investigador trabajaría las otras etapas.

La identidad yoica permite conocer cómo está conformado el sujeto internamente y exige que se tome todo lo que se ha aprendido acerca de la vida y de sí mismo, tratando de moldearlo en una autoimagen unificada que la comunidad lo estime como significativa.

1.2.3.8. Características de la adolescencia (15-18 años) según Piaget

Según Mañé (2012) los factores que caracterizan al adolescente se encuentran ligados principalmente a la falta de capacidad para controlar impulsos, la falta de capacitación para afrontar momentos de frustración, no poseer una personalidad formada, la curiosidad por las nuevas sensaciones y por último las influencias del entorno.

Por otro lado, según Piaget (1958), el adolescente se encuentra formado por una serie de características nombradas a continuación.

Características de la adolescencia (15-18 años) según Piaget 1958	
Desarrollo Físico	Existe una diferencia notoria entre el desarrollo físico del hombre y la mujer en términos de velocidad, se da un mayor interés por la sexualidad (pensamiento y sentimientos).
Desarrollo Cognoscitivo	Continúa el desarrollo de la etapa de las operaciones formales, se da el pensamiento abstracto, aún existen inconsistencias en el pensamiento y la conducta.
Auto-desarrollo	Se da la independencia, se busca y se afina la identidad, existen cuestionamientos en global. Se da la exploración y la experimentación en general, se elabora la auto-confianza.
Desarrollo Social	Continúa la socialización y la importancia por las relaciones interpersonales, se da mayor importancia a los amigos más cercanos, hay una mayor sensibilidad social, se busca la autonomía de la familia.
Desarrollo emocional	Existe mayor estabilidad emocional, todo depende del pensamiento formal (operacional), existe mayor madurez emocional.

Tabla 2 Características de la adolescencia (15-18 años) según Piaget 1958

Fuente: Piaget, citado por Coleman 2009

Elaborado por Natalia Villavicencio

Por lo tanto, cada una de las características nombradas anteriormente por Piaget, constituirían cada una de las fases del desarrollo del adolescente.

1.2.3.9. Teorías del Desarrollo Adolescente

Para Erikson, el análisis del período de la adolescencia se centra en el concepto de identidad y la define como: “Compuesta por la herencia genética junto con un modo particular de organizar la experiencia que, a su vez está estructurado por un contexto cultural dado” Erickson (1968). En consecuencia, la identidad personal está determinada en parte por la configuración psicológica del individuo y por la cultura en la que el sujeto

se encuentra inmerso. Esta identidad que es a la vez consciente e inconsciente confiere un sentido de continuidad y se enraíza en un pasado que contribuye a configurar el futuro.

De tal manera que Erikson asegura que el adolescente atravesará por cuatro etapas necesarias que se darán a conocer a continuación.

- Confianza frente a la desconfianza
- Autonomía frente a vergüenza y duda
- Iniciativa frente a culpabilidad
- Laboriosidad frente a inferioridad

Finalmente, la adicción a Facebook no es solo una adhesión excesiva a la tecnología o al software que Zuckerberg inventó, sino representa la misma necesidad que corre por las venas de todos los humanos: el hambre por lo social. Pero ¿sería justo hablar de adicción a lo social? ¿No es acaso una necesidad propia de los individuos establecer relaciones armónicas con los otros durante una buena parte del día? Puesto que esta nueva tecnología es relativamente nueva, aún no se puede conocer a ciencia cierta cómo ésta va a afectar a las nuevas generaciones, ya que los peligros vinculados al mal uso de la red social Facebook son varios, debido a la fomentación de la violencia, racismo, enfermedades alimenticias, entre otras.

1.2.4 Hipótesis

¿De qué manera incide la adicción a la red social Facebook en los adolescentes de quinto curso del Colegio Internacional Rudolf Steiner de la ciudad de Quito?

1.2.5. Identificación y Caracterización de variables

- **Variable Independiente:** Adicción al Facebook (Cuantitativa- Cualitativa)
- **Variable Dependiente:** Adolescentes (Cualitativa)

CAPITULO II

MÉTODO

2.1 Nivel de Estudio

La presente investigación se basará en la ejecución del paradigma cualitativo y cuantitativo se hará uso de los dos enfoques, pues el proyecto que se desea desarrollar será elaborado, primero, desde el punto de vista teórico-conceptual, pero también se utilizarán elementos de la modalidad cuantitativa, ya que a la hora de implementar la utilización del propóleos, se realizarán estudios estadísticos para tabular los diferentes resultados obtenidos, que necesitarán de sus elementos más prácticos.

El paradigma cualitativo será empleado con la finalidad de descubrir y refinar preguntas de investigación, mismo que posee un enfoque más holístico; tomando en cuenta las características generales del hecho en cuestión. Mendoza (2003) menciona que la investigación cualitativa abarca enfoques que por definición, no se basan en medidas numéricas y se sirve de entrevistas en profundidad o de análisis de materiales históricos.

Por otro lado el enfoque cuantitativo será empleado con la necesidad de llevar a cabo la recolección de datos para probar hipótesis y responder a preguntas de la investigación, la cual está basada en la medición numérica entrando en el campo de la estadística.

2.2 Modalidad de Investigación

Las modalidades a emplearse en la presente investigación será primeramente la documental; la misma que se llevará a cabo a través del apoyo de fuentes de carácter

documental, sean estos libros, revistas especializadas, artículos, ensayos, cartas, oficios, circulares, periódicos, entre otros; con la finalidad de basar la presente investigación en documentos serios que respalden la realización de la misma.

De igual manera se procederá a incorporar la modalidad de Campo, la cual se basa en la aplicación de entrevistas, cuestionarios, encuestas y observaciones, con la finalidad de obtener información directamente proveniente de la realidad en la cual se está llevando a cabo la investigación, por consiguiente se realizará la investigación experimental a través de la comparación de las variables.

Por otro lado se empleará una investigación de tipo correlacional; con la finalidad de examinar la relación entre las variables o resultado de variables. De igual manera la investigación correlacional examina asociaciones pero no relaciones caudales, donde un cambio en un factor influye directamente sobre la variable.

Finalmente la metodología descriptiva y explicativa estará presentes durante todo el proceso, ya que se irá describiendo todos los procesos teóricos y experimentales empleados en el presente trabajo.

2.3. Método

El método a emplearse en la presente investigación será el método deductivo; el cual es un método científico que considera que la conclusión se halla implícita dentro de las premisas; y por lo tanto esto quiere decir que las conclusiones son una consecuencia necesaria de las premisas. Cuando las premisas a las cuales se hacen referencia resultan ser verdaderas y el razonamiento deductivo posee validez; las conclusiones a las que llegue el investigador deberán ser verdaderas.

2.4. Población y Muestra

La población considerada para el trabajo investigativo está comprendida por adolescentes de quinto curso, con una edad comprendida entre 16-17 años de colegio Rudolf Steiner de la ciudad de Quito

2.5 Selección de instrumentos de Investigación

Inventario de intereses hacia las redes sociales Universidad Privada Antenor Orrego (UPAO):

El presente inventario tiene como objetivo detectar el grado de adicción hacia las redes sociales en jóvenes de 15 a 27 años de edad. Su estructura está conformada por 55 reactivos divididos en 4 factores: falta de voluntad, necesidad de afirmación, influencia socio familiar y vulnerabilidad afectiva.

Según los autores Abanto, Bazán, Carreño, Flores, Gutiérrez (2012); su ámbito de aplicación está dirigida a jóvenes de 15 a 27 años, su estructura está conformada por 55 reactivos divididos en 4 factores: falta de voluntad, necesidad de afirmación, influencia socio familiar y vulnerabilidad afectiva. La presente es una prueba de lápiz y papel en la que se solicita al evaluado las respuestas en cuatro posibles alternativas asignándose a cada una la puntuación de siempre-4 puntos, casi siempre-3 puntos, casi nunca-2 puntos y nunca-1 punto a continuación se expone los indicadores según los factores de la prueba.

2.6. Validez y confiabilidad de los instrumentos

Según Abanto (2013) debido a que la adicción a las redes sociales se ha reportado en distintos contextos socioculturales, las prevalencias halladas oscilan entre 6% y 14% aunque aún en la actualidad no se han llevado a cabo escalas específicas que otorguen un diagnóstico estandarizado.

Por otro lado Bazán (2013) manifiesta que el presente instrumento ha sido objeto de muchos estudios desde el año de 1995, el mismo que ha considerado como factores trascendentales a la falta de voluntad, la necesidad de auto afirmación, influencia familiar y vulnerabilidad afectiva, dichos factores han sido realizados a partir de los diferentes síntomas que han presentado los pacientes durante el proceso de estudio; los cuales se relacionan con revisar su perfil de Facebook de una manera consecutiva; compartir propagar o promocionar información personal, laboral o social, actualizar sus estados de ánimo, fotos entre otros de una manera incontrolable.

Según da a conocer Carreño (2013) el estudio más reciente acerca del empleo del presente instrumento, se llevó a cabo con un grupo de 600 estudiantes en el año 2013; cuyas edades oscilaba entre los 17 y 27 años de edad; y en aquella ocasión se pudo conocer con total certeza que los resultados obtenidos se relacionaban estrechamente con los perfiles de aquellos que fueron sometidos a la prueba, dando resultados vehementes y totalmente confiables acerca de sus diagnósticos.

De igual manera, para llevar a cabo el proceso de validación; se empleó el método de construcción, el cual consiste en el análisis de cada uno de los ítems con respecto al total de la prueba. Según manifiesta Bazán (2013) el método del ítem – test, es uno de los más apropiados para este tipo de inventarios debido a que permite conocer si el reactivo contribuye a la identificación del factor que se mide considerando la totalidad de la prueba. De igual manera según Bazán (2013) se demostró la validez del inventario utilizando la fórmula de producto momento de Person.

Por otro lado, con la finalidad de conocer la confiabilidad del reactivo, se empleó el método de las mitades (par – impar), el mismo que según Bazán (2013) fue sometido al estadístico de Excel con la fórmula producto momento de Person y finalmente comprobado por la fórmula de Spearman Brown.

Por todo lo anteriormente dicho, se podría concluir que el presente instrumento psicométrico es un instrumento de total confiabilidad y validez, ya que emplea los métodos necesarios para otorgar un rasgo determinante a todo aquel que sea sometido a esta prueba.

2.7 Operacionalización de Variables

Conceptualización Técnicas e instrumentos	Categorías	Indicadores	Ítems	Técnicas e instrumentos
Adicción a Facebook Según Echeburúa (2012) la adicción a la red social Facebook consiste cuando el usuario se envuelve tanto en esta red que llega a ser negligente con las personas que lo rodean, descuidando el funcionamiento afectivo hacia sus familiares y deja de lado sus compromisos afectivos y laborales.	Información Intereses comunes	Personal Familiar Mensajes Social Deporte Entretenimiento Hacer nuevos Amigos Chat Música Videos Publicidad	Es más fácil conseguir amigos en la red que en persona. Creo que en Facebook encuentro amigos verdaderos. Cuando siento que mis padres no me escuchan ingreso al Facebook. Me he enamorado a través de Facebook de un desconocido/a. Siento necesidad de entrar al Facebook a cada instante Lo primero que hago al despertar es mirar si tengo alguna actualización nueva.	Inventario a las redes sociales psicología UPAO:

Tabla 3 Variable Independiente: Adición A Facebook
Elaborado por: Natalia Villavicencio

Conceptualización Técnicas e instrumentos	Categorías	Indicadores	Ítems	Técnicas e instrumentos
Adolescencia Según Coleman (2003) la adolescencia es la transformación de la niñez a la adultez se trata de un cambio de mente y cuerpo pero no solo acontece en el propio adolescente, sino que también se conjuga con su contexto. Cabe resaltar que la adolescencia no es el propio que la pubertad, que empiezan en una edad determinada a causa de los cambios hormonales.	Cambios Físicos Cambios Psicológicos Influencia del contexto	Estado de ánimo Carácter Temperamento Amigos Familiares Salud	El tiempo que dedico a estar en la red social cambia mi estado de ánimo de un momento a otro. Siento la necesidad de invertir más tiempo conectado para sentirse satisfecho. Mi manera de verme a mí mismo se ve influida según los comentarios Cuando salgo con mis amigos permanezco en constante comunicación con mis amigos en las redes sociales a través de un dispositivo. En algunas ocasiones me he negado a participar en una actividad familiar por permanecer conectado a una red. Descuido mis horarios de alimentación por estar conectado en la red.	Inventario a las redes sociales psicología UPAO:

Tabla 4 Variable Dependiente
Elaborado por: Natalia Villavicencio

2.8. Procesamiento de datos

Luego de llevar a cabo la recolección de datos, se procederá a revisar la información obtenida con la posibilidad de detectar algún error y descartar información que no tenga relación directa con el tema investigado sobre todo con la información obtenida de las encuestas.

A continuación se categorizará y ordenará la información con la finalidad de llevar a cabo el proceso de tabulación, para proceder a analizar los diferentes datos obtenidos sobre la encuesta aplicada, la misma que se realizará de forma manual y posteriormente de forma computarizada a través del programa estadístico Excel.

En dicho programa se procederá a incorporar la información obtenida durante la investigación de campo para posteriormente procede a desarrollarla de una manera totalmente descriptiva a través del método descriptivo de investigación, en la cual se detallara e interpretarán las tablas y datos estadísticos encontrados durante la investigación.

Finalmente una vez procesados los datos se conocerán y redactarán las conclusiones y recomendaciones del presente trabajo de investigación a través del método deductivo planteado en este estudio.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

3.1. Levantamiento de Datos

La siguiente investigación se llevó a cabo en el Colegio Internacional Rudolf Steiner con la finalidad de determinar el nivel de adicción que presentan los adolescentes de quinto curso, a la red social Facebook. Para lo cual se empleó el Inventario a las redes sociales psicología UPAO.

Como ya es conocido, la red social Facebook, es un sitio en internet muy popular a nivel mundial debido a la facilidad con la que se puede transmitir información e interactuar con cientos de personas a nivel mundial. En la actualidad se habla tanto de los beneficios como de los perjuicios que dicha red puede causar a los usuarios, en especial a los adolescentes y jóvenes que hacen uso diario de dicho sitio web.

Durante el proceso de levantamiento de datos para la realización de la presente investigación; se procedió a explicar a los estudiantes el motivo por el cual se llevaría cabo la presente investigación y la finalidad de la misma. Por lo que todos los adolescentes de quinto curso, de manera voluntaria y participativa accedieron a formar parte de este importante estudio. Una vez aplicados los test, se procedió a tabular cada una de las respuestas recibidas; permitiendo conocer de manera clara y precisa los niveles de dependencia que presentaban los adolescentes hacia la red social “Facebook”. A continuación se procederá a realizar el análisis y la presentación de los resultados obtenidos durante el proceso de investigación.

3.2. Presentación y Análisis de Resultados

Resultados Obtenidos del Inventario a las redes sociales psicología UPAO

Después de haber visto y analizado cada una de las respuestas del inventario realizado por los adolescentes que formaron parte de esta investigación, se han extraído numerosas conclusiones importantes que podría responder afirmativamente a los objetivos planteados en este estudio. Debido al carácter cuantitativo de estos datos, se procedió a agrupar a los participantes de acuerdo al puntaje final obtenido; el mismo que se divide en tres áreas respectivamente; bajo (de 0 a 39 puntos), medio (de 40 a 69 puntos) y alto (de 70 a 99 puntos).

Lo cual quiere decir que, los adolescentes que obtuvieron un puntaje de 0 a 39 puntos presentaron bajos niveles de adicción a la red social Facebook, mientras que aquellos cuyos resultados fueron de 40 a 69 presentaron una adicción Media; y finalmente aquellos cuya puntuación fue mayor a 70 puntos obtuvieron un nivel de adicción alto; lo cual daría lugar a una posible patología ligada a la dependencia hacia las redes sociales.

Resultados Obtenidos del Inventario a las redes sociales psicología UPAO								
Bajo			Medio			Alto		
Adolescentes	Percentil	Eneatipos	Estudiantes	Percentil	Eneatipos	Adolescentes	Percentil	Eneatipos
1	29	3	1	42	5	1	75	7
2	31	4	2	59	6	2	83	8
3	32	4	3	53	6	3	79	7
4	28	3	4	55	5	4	90	9
5	36	4	5	63	6	5	87	8
6	38	4	6	60	6	6	75	7
7	22	3	7	64	6	7	84	8
8	35	4	8	53	5	8	88	8
9	31	4	9	48	5	9	95	9
10	30	4	10	65	6	10	73	7
			11	47	5	11	79	7
			12	51	5	12	86	8
			13	68	6			
			14	68	6			
			15	59	5			
			16	47	5			
			17	53	5			
			18	61	6			
			19	48	5			
			20	64	6			
			21	60	6			
			22	57	5			
			23	42	5			
			24	47	5			
			25	65	6			
			26	59	5			
			27	45	5			
			28	67	6			
Total	31.2		Total	1570		Total	994	

Tabla 5 Resultados Obtenidos del Inventario a las redes sociales psicología UPAO

Elaborado por: Natalia Villavicencio

Cada una de las áreas de este reactivo contó con su respectivo eneatispo (sistema de clasificación de la personalidad) de acuerdo al puntaje bruto obtenido. Por lo tanto, dentro del grupo de estudiantes que obtuvieron un puntaje bajo una vez aplicado el reactivo (10 adolescentes); se pudo conocer que dichos estudiantes presentaron bajos o nulos índices de adicción; mientras que el grupo de estudiantes que obtuvo una calificación Media (28

adolescentes) presentaron un nivel de adicción que no supera la norma y por lo tanto, se encuentran dentro de los parámetros de lo permitido.

Finalmente, el grupo de estudiantes que obtuvieron un nivel alto (12 adolescentes) de adicción; se podría inferir que su interés por la red social Facebook es más elevada de lo normal; lo cual podría dar lugar a una posible adicción o patología en un futuro dado.

Frecuencia de género y edad

No existe un rango mayoritario con respecto al género entre hombres y mujeres en adicción al facebook debido a que la población no es significativa, ya que en ambos cursos existe una población de 23 varones y 27 mujeres.

Frecuencia de género y edad			
Estudiantes	Frecuencia		Total
Género	Varones 23	Mujeres 27	50
Edad	16 = 11	16 = 13	Quinto año de Bachillerato
	17 = 12	17 = 14	

Tabla 6 Frecuencia de género y edad
Elaborado por: Natalia Villavicencio

Con respecto a la edad, se puede decir que la población tampoco se encuentra dentro de un rango significativo de diferencia, ya que los grupos determinados para esta investigación oscilan entre los 16 y 17 años de acuerdo al año lectivo en el que se encuentren.

Perfil de resultados por Áreas

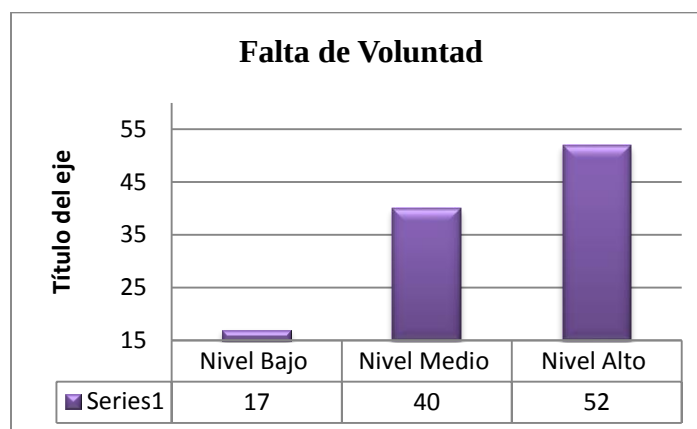
El reactivo aplicado a los adolescentes de quinto curso, del Colegio Rudolf Steiner mide un total de cuatro áreas: la falta de voluntad, la necesidad de afirmación, influencia familiar y vulnerabilidad afectiva. Con la finalidad de determinar las causas principales que podrían dar lugar a una posible adicción a partir de carencias tanto familiares como emocionales. Los percentiles oscilan entre los 10 y 90 puntos y se dividen en un total de 15 ítems por área.

Área de Voluntad

Según Benito (2000) la falta de voluntad es la incapacidad para tomar decisiones o para dirigir la atención. Manifestada por la apatía, desinterés e indiferencia ante la falta de motivación para llevar a cabo una actividad. Por lo tanto, el área de “falta de voluntad” dentro de este reactivo, pretende conocer el nivel de fortaleza que posee la persona para controlar o no su deseo por permanecer constantemente conectado a las diferentes redes sociales y la capacidad para dedicar o no más tiempo a otro tipo de tareas como obligaciones escolares, recreación, práctica de ejercicios, hobbies, entre otros.

Perfil de resultados Área: Falta de Voluntad Percentil Mínimo 15 – Percentil Máximo 60		
Nivel Bajo	Nivel Medio	Nivel Alto
17	40	52

Tabla 7 Perfil de Resultados – Área de Voluntad
Elaborado por: Natalia Villavicencio



Figuras 1Falta de voluntad
Elaborado por: Natalia Villavicencio

Análisis de Resultados

De un total de 15 ítems que miden la Falta de voluntad valorados en una puntuación de 1 a 4 puntos según corresponda. Se obtuvo una puntuación de 17 puntos, perteneciente al nivel bajo; 40 puntos, perteneciente al nivel medio y 52 puntos, perteneciente al nivel alto. Por lo tanto, se puede determinar que la mayor parte de los estudiantes sometidos a la prueba presentan niveles altos de falta de voluntad para controlar su deseo por permanecer conectados continuamente a las redes sociales, obviando las posibles consecuencias negativas que esta actividad puede provocar tanto a su salud física como mental.

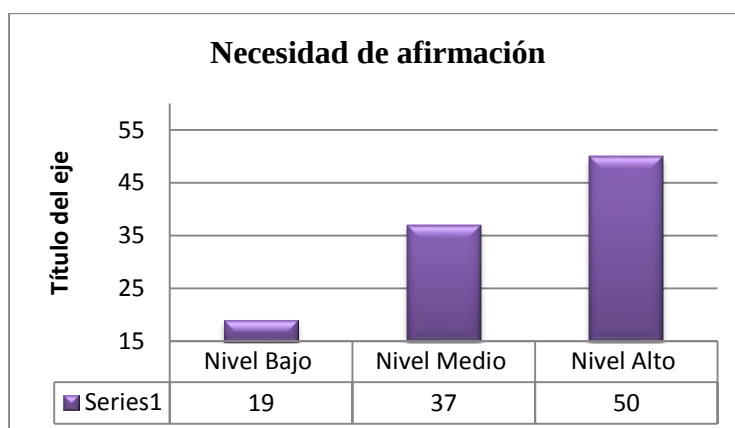
Área de necesidad de Afirmación

Según Martínez (2011), la necesidad de afirmación durante la adolescencia se refiere a la falta de seguridad y confianza en sí mismos. Debido a que no se sienten aceptados dentro de un grupo familiar o de amigos, creando en ellos niveles elevados de inseguridad y desvalorización, haciéndolos más propensos a recurrir a mediadores externos que los afirmen y acepten como lo es el caso de las redes sociales. En el caso del reactivo

aplicado. Este pretende conocer si los estudiantes presentan o no inseguridades, falta de confianza, necesidad de aprobación o de pertenencia a algún grupo social.

Perfil de resultados Área: Necesidad de Afirmación Percentil Mínimo 15 – Percentil Máximo 60		
Nivel Bajo	Nivel Medio	Nivel Alto
19	37	50

Tabla 8 Perfil de resultados – Área de Necesidad de Afirmación
Elaborado por: Natalia Villavicencio



Figuras 2 Necesidad de Afirmación
Elaborado por: Natalia Villavicencio

Análisis de Resultados

De un total de 15 ítems que miden la Necesidad de Afirmación valorados en una puntuación de 1 a 4 puntos según corresponda. Se obtuvo una puntuación de 19 puntos, perteneciente al nivel bajo; 37 puntos, perteneciente al nivel medio y 50 puntos, perteneciente al nivel alto. Por lo tanto, se puede determinar que la mayor parte de los estudiantes sometidos a la prueba presentan niveles altos de Necesidad de Afirmación; lo

cual los hace recurrir a las redes sociales para formar parte de un grupo, afirmar su identidad y sentirse aprobados.

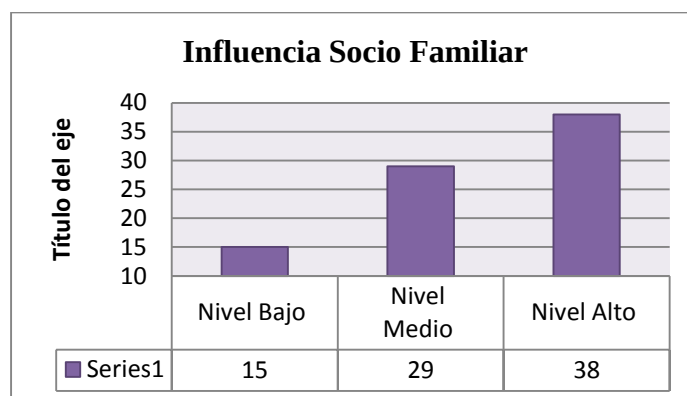
Área de Influencia Socio Familiar

Según Lahoz (2011) el ambiente familiar influye de manera decisiva en la personalidad de los miembros de la familia. Determinando los diferentes valores, afectos, actitudes y modos de ser que el niño va asimilando e introyectando desde su nacimiento. Por lo tanto, si el ambiente familiar es positivo y constructivo propiciará el desarrollo adecuado y eficaz de los miembros de la familia. Pero si el ambiente es negativo, se dará lugar a un sin número de carencias afectivas y relacionales que provocarán graves daños afectivos y psicológicos de quienes conforman el hogar, en especial de los niños y/o adolescentes.

Por otro lado, este reactivo en el presente apartado, pretende conocer los niveles de predisposición al uso de las redes sociales como mecanismo de evasión a sus conflictos familiares, falta de vínculos afectivos, sentimientos de incomprensión y rechazo familiar.

Perfil de resultados		
Área: Influencia Socio Familiar		
Percentil Mínimo 15 – Percentil Máximo 60		
Nivel Bajo	Nivel Medio	Nivel Alto
15	29	38

Tabla 9 Perfil de resultados – Influencia Socio Familiar
Elaborado por: Natalia Villavicencio



Figuras 3 Influencia Socio Familiar
Elaborado por: Natalia Villavicencio

Análisis de Resultados

De un total de 15 ítems que miden la Necesidad de Afirmación valorados en una puntuación de 1 a 4 puntos según corresponda. Se obtuvo una puntuación de 15 puntos, perteneciente al nivel bajo; 29 puntos, perteneciente al nivel medio y 38 puntos, perteneciente al nivel alto. Por lo tanto, se puede determinar que la mayor parte de los estudiantes sometidos a la prueba presentan cierta predisposición al uso de las redes sociales como mecanismo de evasión a sus conflictos familiares debido a la falta de vínculos afectivos, sentimientos de incomprensión y rechazo familiar. Haciéndolos más propensos a la dependencia de un círculo de amigos virtual en el cual se sienten identificados y aceptados.

Área de Vulnerabilidad Afectiva

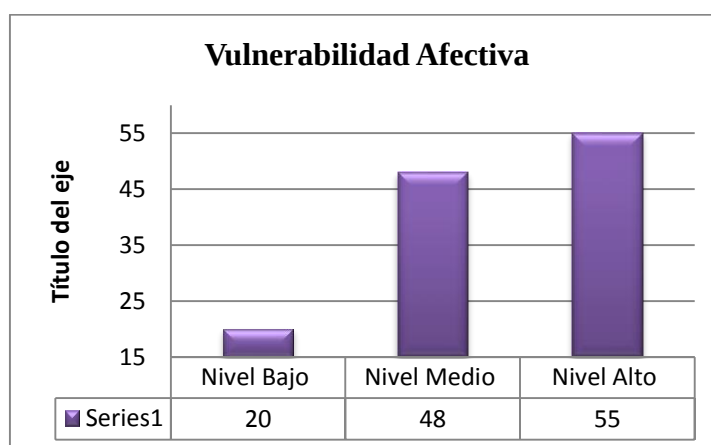
Según Pérez (2010) la vulnerabilidad afectiva en los adolescentes, se relaciona con la carencia afectiva familiar. Desencadenada por un sin número de vacíos emocionales provocados por la incomprensión, por la exposición a ciertos niveles de agresividad, falta de atención, entre otros. Dado lugar a que los niños o adolescentes que hayan crecido

dentro de este patrón familiar desarrollen ciertos niveles de vulnerabilidad afectiva, exponiéndose potencialmente a la necesidad de formar vínculos emocionales que brinden la suficientes seguridad y aceptación que no pueden encontrar dentro de sus hogares.

Por otro lado, el test en esta área pretende conocer el nivel de predisposición que tienen las personas hacia el uso de las redes sociales como parte de un desajuste afectivo – emocional.

Perfil de resultados Área: Vulnerabilidad Afectiva Percentil Mínimo 15 – Percentil Máximo 60		
Nivel Bajo	Nivel Medio	Nivel Alto
20	48	55

Tabla 10 Perfil de resultados de Vulnerabilidad Afectiva
Elaborado por: Natalia Villavicencio



Figuras 4 Vulnerabilidad Afectiva
Elaborado por: Natalia Villavicencio

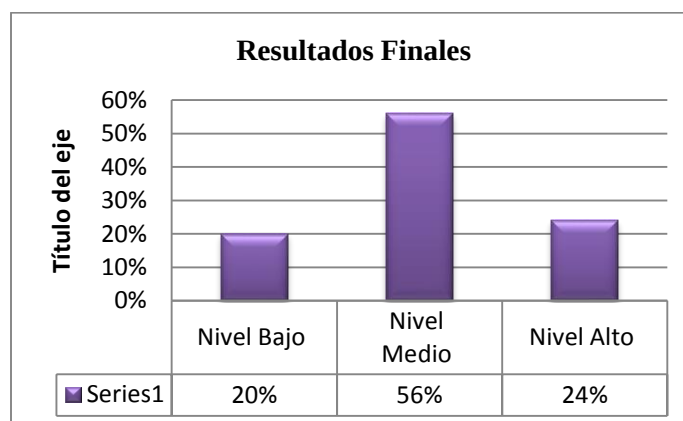
Análisis de Resultados

De un total de 15 ítems que miden la Vulnerabilidad Afectiva valorados en una puntuación de 1 a 4 puntos según corresponda. Se obtuvo una puntuación de 20 puntos, perteneciente al nivel bajo; 48 puntos, perteneciente al nivel medio y 55 puntos, perteneciente al nivel alto. Por lo tanto, se puede determinar que la mayor parte de los estudiantes sometidos a la prueba presentan niveles elevados de desajuste afectivo – emocional; lo cual permite inferir que a través del uso constante de las redes sociales los adolescentes pueden cubrir sus conflictos y carencias emocionales y afectivas.

Resultados Finales

Resultados Finales					
Nivel Bajo		Nivel Medio		Nivel Alto	
Total	31.2 = 20%	Total	1570 = 56%	Total	994 = 24%

Tabla 11Resultados Finales
Elaborado por: Natalia Villavicencio



Figuras 5Resultados Finales
Elaborado por: Natalia Villavicencio

Una vez analizadas cada una de las áreas pertenecientes a este protocolo, se puede determinar que: 312 puntos pertenecientes al nivel bajo representan al 20% de la población, mientras un total de 1570 puntos pertenecientes al nivel medio, representan al 56% de la población y finalmente el total de 994 puntos pertenecen al 24% de la población encuestada.

Por lo tanto, se puede inferir que el 56% de la población, perteneciente al nivel medio, presentan mayores niveles de predisposición a padecer algún tipo de adicción a Facebook si su comportamiento sigue persistiendo con el tiempo. Mientras que el 24% de la población correspondiente al nivel alto; ya presenta dependencia a las redes sociales, según el reactivo aplicado. Debido a las diferentes carencias tanto afectivas como emocionales que se desarrollan dentro del ambiente familiar, por la vulnerabilidad afectiva y la necesidad de afirmación que requieren los adolescentes durante su proceso de crecimiento.

Es por ello que se podría inferir que los factores que inciden a la adicción de la red social Facebook, se encuentran estrechamente relacionados con la falta de voluntad, la necesidad de afirmación, la vulnerabilidad afectiva y la influencia socio familiar; por lo tanto, aquellos adolescentes que obtuvieron un nivel medio se podría inferir que poseen niveles predisponentes relacionados con los factores determinados en el reactivo, mientras que aquellos que obtuvieron niveles altos podrían presentar factores de riesgo estrechamente relacionados con los cuatro indicadores establecidos en el presente estudio.

3.3. Aplicación Práctica

Durante la ejecución de la investigación se presentó una gran diversidad de variables que influyen directamente en el resultado final, las cuales se relacionaron con la estructura y el ambiente familiar, las carencias afectivas y/o emocionales, la vulnerabilidad ante la sociedad y la necesidad de pertenencia. Por lo tanto; al tener en cuenta los resultados

obtenidos, será necesario tomar las medidas necesarias que contribuyan a la disminución de los porcentajes de dependencia a la red social Facebook. En el anexo 1 se menciona el abordaje psicoterapéutico dirigido a los adolescentes.

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN

Como ya se había manifestado anteriormente; el uso de las nuevas tecnologías, entre ellas internet, ha sido un medio que ha impactado especialmente a las personas jóvenes pero no de la manera esperada, es decir, ha impactado a la juventud de tal manera que algunos de ellos han presentado altos índices de dependencia.

Según manifiesta Echeburúa (2012) el uso y abuso de internet generalmente se encuentra relacionado con variables psicosociales como vulnerabilidad psicológica, factores estresantes y el bajo o nulo apoyo familiar y social; sin embargo, existen algunos factores determinantes de riesgo para el abuso de las redes sociales entre los jóvenes y por lo tanto algunas de las señales de alarma se dirigen antes de que una afición se convierta en una adicción.

Una vez identificada la adicción en el adolescente, en caso de existir, será necesario que el objetivo del tratamiento a diferencia de otras adicciones deba ser el uso controlado; por otro lado el tratamiento psicológico de elección apropiado es el control de estímulos y la exposición gradual a internet, seguido de un programa idóneo de prevención de recaídas al uso excesivo de internet.

Todo lo anteriormente dicho ha permitido conocer que el empleo excesivo de las redes sociales provoca en los adolescentes ciertos niveles de dependencia, la misma que varía entre baja, media y alta; y por lo tanto con la elaboración del presente estudio se pudo corroborar una vez más que la exposición prolongada de los adolescentes a internet y de manera específica a la red social Facebook, puede provocar en los mismos niveles elevados de dependencia e inclusive adicción.

4.1. Conclusiones

Basados en los resultados obtenidos en el trabajo de investigación realizado a los adolescentes de quinto curso, del Colegio Rudolf Steiner se concluye lo siguiente.

- Una vez concluido con el estudio, se pudo llegar a determinar que la adicción a la red social Facebook consiste en los niveles de dependencia que generan los adolescentes ante la necesidad de compartir perfiles, fotos, estados, entre otros, acerca de sus actividades y vida cotidiana, revelándose a tal punto de no dejar ningún espacio para la intimidad personal, lo cual llegaría a generar que cada vez sea mayor la necesidad por compartir con otros sujetos a nivel virtual, dejando de lado la comunicación cara a cara inclusive con sus familiares y amigos más cercanos, centrándose únicamente en las posibilidades de conocer y relacionarse estrechamente con alguien que no conocen.
- En cuanto a los factores que inciden en la adquisición de una adicción a la red social Facebook se encuentran en los niveles de dependencia que generan los adolescentes a causa de predisponentes relacionados con la falta de voluntad, necesidad de afirmación, influencia socio familiar y finalmente la vulnerabilidad afectiva, dando lugar a una serie de factores que provocarían en los adolescentes niveles elevados de dependencia e inclusive adicción a dicha red social.

De igual manera, a través de este estudio se pudo llegar a la conclusión de que los niveles de riesgo de uso de la red social Facebook fueron tres; nivel bajo, medio y alto; por lo que el 20% de la población obtuvo un nivel bajo de dependencia, mientras que el 56% obtuvo un nivel medio de dependencia y el 24% un nivel alto de dependencia. Lo cual da a conocer que la mayor parte de la población encuestada presenta altas probabilidades de desarrollar mayores niveles de dependencia (56%). Mientras que el resto de la población; ya presenta una relación estrecha hacia la red social Facebook

(26%); lo cual podría ser riesgoso tanto a nivel afectivo como emocional debido a la vinculación estrecha que se mantiene con la red.

- Finalmente se concluye manifestando que es necesario llevar a cabo un proceso terapéutico que guíe a los adolescentes hacia una mejor canalización de sus emociones y afectos, disminuyendo sus niveles de dependencia, su falta de confianza, la desvalorización de sus cualidades, la necesidad de pertenencia y aprobación de la sociedad, entre otros.

.

4.2. Recomendaciones

- Se recomienda que se implante en la institución campañas o reuniones informativas acerca de los riesgos que la dependencia a una red social pueden llegar a causar en los estudiantes de la institución; ya que la mayor parte de los adolescentes presentan conductas pre disponentes hacia el uso constante de dicha red social,
- En relación a los resultados expuestos acerca de los factores que inciden en la dependencia a las redes sociales se recomienda que el departamento de psicología diagnostique a tiempo en el resto de la institución educativa si existen o niveles considerables de dependencia a esta red social; con la finalidad de determinar a tiempo algún tipo de anomalía que pudiera estar generando conductas de adicción.
- Finalmente se recomienda que se lleve a cabo un proceso terapéutico de 5 sesiones que contribuya a la disminución del porcentaje de estudiantes que emplean la red social Facebook diariamente con la finalidad de reducir la falta de autoestima, confianza, la desvalorización de sus cualidades, la necesidad de pertenencia y aprobación de la sociedad, entre otros y fortalecer su auto concepto, autonomía y necesidad de trascendencia.

Materiales de referencia

- Aspani. (27 de 08 de 2012). *Facebook y Vida Cotidiana* . Obtenido de Alternativas psicológicas : <http://alternativas.me/attachments/article/12/9.%20Facebook%20y%20vida%20cotidiana%20-%20Alternativas%20en%20Psicolog%C3%ADa%20-%202027.pdf>
- Balestrini. (2009). *Metodología de la Investigación*. Bogota: Universidad Javeriana.
- Begoña, O. (20 de septiembre de 2014). *¿Que es facebook mail?* Obtenido de [http://www.que.es facebook.com](http://www.que.es/facebook.com)
- Coleman. (2003). *Psicología de la adolescencia* . Ediciones Morata .
- Coleman, j. (2009). *Psicología de la Adolescencia*. Madrid: Morata.
- Corral. (1994). *Adicciones psicológicas, mas allá de la metáfora*. Clínica y Salud.
- Crespo. (2009). *Motivación, consumo y apreciaciones de Facebook por parte de los jóvenes universitarios*. Chile : Universidad Católica de .
- Crespo. (2013). *La tecnología y los jóvenes* .
- Echeburúa. (18 de 07 de 2012). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes* . Obtenido de Universidad del País Vasco : <http://www.adicciones.es/files/91-96%20editorial%20echeburua.pdf>
- Estallo. (2010). *Usos y abusos de internet* . País Vasco : Universidad del País Vasco .
- Franco, A. (2012). *La tecnología y los jóvenes*.
- Frydenberg. (1997). *Significado de la Adolescencia*.
- Gomez, M. (22 de septiembre de 2011). Estado de las adicciones como cuestiones. *Revista Electrónica PSU CONEX*.
- Greenfield. (2009). *Tratamiento psicológico de la Adicción a internet y a las nuevas tecnologías* . Madrid: Pirámide.
- Hantouche. (1997). *Vislumbrando los fenómenos psíquicos, complejidad y alcance de la red social más grande del mundo*. Guanajuato: Universidad de Guanajuato.

- Herrera. (2010). *La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales*. México : Redalyc .
- Horrocks. (2004). *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. Mexico: Editorial Pas Mexico.
- James. (s.f.). *Tu adicción a Facebook tiene una explicación científica*. Obtenido de <http://www.pcworld.com.mx/Articulos/22989.htm>
- Mañé. (2012). *Adicción a las redes sociales* . TIC.
- Merheb. (2014). *Psicología del Facebook*. Guanajuato: Universidad de Guanajuato.
- Methed. (2014). La adicción a Facebook relacionada con baja Autoestima, Depresión, y falta de habilidades sociales. *Red de revistas científicas de America latina, el Caribe, España y Portugal*, 19.
- Riegel. (2012). *Violencia, Victimización y Cyberbulling en adolescentes escolarizados. una perspectiva desde el trabajo social*. Sevilla.
- Sampieri. (2010). *Diseño de la Investigación*. Guanajuato: Universidad de Guanajuato.
- Schou, B. (2014). *Investigaciones sobre la dependencia a las redes sociales*. Bergen: Universidad de Bergen.
- Tamir, D. (2012). *Psicología del Facebook*. Guanajuato: Universidad de Guanajuato.
- Vasquez, A. (6 de Octubre de 2014). *Metodo deductivo y metodo inductivo*. Obtenido de <http://colbertgarcia.blogspot.com/2008/04/metodo-deductivo-y-metodo-inductivo.html>
- Villar, A. (1975). *Jóvenes, trabajo e Indentidad*. Asturias: Universidad de Oviedo.

ANEXO 1

MODELO DE ABORDAJE PSICOTERAPÉUTICO GRUPAL BREVE DIRIGIDO A ADOLESCENTES QUE PRESENTAN DEPENDENCIA A LA RED SOCIAL FACEBOOK



NATALIA VILLAVICENCIO

ÍNDICE

Introducción.....	53
Justificación.....	54
Sintomatología básica.....	55
El grupo como medio para el cambio con adolescentes	56
Objetivos del Modelo de abordaje psicoterapéutico Grupal.....	57
Criterios de Inclusión.....	57
Criterios de Exclusión.....	57
Reglas para las sesiones de grupo.....	58
Sugerencias para los miembros del grupo	58
Procedimiento.....	59
Sesión 1: ¿Quién soy yo?.....	60
Sesión 2: ¿Por qué necesito la aprobación del resto?	63
Sesión 3: ¿Por qué recorro a las redes sociales?.....	66
Sesión 4: ¿De qué depende mi auto concepto?.....	68
Sesión 5: ¿A qué dedico mi tiempo libre?.....	71
Bibliografía	73

Introducción

Las tecnologías de la información y de la comunicación fueron creadas en primera instancia como un medio para acortar distancias y tiempo, sin embargo, dicho propósito ha ido devaluándose con el pasar del tiempo ya que el internet y sus recursos tecnológicos han ido convirtiéndose en un fin y no un medio.

En la actualidad ya se habla de las nuevas adicciones del siglo XXI, de manera especial todas las relacionadas con las nuevas tecnologías, creando un gran impacto en la sociedad y provocando un cambio importante en la vida de las personas y en el funcionamiento de la sociedad. De esta manera han ido apareciendo una amplia y variada gama de instrumentos y soportes que han ido revolucionando la forma de manejar, almacenar y transmitir la información. Provocando grandes cambios en la forma de trabajar, de relacionarse con otros, durante la vida cotidiana y hasta en las actividades de ocio. Pero es importante recalcar que dicha influencia tecnológica se ha producido en mayor escala en la población más joven.

Estudios demuestran que cada vez es mayor el tiempo que jóvenes y adolescentes dedican al internet. De manera especial a las redes sociales; lo cual esta nueva realidad ha despertado una considerable preocupación social acerca de la influencia que el uso de estas tecnologías podría generar en el desarrollo y ajuste personal de los jóvenes y adolescentes.

Por otro lado; luego de haberse finalizado una minuciosa investigación adolescentes de quinto curso acerca de los niveles de dependencia a la red social Facebook en el Colegio Rudolf Steiner y haber determinado que la mayor parte de la población es propenso a desarrollar ciertos niveles de dependencia a la red social Facebook; se procede a la creación del presente modelo de intervención psicoterapéutica con la finalidad de contrarrestar la necesidad de los adolescentes por formar parte de dicha red social.

Justificación

El presente modelo de intervención psicoterapéutico dirigido a adolescentes que presentan dependencia a la red social Facebook surge como un medio para contrarrestar los riesgos más importantes a los que los adolescentes se encuentran expuestos. Además de la dependencia, al acceso a contenidos inapropiados, al acoso o la pérdida de intimidad, entre otros.

Por lo tanto; la realización del presente proceso psicoterapéutico es importante, ya que pretende proporcionar a los adolescentes orientación terapéutica que les permita sobrellevar la presión social por pertenecer a un grupo o grupos de amigos cuyo componente principal se aloja en la interacción y comunicación a través de las redes sociales.

De igual manera este modelo de intervención puede ser considerado de impacto ya que si bien es cierto existen varios estudios acerca de las nuevas tecnología y los niveles de dependencia que estas pueden llegar a causar. Aun no existe la suficiente evidencia que contribuya a contrarrestar dicha necesidad; por lo tanto a través de este modelo de intervención se pretende dotar de las técnicas necesarias para disminuir y/o eliminar en el mejor de los casos, los niveles de dependencia detectados no solo en el grupo de estudiantes investigado; sino en todo aquel que forme parte de este proceso de intervención.

Finalmente los principales beneficiarios de este proceso psicoterapéutico serán tanto los adolescentes que participen de este modelo de intervención como el resto de sus familiares, ya que se mejorará el método y los canales de comunicación.

Sintomatología básica

Estudios dan a conocer que la principales señales de alarma que denotan una dependencia a las redes sociales y que pueden ser el reflejo de una conversión de una afición en una adicción son las siguientes: (Young, 1998).

- Privarse de un mínimo de 5 horas de descanso por permanecer constantemente conectado a una red social.
- Dejar de lado otras actividades importantes como el contacto con sus familiares, las relaciones interpersonales, sus estudios o inclusive el cuidado de su salud.
- Ser causa de constantes quejas en relación con el uso de la red social de parte de alguien cercano, como los padres o hermanos.
- Pensar constantemente en la necesidad de permanecer conectado a la red social y generar sentimientos de ansiedad e irritabilidad cuando no se encuentra conectada a la red social o cuando la conexión es inestable o resulta muy lenta.
- Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
- Mentir a otros acerca del tiempo real que permanece conectado a la red social.
- Aislarse de las relaciones interpersonales reales y reemplazarlas por las ficticias, además de bajar sus niveles de rendimiento académico.
- Tener grandes sentimientos de euforia y plenitud cuando al fin logra conectarse a una red social.

Es importante manifestar que dichas señales no se crean de un momento a otro, sino que éstas van surgiendo de manera discreta y paulatina acompañada por una pérdida de control. En este caso conectarse a un dispositivo supone una focalización atencional, reduce la actividad física, impide diversificar el tiempo y anula las posibilidades de interesarse por los demás.

El grupo como medio para el cambio con adolescentes

Es importante conocer que el ser humano es producto de un proceso de interacción con el resto de seres humanos y que las diferentes psicopatologías surgen cuando estas interacciones son problematizadas. Por lo tanto, el tratamiento terapéutico principalmente debería dirigirse a la corrección o reparación de dichas distorsiones relacionales.

Por lo tanto, el grupo concede al individuo que participa en él una gran experiencia terapéutica que sirve como una excepcional herramienta de apoyo, un espacio de experimentación y auto reflexión. Es por ello que llevar a cabo un proceso psicoterapéutico de grupo favorecerá a:

- El fortalecimiento de la identidad social
- La autonomía psicológica
- Posibilitar la asunción de roles sociales diversos
- Posibilitar la experimentación de nuevas formas de relación y comportamiento.
- Favorecer la búsqueda de identidades: personal, social, moral, sexual.

Es por todo lo anteriormente dicho, que el presente modelo de intervención será llevado a cabo en manera grupal; ya que es tendencia natural de los adolescente a formar grupos, disminuyendo los niveles de ansiedad y contribuyendo al aprendizaje mutuo.

Objetivos del Modelo de abordaje psicoterapéutico Grupal

Con la finalidad de alcanzar ciertos propósitos durante la realización de este modelo de intervención, se han creado los siguientes objetivos.

- Crear un clima de psicoterapéutico basado en la confianza, que favorezca a la participación activa de los adolescentes.
- Fortalecer la autonomía personal.
- Disminuir la sintomatología de dependencia a las redes sociales a través del proceso psicoterapéutico.
- Dotar a los participantes de nuevas herramientas que les permita sobrellevar la dependencia y la presión social.

Criterios de Inclusión

Adolescentes entre 16 y 17 años, con niveles considerables de dependencia a las redes sociales y patrones relacionales disfuncionales con la familia, escuela, compañeros, entre otros.

Criterios de Exclusión

Adolescentes que no presenten niveles considerables de dependencia a las redes sociales, al igual que la no voluntariedad, y los problemas de respeto al resto de integrantes del grupo que dificulten su integración e interacción en grupo.

Reglas para las sesiones de grupo

Con la finalidad de optimizar el tiempo y lograr que el proceso llegue de manera equitativa para todos, será necesario que se dé a conocer a los participantes las reglas que se van a manejar dentro del proceso.

- Ser puntual
- Asistir a cada sesión
- Opinar y dar su punto de vista desde una intervención constructiva
- Pedir a los participantes que se concentren en las soluciones y no solo en la gravedad de problema
- Ser altruista y fomentar el lado positivo de las circunstancias
- Practicar lo aprendido durante el proceso psicoterapéutico
- Mantener la confidencialidad dentro del grupo
- Ser honesto consigo mismo.

Sugerencias para los miembros del grupo

Con la finalidad de obtener el mejor provecho de cada una de las sesiones se hará un especial énfasis en que los participantes procedan a:

- Realizar preguntas
- Participar activamente en el coloquio
- Llevar a cabo una escucha activa
- Permanecer abierto hacia los puntos de vista del resto de miembros del grupo
- Colaborar con las tareas y actividades
- Compartir (si así lo desea) acerca de sus sentimientos, emociones y reacciones.

Procedimiento

- Número de sesiones: 5
- Periodicidad: Una vez por semana
- Duración: 90 minutos

Sesión 1: ¿Quién soy yo?

Objetivos:

- Que los adolescentes logren conocerse a sí mismos
- Aprender cómo los pensamientos influyen en sus emociones y sentimientos.
- Comprender su propósito de vida

1.–Presentación: Se incentiva a que cada uno de los miembros se presente haciendo una rueda de nombres; es decir, nos presentamos diciendo nuestro nombre y el del compañero, mientras que el compañero deberá repetir mi nombre y el suyo; la próxima persona deberá decir mi nombre, el de la persona que se encuentra a mi lado y el suyo, de esta manera sucesivamente hasta que todos digan los nombres de cada integrante.

2.– Presentación individual: A continuación se pide a los participantes que compartan un poco acerca de sí mismos, por ejemplo: dónde vive, cuál es su hobby favorito, qué le gustaría estudiar en la universidad, entre otros.

3.– Dinámica: Se procederá a realizar la dinámica “Del Espejo”. A continuación se reparte una hoja y un esfero o lápiz a los participantes y se les pide que lo doblen en forma de abanico. Una vez doblada la hoja se les pedirá que escriban su nombre en la parte superior de la hoja y que procedan a pasarla a su compañero que está ubicado a su derecha. A continuación se les pide a los participantes que tomando en cuenta al dueño de la hoja en cada dobles procedan a escribir un adjetivo acerca de su compañero; la hoja se irá pasando de uno en uno hasta que esta llegue a su dueño.

A continuación se da lectura a los adjetivos y se le pide a los participantes que escojan 3 adjetivos positivos con los que se sientan cómodos, y 3 adjetivos negativos que lo definen y que le gustaría cambiar.

La finalidad de esta dinámica será la de contrastar lo que cada uno percibe de sí mismo y lo que el resto percibe de ellos.

4.- Desarrollo: A partir de la dinámica realizada preguntar a los participantes ¿Quién soy? e incentivar a dar sus respuestas.

Proceder a explicar que fuera de la opinión de los demás es necesario encontrar el concepto que los define más allá de su aspecto físico, educativo o familiar; ya que este concepto irá creando o no bases fuertes sobre quienes serán en un futuro.

Dar a conocer que probablemente la pregunta ¿Quién soy yo? Es la más desconcertante, profunda, difícil, emocionante e interesante que nos podemos hacer porque tiene miles de respuestas. Incentivar a que los miembros se respondan a esta pregunta de modo sistemático:

- a) Soy un cuerpo: ¿cómo es?
- b) Soy una persona que reacciona emocionalmente: ¿Cómo lo hace?
- c) Yo tengo una historia: ¿Cómo la definirías?
- d) Yo soy parte de una familia: ¿Cómo ha contribuido ésta a tu formación?
- e) Yo soy el conjunto de mis pensamientos: ¿Qué tipo de pensamientos?
- f) Yo soy el conjunto de mis defectos: ¿Qué tipo de defectos?
- g) Yo soy mis rutinas: ¿Qué tipo de rutinas practico?
- h) Yo soy un conjunto de valores: ¿Qué valores?

Una vez llevada a cabo esta sección, formar un círculo con los participantes y con los ojos cerrados repetir constante y serenamente “Yo no soy”, nombrando cada posible identificación negativa que pueda tener acerca de sí

mismo y proceder luego a decir “Yo soy”, recalcando y reafirmando lo positivo de sí.

5.- Tiempo de compartir: Incentivar a los estudiantes a compartir su experiencia y aprendizaje. El terapeuta a manera de resumen decir las conclusiones y recomendaciones acontecidas durante la sesión.

6.- Tarea para la casa: Se procederá como tarea para la casa a realizar el auto registro de Clark (1989). El cual consiste en registrar todos los pensamientos acerca de sí mismo que ha experimentado durante el transcurso de la semana, con la finalidad de determinar si su influencia actúa de manera positiva o negativa.

7.- Cierre: Se procede a despedir a los miembros del grupo y se los incentiva para que asistan la próxima sesión.

Sesión 2: ¿Por qué necesito la aprobación del resto?

Repaso:

- Se realiza una breve retroalimentación de lo aprendido la sesión anterior
- Se comenta acerca del ejercicio llevado a cabo durante la semana
- Brevemente se les pide que identifiquen si estos mayoritariamente fueron positivos o negativos.

Objetivos:

- Identificar si dependen emocionalmente de la aprobación del resto
- Conocer porqué generan sentimientos y/o deseos de dependencia

1.– Presentación: Se da la bienvenida a los miembros del grupo y se les pide que durante 2 minutos repartan la mayor cantidad de abrazos posibles

2.– Dinámica: A continuación se procede a realizar la dinámica del “Teléfono Estropeado”. Se explica que esta dinámica será realizada con la finalidad de reflexionar sobre el poder que pueden llegar a tener las palabras.

Se pide a los participantes que se sienten en círculo y al primer participante se le pedirá que susurre una frase a su compañero de alado haciendo referencia a algún “chisme” inventado acerca de alguien (no se deben emplear ofensas), a continuación el segundo participante transmite lo que escuchó del comentario y lo transmite al siguiente participante, de esta manera hasta que se termine el círculo. Finalmente el último participante transmite en voz alta el comentario que llegó a su oído y se vuelve a repetir la dinámica.

La finalidad de esta dinámica será la de conocer cómo los comentarios se van distorsionando a medida que se van transmitiendo y cómo éstos pueden llegar a afectar a quienes estuvieron involucrados.

3.- Desarrollo: Se procederá a realizar una breve síntesis de los mensajes obtenidos durante la dinámica y se procederá a relacionarlos con la situación actual de la sesión.

A continuación se procede a preguntar: ¿Necesito la aprobación del resto? Y se incentiva a la participación de los estudiantes.

Acto seguido se procederá a profundizar el tema manifestando que todo ser humano necesita ser aprobado para avanzar en la vida y que esta surge desde la niñez, pero ¿Cuándo se convierte en dependencia?

Se podría hablar de dependencia cuando se entrega en su totalidad las riendas de nuestra vida a las opiniones de otros, por lo tanto, el problema surge cuando el ser humano desarrolla la necesidad de sentirse aceptado. A continuación preguntar: ¿Lo deseo o lo necesito? (incentivar a la participación).

De igual manera dar a conocer las 6 actitudes que podrían determinar si los participantes poseen o no niveles de dependencia hacia la opinión del resto.

- 1) Opinar diferente a alguien y no mostrar desacuerdo
- 2) Las emociones y sentimientos varían por la opinión exterior.
- 3) No saber decir “no”
- 4) Preocupación excesiva por tener buen aspecto
- 5) Necesidad de pertenecer a algún grupo
- 6) Depender de redes sociales para fomentar su auto confianza

Al momento de desarrollar cada punto se deberá explicar de manera dinámica, empleando ejemplos y relacionándolos con la juventud y adolescencia actual.

Hacer especial énfasis en el uso de las redes sociales y cómo estas pueden llegar a determinar la necesidad de aprobación del resto a través de la publicación de fotos, estados, “likes” entre otros. Recalcar lo negativo de permanecer constantemente conectado y las repercusiones cognitivas, afectivas y emocionales que dicho acto puede llegar a generar.

4.- Tiempo de compartir: Interactuar con los participantes y solicitar sus opiniones acerca del tema tratado; enfatizar en la necesidad de aprobación a través de las redes sociales y recalcar la importancia de mantener relaciones interpersonales cercanas con familiares y amigos de confianza.

De igual manera compartir acerca del tiempo que cada uno dedica a dichas redes sociales. Porqué motivo les parece interesantes; qué aspectos positivos han obtenido, cómo han crecido como personas a través de su empleo, los beneficios a corto y largo plazo que puede generar, entre otros.

5.- Tarea para la casa:

Se les pedirá a los participantes que día a día vayan acortando 20 minutos el uso de las redes sociales y ese tiempo lo empleen en actividades que generen mayor productividad como hacer ejercicio, visitar a algún familiar, leer, dedicarse a la tarea, repasar para un examen, entre otros; al igual que se les solicitará que vayan escribiendo su experiencia en el registro de Clark, con la finalidad de determinar sus sentimientos ante la disminución del tiempo en las redes sociales y el empleo de este tiempo en nuevas actividades.

Una vez concluido este ejercicio se podrá conocer en qué nivel los estudiantes pudieron o no cumplir con los objetivos planteados.

6.- Cierre: Finalmente se despiden a los participantes y se los incentiva a realizar su tarea y a participar de la próxima sesión.

Sesión 3: ¿Por qué recorro a las redes sociales?

Repaso:

- Se realiza una breve retroalimentación de lo aprendido la sesión anterior
- Se comenta acerca del ejercicio llevado a cabo durante la semana
- Brevemente se les pide que compartan si pudieron o no cumplir con el objetivo de la sesión anterior y su experiencia.

Objetivos:

- Que los adolescentes identifiquen porqué recurren constantemente a las redes sociales
- Conocer cuáles son las principales causas que los motiva a hacer uso de ellas.

1.– Presentación: Se procede a dar la bienvenida a los miembros del grupo y se les pide que se coloquen en parejas y durante 5 minutos compartan algo interesante que les ha sucedido durante la semana.

2.– Dinámica y desarrollo: A continuación se procederá a realizar la dinámica “Afirmaciones de grupo”, para lo cual se les comunica a los participantes que el tema que se va a tratar será cerca de “¿Por qué y cuándo recorro a las redes sociales?”; para lo cual cada miembro deberá escribir en una hoja sus ideas, pensamientos y emociones que les genera la pregunta; a continuación se las expone a todos los participantes y se debate entre los que están de acuerdo y los que no.

Finalmente el terapeuta a cargo deberá ir realizando un especial énfasis en aquellas ideas erróneas que estimulan a la participación de las redes sociales y se deberá incentivar a la concientización del mal empleo de las mismas. De

manera lineal se deberá mantener la técnica de la sobre pregunta para manejar los diferentes pensamientos irracionales junto con los errores cognitivos.

3.- Tiempo de compartir: Finalmente se pide a los participantes que proporcionen ideas y comentarios finales, al igual que su opinión acerca del debate realizado junto con lo aprendido.

4.- Tarea para la casa: A continuación se les explica a los participantes que en lugar de escribir sus estados emocionales en Facebook, los hablen y los comenten con una persona de confianza con la finalidad de canalizar de mejor manera la información, o en el caso de contar con alguien de confianza escriban sus pensamientos y emociones en sus registros de pensamientos para que a medida que se vayan redactando se reduzcan sus sentimientos de ansiedad.

De igual manera se los reta a disminuir el número fotos, ubicaciones, publicaciones, en sus muros de Facebook, y nuevamente se les recalca la importancia y el derecho que tienen de preservar su intimidad ante el resto.

5.- Cierre: Se da la despedida a todos los miembros del grupo y se los incentiva a asistir a la próxima reunión, al igual que se lleva a cabo un recordatorio final acerca de la tarea que debe realizarse en el transcurso de la semana.

Sesión 4: ¿De qué depende mi auto concepto?

Repaso:

- Se realiza una breve retroalimentación de lo aprendido la sesión anterior
- Se comenta acerca del ejercicio llevado a cabo durante la semana
- Brevemente se les pide que compartan su experiencia durante la tarea enviada.

Objetivos:

- Que los adolescentes logren identificar si su auto concepto es positivo o negativo.
- Que los participantes reconozcan las emociones, cogniciones y circunstancias que afectan su auto concepto.
- Dotar a los participantes de técnicas apropiadas que les permita manejar positivamente su auto concepto.

1.– Presentación: A continuación se da la bienvenida a los participantes y se les pide a 5 voluntarios que compartan lo más interesante que les ha sucedido durante la semana.

2.– Dinámica y desarrollo: A continuación se procede a llevar a cabo la dinámica denominada “El dado”. Previamente el terapeuta deberá haber realizado una serie de preguntas que vayan de series de 6; como los puntos del dado y haya forrado una caja en representación del mismo. Se le pide a un participante que gire el dado y proceda a responder la pregunta que éste

señale. Una vez dada la respuesta se solicitará opiniones de acuerdo y desacuerdo al resto de miembros del grupo.

Es importante que la dinámica se lleve a cabo de manera ordenada y respetuosa, de igual manera el terapeuta deberá ser el mediador entre cada respuesta y otorgar una conclusión y una recomendación de cada pinto tratado, con la finalidad de realizar un proceso de reestructuración cognitiva en los participantes.

Preguntas a modo de ejemplo:

- ¿Qué significa para ti la palabra auto concepto?
- ¿Del 1 al 10 cuál crees que es tu nivel auto concepto?
- ¿De qué depende tu auto concepto?
- ¿Qué tan fácil o difícil resulta para ti darte el crédito por alguna actividad realizada?
- ¿Crees que vales menos que otros?
- ¿Si pudieras cambiar algo de ti, qué sería?
- ¿En qué ocasiones te sientes menor a otros?
- ¿De qué te sientes orgulloso?
- ¿Cuándo te ves al espejo, qué piensas?

3.– Tiempo de compartir: A modo de cierre se les pide a los adolescentes que manifiesten con una palabra sus sentimientos acerca de lo tratado durante la sesión y nuevamente se realiza un feedback acerca de lo aprendido y se proporcionan estrategias prácticas finales.

4.– Tarea para la casa: Se procederá a explicar que la tarea para esta semana consistirá en realizar un ejercicio llamado “ejercicio de metas fuera de lo corriente”, para lo cual se motivará a los participantes a plantearse objetivos específicos que ayuden a mejorar su autoestima y lo practiquen durante la semana; de igual manera el registro de pensamientos de Clark será

de gran ayuda, ya que se podrá documentar lo positivo y negativo de sus pensamientos, sentimientos, y emociones acaecidos por la ejecución de la tarea.

Sesión 5: ¿A qué dedico mi tiempo libre?

Repaso:

- Se realiza una breve retroalimentación de lo aprendido la sesión anterior
- Se comenta acerca del ejercicio llevado a cabo durante la semana
- Brevemente se les pide que compartan su experiencia durante la tarea enviada.

Objetivos:

- Que los adolescentes identifique en qué tipo actividades invierten su tiempo
- Que los participantes logren identificar el tiempo que dedican a cada actividad
- Dotar a los participantes de técnicas apropiadas que les permita distribuir de mejor manera su tiempo.

1.– Presentación: A manera de resumen se le pide a todos los participantes que con una sola palabra describan el proceso terapéutico; (Ejemplo: bueno, malo, entretenido, de impacto, entre otros) y se les recuerda que esta es su última sesión.

2.– Dinámica y Desarrollo: a continuación se divide al grupo en sub grupos de 5 y se les explica que se llevará a cabo la dinámica de “Rol playing”. A cada grupo se le designa una situación específica infructuosa en la que se emplee el tiempo y las diferentes emociones y sentimientos que ésta puede llegar a generar en los participantes del grupo.

Por otro lado, a medida que se van realizando las diferentes representaciones, el terapeuta deberá ir contribuyendo con su aporte profesional y solicitar que los demás miembros de los grupos proporcionen sus puntos de vista y opiniones acerca de lo hablado.

De igual manera el profesional deberá ir entregando pautas que contribuyan a los participantes a organizar de mejor manera su tiempo.

3.– De la teoría a la práctica: Una vez realizada esta actividad se procederá a distribuir y completar un calendario de actividades diarias en la que se disminuyan los horarios dedicados a Facebook y se optimice su el tiempo en otras tareas y se incentiva a los participantes a que lo lleven a cabo hasta que este pase a ser parte de un hábito

4.– Feedback y Cierre: Finalmente se realiza una retroalimentación de todo lo aprendido en las sesiones pasadas, se realiza un especial énfasis en las consecuencias negativas que las redes sociales pueden llegar a generar y se destacan las consecuencias positiva durante la reducción del tiempo que se permanece conectado a la red social.

Se da la despedida a los grupos y se los incentiva a seguir manteniendo y realizando cada una de las tareas para casa y se les solicita que acudan a un proceso psicoterapeuta individual con un terapeuta de confianza en caso de necesitarlo.

Bibliografía

Coleman, 2003, Psicología de la adolescencia, Ediciones Morata, pp, 154–200.

Nicolson, 2001, Problemas de la adolescencia: Guía práctica para el profesorado y la familia, Ediciones Narcea, pp, 56–74.

Rosselló, 2007, Manual de tratamiento para la terapia cognitiva – conductual, Adaptación para adolescentes. Hospital General de San Francisco, Clínica de Depresión, pp, 1–30

Ruiz, 2011, Manual de psicoterapia Cognitiva, Recuperado de:
<http://www.psicologia-online.com/ESMUbeda/Libros/Manual/manual6.htm>

Sardinero, 2010, Las psicoterapias grupales en la infancia y adolescencia, Centro Londres, Psiquiatría, pp, 5–20, Recuperado de:
http://www.familianova-schola.com/files/LAS_PSICOTERAPIAS_GRUPALES_EN_LA_INFANCIA_Y_LA_ADOLESCENCIA.pdf

Seguil, 2012, Programa de Abordaje Grupal del Adolescente Proyecto PsicoterapeuticoMulticentro en Salud Mental Servicio Andalud de Salud, Unidad de Salud Mental Comunitaria (USMC) Málaga Norte–Antequera, Red Dédalo, pp, 1–15.

Vivas, 2013, Niños, adolescentes y redes sociales. ¿Conectados o atrapados?, Editorial ESIC, pp, 23–48

Zerb, 2012, 24 dinámicas grupales para trabajar con adolescentes, Recuperado de:
<http://www.gazteforum.net/pictures/dokumentazioa/dinamicas.pdf>

ANEXO 2

Inventario Sencillo para medir la Adicción a Facebook		
Fecha:	Sexo:	Curso:
Edad:	Institución:	
A continuación se le presentan enunciados respecto a los intereses de las personas hacia la red social Facebook. Lea atentamente cada enunciado y responda de acuerdo a los siguientes criterios: Cuando el enunciado le ocurre siempre marque “X” debajo de la columna S Cuando el enunciado le ocurre casi siempre marque “X” debajo de la columna CS Cuando el enunciado le ocurre casi nunca marque “X” debajo de la columna CN Cuando el enunciado le ocurre nunca marque “X” debajo de la columna N		
1. Es más fácil conseguir amigos en la red que en persona. 2. Postergo los quehaceres domésticos para poder conectarme en la red. 3. Descuido mis horarios de alimentación por estar conectado en la red. 4. Creo que en Facebook encuentro amigos verdaderos. 5. Reviso mi cuenta de Facebook antes de realizar otras tareas. 6. Prefiero pasar más tiempo conectado a las redes sociales. 7. Cuando me siento triste de inmediato. 8. Necesito que alguien me llame la atención para. 9. Presto total importancia a lo que comentan mis amigos en el perfil/y fotos. 10. Evado mis problemas pasando un rato conectado a las redes sociales. 11. Cuando siento que mis padres no me escuchan ingreso al Facebook. 12. Me es difícil desconectarme de la red social aun sabiendo que tengo deberes que cumplir. 13. Si me disgusto con mi mejor amiga(o) ingreso a las redes sociales para dialogar con otros. 14. Pierdo el control del tiempo mientras estoy conectado a la red social. 15. Me resulta más gratificante estar conectado a Facebook que realizar otras tareas. 16. Temo que mi vida sin Facebook sea aburrida y vacía. 17. Cuando estoy desanimado siento que cuento con el apoyo de mis amigos de esta red social. 18. Permanezco conectado, aunque soy consciente del tiempo perdido. 19. Me siento molesto cuando alguien me interrumpe mientras estoy conectado a esta red social. 20. Cuando quiero salir y no me dan permiso, ingreso al Facebook para desahogarme. 21. Mis padres u otros adultos me recriminan por pasar demasiado tiempo en el Facebook. 22. Cuando escucho reclamos de mis padres me refugio en mis amigos de las redes sociales.		

23. Me he enamorado a través de Facebook de un desconocido/a.
24. Me encanta seguir la vida de los famosos a través de las redes sociales.
25. Siento que estar conectado a la red social es parte indispensable de mi rutina diaria.
26. Me gusta que la gente esté al pendiente de mis actualizaciones.
27. Siento necesidad de entrar al Facebook a cada instante.
28. Cuando conozco gente busco la manera de encontrarla en una red social.
29. Cuando me pasa algo curioso hago una foto con el celular y luego lo publico en el Facebook.
30. Siento cólera cuando otra persona comente o publica en el muro de alguien que me gusta.
31. Lo primero que hago al despertar es mirar si tengo alguna actualización nueva.
32. El tiempo que dedico a estar en la red social cambia mi estado desánimo de un momento a otro.
33. Cuando salgo con mis amigos, permanezco en constante comunicación con mis amigos en las redes sociales a través de un dispositivo.
34. Siento la necesidad de invertir más tiempo conectado para sentirse satisfecho.
35. Los comentarios de mis amigos en la red social cambian mi estado de ánimo de un momento a otro.
36. Miento a mis familiares y amigos respecto al tiempo que permanezco conectado.
37. En algunas ocasiones me he negado a participar en una actividad familiar, por permanecer conectado a una red.
38. Considero que mientras tengo más comentarios y/o me gusta, soy más popular.
39. Pospongo actividades importantes con tal de tener siempre el celular conmigo, conectado.
40. Hago uso de las redes sociales aun cuando mis padres me prohíben ingresar.
41. Gozo de reconocimiento cuando mis publicaciones aparecen en los muros de otros.
42. Me gusta publicar en mi Facebook, lo que me pasa a cada instante.
43. Me es difícil, cerrar mi cuenta de Facebook por algunos días.
44. Si mi mamá me ordena algún deber, le digo que luego lo haré por qué estar conectado, es más importante.
45. Converso más con amigos de la red, que con los amigos reales.
46. Considero que no hay nada mejor que estar conectado a una red social.
47. Prefiero hablar con mis amigos en las redes sociales que en persona.
48. Reviso el Facebook antes de realizar otras tareas prioritarias.
49. Me siento a la defensiva cuando alguien me pregunta en qué dedico mi tiempo navegando.
50. Me siento intranquilo cuando no me conecto con mis amigos de mi red social.
51. La manera de verme a mí mismo se ve influida según los comentarios.
52. Tengo más confianza en mí mismo cuando chateo, que cuando converso personalmente.
53. Siento necesidad de estar etiquetado en las diversas fotos y/o publicaciones del Facebook.

54. Me es más fácil expresar mis sentimientos a otra persona por la red social que en persona.

55. Tengo más seguridad en mí mismo cuando discuto en la red social, que en persona.

Nº	S	C S	C N	N	Nº	S	C S	C N	N
1					30				
2					31				
3					32				
4					33				
5					34				
6					35				
7					36				
8					37				
9					38				
10					39				
11					40				
12					41				
13					42				
14					43				
15					44				
16					45				
17					46				
18					47				
19					48				
20					49				
21					50				
22					51				
23					52				
24					53				
25					54				
26					55				
27									
28									
29									

Protocolo de respuestas

Calificación

La presente es una prueba de lápiz y papel en la que se solicita al evaluado las respuestas en cuatro posibles alternativas asignándose a cada una la puntuación de siempre-4 puntos, casi siempre-3 puntos, casi nunca-2 puntos y nunca-1 punto.

La calificación se lleva a cabo tomando en cuenta cada uno de los indicadores por pregunta por lo tanto, los ítems que se darán a conocer a continuación pertenecen a cada indicador a calificarse.

Indicadores	N° de ítem	Cantidad de Ítem	Puntaje
Falta de Voluntad	3, 18, 12, 14, 18, 23, 25, 27, 31, 33, 39, 43, 44, 46, 47.	15	El puntaje máximo en este indicador es de 60 y el menor es de 15
Necesidad de Afirmación	1, 9, 15, 26, 28, 29, 32, 34, 36, 42, 45, 48, 49, 50, 53.	15	El puntaje máximo en este indicador es de 60 y el menor es de 15
Influencia socio familiar	2, 5, 6, 10, 16, 19, 21, 24, 3, 7, 40.	10	El puntaje máximo en este indicador es de 40 y el menor es de 10
Vulnerabilidad afectiva	4, 11, 13, 17, 20, 22, 30, 35, 38, 41, 51, 52, 54, 55.	15	El puntaje máximo en este indicador es de 60 y el menor es de 15

Finalmente el porcentaje de cada uno de los indicadores se suma de una forma totalitaria y de acuerdo a esta sumatoria se determinarán los siguientes resultados:

Niveles	Puntuación
Alto	70-99
Medio	40-69
Bajo	1-39