

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad de Salud

Departamento de Psicología



LA CIBERADICCIÓN Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN
ADOLESCENTES

Presentado por:

Estefanía Garzón Bernal

Karen Jhoana Torres Sandoval

Director:

Mg. Yijadd Dalal Ordoñez Yaber

Cúcuta, Colombia

2020

Tabla de contenido

Resumen	8
Introducción	9
Planteamiento del Problema.....	10
Justificación.....	12
Objetivos	13
Objetivo General.....	13
Objetivos Específicos	13
Estado del arte	14
Internacional	14
Nacionales	16
Regionales	19
Locales.....	22
Marco Teórico.....	25
Capítulo I.....	25
Adolescencia.....	25
1.1 Desarrollo Físico.....	26
1.2 Desarrollo psicosocial.....	27
1.3 Desarrollo cognitivo.....	28
1.4 Adolescencia e internet	30
Capitulo II	34
Inteligencia Emocional	34
2.1 Percepción, valoración y expresión de las emociones.....	35
2.2 La facilitación emocional del pensamiento	36
2.3 La comprensión de las emociones	38
2.4 Regulación reflexiva de las emociones	38
2.5 Inteligencia emocional y los adolescentes.....	39
Capítulo III	43
Ciberadicción	43
3.2 Uso social de las Redes sociales e internet.....	46
3.3 Rasgos Frikis	48
3.4 Nomofobia.....	50

Marco Contextual.....	53
Marco Legal	55
Metodología	58
Diseño de investigación.....	58
Población	59
Muestra	59
Hipótesis	60
Procedimiento.....	60
Fase I Construcción del problema.....	60
Fase II Consentimiento informado.....	61
Fase III Técnicas/Instrumentos de aplicación.....	61
Fase IV Análisis de los resultados y discusión.	61
Instrumentos	62
La Spanish Modified Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24)	62
Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI)	62
Definición de Variables	63
Forma de análisis de la información.....	63
Resultados	64
Discusión.....	68
Conclusiones	71
Recomendaciones.....	72
Referencias	74
Anexos.....	86

Lista de tablas

Tabla 1. Escala y rango de correlación de Pearson.....	64
Tabla 2. Resultados de la prueba de correlación de Pearson.....	65
Tabla 3. Gráficos de dispersión.....	66

Tabla de Gráficos

Grafico 1. Riesgo de adicción.....66

Grafico 2. Inteligencia emocional..... 67

Lista de Anexos

Anexo A. Carta solicitud de dirección para trabajo de grado.	86
Anexo B. Carta aprobación Anteproyecto	87
Anexo C. Recursos y cronograma de investigación.....	88
Anexo D. Carta solicitud de permiso Colegio Presbítero Álvaro Suarez.	90
Anexo E. Carta solicitud de permiso Instituto Adventista de Cúcuta.	91
Anexo F. Cartilla Psicoeducativa.	92

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo establecer la relación entre la ciberadicción y la inteligencia emocional en los adolescentes a través de pruebas psicométricas generando estrategias psicoeducativas para la prevención. Este es un estudio correlacional, aplicado a una muestra de 63 estudiantes de 15 a 17 años, de los grados 10 y 11 que hacen parte de las instituciones Colegio Presbítero Álvaro Suárez e Instituto Adventista de Cúcuta. Para hacer la evaluación de la variable inteligencia emocional se aplicó la prueba Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24). Por otra parte, se conoce el riesgo de ciberadicción en adolescentes por medio de la escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI). Finalmente se hizo la construcción de una cartilla psicoeducativa con el objeto de incentivar la inteligencia emocional como factor protector de la ciberadicción en adolescentes.

Introducción

En la presente investigación se tomó como población al adolescente ya que se han encontrado diferentes estudios donde se evidencia en los últimos años que estos han sido vulnerables al tener un uso inadecuado del internet, cuando se presenta un uso desproporcionado, puede generar en algunos casos una pérdida de la realidad, a su vez también genera consecuencias negativas a nivel emocional y social ya que estos carecen de alternativas para mitigar este tipo de situaciones.

Es por esto que se decidió realizar el siguiente estudio indagando si existe relación de la ciberadicción e inteligencia emocional en adolescentes, donde se utilizó una metodología cuantitativa ya que se hizo uso de dos pruebas psicométricas las cuales son: prueba Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) y Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI) con una primera se mide la inteligencia emocional en adolescentes y la otra se da a conocer el nivel de riesgo de adicción-adolescente a las Redes Sociales.

Dicho lo anterior, estas pruebas se aplicaron a estudiantes de grado decimo y once de dos colegios ubicados en los municipios de los Patios y Villa del rosario, para obtener los resultados se hizo uso de la plataforma google drive encuentra y se realiza un análisis estadístico, al conocerse los resultados se da inicio a la elaboración de cartillas psicoeducativas relacionadas con el tema donde se dará entrega a la institución una copia.

Finalmente, con esta investigación se espera que sea provechosa tanto para las instituciones y padres de familia como adolescentes que han participado ya que quienes se encuentran en riesgo de ciberadicción hallen estrategias para disminuir este uso inadecuado del internet y a su vez se fomente una mayor inteligencia emocional ligado al auto control en el tiempo que transcurre en la web, recalcando el cumplimiento de sus deberes.

Planteamiento del Problema

El uso del internet en los adolescentes se ha vuelto habitual debido a la facilidad que se tiene para obtener un aparato electrónico y la conexión a la web, lo cual ha generado que se utilice de forma precoz por lapsos de tiempo desmedidos de forma incontrolada e impulsiva, especialmente por los adolescentes, a pesar de que el ámbito virtual ofrece diferentes aplicaciones, posibilidades y herramientas útiles para el aprendizaje también los expone a numerosos riesgos o situaciones poco favorables como la adicción a las mismas.

De acuerdo Hernanz, (2015); Pratarelli & Browne, (2002) “Cuanto mayor dependencia, más necesidad y atención a las redes sociales e internet se va generando, aumentando el tiempo de conexión para sentir la satisfacción esperada”. Es decir, resta libertad a la persona y genera desinterés en otras actividades que no están relacionadas con la web impidiendo que culmine tareas propuestas; optando por realizar conductas más sedentarias y de aislamiento social afectando la comunicación con las personas que comparte el lugar donde viven.

Los adolescentes al conocer y empezar a practicar nuevas formas de diversión vía online pueden presentar síntomas impulsivos y falta de control, una necesidad imperiosa de repetir las conductas adictivas, generando gran irritabilidad cuando se interrumpen, necesitan conectarse para desconectar de sus preocupaciones, trabajo académico, relaciones conflictivas, miedo al futuro, etc. Además, exigen respuestas inmediatas de placer, sin capacidad de espera y tolerancia a la frustración. Xanidis & Brignell, (2016)

Además, se han realizado diversas investigaciones con el fin de conocer las afectaciones que genera la ciberadicción como la realizada por Morrison & Gore (2010) quienes encontraron que “los adolescentes que se consideran a sí mismos dependientes del Internet presentan niveles más altos de depresión”, evidenciándose la afectación en el área emocional. De igual modo los investigadores Echeburúa y Corral (2010) “plantean la existencia de características de personalidad como baja autoestima, timidez excesiva o ciertos estados emocionales depresión que aumentan la vulnerabilidad hacia esta adicción”, siendo estos unos factores predisponentes.

Así mismo otros trabajos concretan que aquellos que son adictos a la red social Facebook son más propensos a la depresión, mostrando menor asertividad, menos calidad en las relaciones

tanto con amigos como con la familia o más dificultades para hablar en público que las personas no adictas. Herrera, Pacheco, Palomar y Zavala (2010). Otro estudio realizado por Sánchez & Martín (2011) en Argentina, Colombia, Ecuador, España, México y Venezuela, halló que entre el 80% y el 90% de los adolescentes en edad escolar emplean las redes sociales, siendo los adolescentes colombianos los que mostraban el porcentaje más alto de uso.

A nivel nacional el Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (2018) afirma que “en Colombia el 52,7% de los hogares tienen conexión a internet, en Norte de Santander 42,7%, y el uso de celular a nivel nacional en personas de 5 y más años para navegar en internet es de 63,9% y a nivel departamental de 55,3%. A su mismo los que usan el internet para las redes sociales a nivel nacional es de 82,2% y a nivel departamental 82,5%, poniendo a Colombia como uno de los países con más usuarios en las redes sociales, predominando Facebook con 15 millones de usuarios y twitter con más de 6 millones.

Después de conocer las afectaciones emocionales y sociales que trae como consecuencia el problema planteado en relación a al uso del internet surge el siguiente interrogante ¿existe relación entre la ciberadicción y la inteligencia emocional en los adolescentes?, entendiéndose a la inteligencia emocional como a la habilidad mental, integrada, a su vez, por cuatro habilidades: la percepción de las emociones, la comprensión, el manejo de dichas emociones; y la facilitación o fluidez emocional del pensamiento. También representa los aspectos emocionales y de las relaciones sociales de la personalidad del sujeto. Mayer y Salovey (1990) citado en (Cerón;Perez, Ibañez,2011,p.1).

Justificación

En la actualidad hay un incremento constante del uso del internet como herramienta de comunicación y acceso a información universal a tal punto que existe una utilización patológica conocida como adicción a las redes sociales teniendo repercusiones notorias en la población adolescente. Esta investigación tiene como objetivo analizar la ciberadicción y la inteligencia emocional en adolescentes a través de pruebas psicométricas generando estrategias psicoeducativas de prevención.

En el aspecto social los adolescentes que presentan las características de la ciberadicción traen como consecuencia desfavorables afectaciones emocionales y sociales a causa del uso precoz y excesivo del internet careciendo de alternativas para mejorar esta situación por ende esta estudio permite aportar estrategias psicoeducativas de prevención reconociendo la importancia de la inteligencia emocional lo que le permitirá a esta población tener una autorregulación, manejo adecuado y control al momento de usar los aparatos electrónicos con conexión a la web en su vida cotidiana.

Del mismo modo, esta investigación sirve como una herramienta científica para la comprobación de una hipótesis psicológica donde se recopilará información de otros estudios incentivando la cultura investigativa, aportando respecto al uso desproporcionado del internet y conociendo si la inteligencia emocional tiene influencia en esta conducta, a su vez en nuestro país hay pocos estudios acerca de la ciberadicción o uso de las redes sociales y no existe una investigación a nivel regional que la relacione a la inteligencia emocional en la población adolescente.

Se realizará el estudio en base a la metodología de investigación cuantitativa por medio de la aplicación de dos pruebas psicométricas que permiten relacionar las variables. Se escogió esta metodología debido a que no se centra en explorar, describir o explicar, un único fenómeno, sino que busca realizar inferencias a partir de una muestra hacia una población, evaluando para ello la relación existente entre aspectos o variables de las observaciones de dicha muestra y además de emplear categorías predeterminadas que permitan someter los datos obtenidos a análisis estadístico. Ghauri y Gronhaug, (2010).

Objetivos

Objetivo General

Establecer la relación entre la ciberadicción y la inteligencia emocional en adolescentes a través de pruebas psicométricas generando estrategias psicoeducativas de prevención.

Objetivos Específicos

Conocer el nivel de riesgo de ciberadicción en adolescentes por medio de la Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI).

Medir la inteligencia emocional en adolescentes por medio de la prueba Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24).

Diseñar estrategias psicoeducativas para la prevención de la ciberadicción basadas en la inteligencia emocional.

Estado del arte

En este apartado se dará mención y una breve descripción a diferentes estudios que aportan de forma significativa a la temática de la ciberadicción y la inteligencia emocional siendo de interés en la presente investigación para esto se tendrán en cuenta a nivel internacional, nacional, regional y local.

Internacional

El primer estudio a nivel internacional tiene como título “La interacción y convivencia digital de los estudiantes en las redes sociales” publicado por López y Sánchez (2019), este estudio se basó en una metodología de enfoque mixto donde se aplicó un cuestionario que consta de 50 Ítems divididos en siete dimensiones en las que se identifica la edad en el que se sumergen en las redes sociales, los conocimientos, la dependencia, la seguridad, la finalidad, la formación y los riesgos en el uso de las redes sociales en el que se pueden ver involucrados., tomando como muestra a 1073 participantes.

La investigación obtiene como resultados que los estudiantes no usan las redes sociales para fortalecer el aprendizaje puesto que no lo consideran como herramienta en el ámbito educativo. En cuanto a la forma de uso y contenidos de mayor interés en los estudiantes son el de compartir información, para comunicarse e interactuar con sus amigos, ver videos, juego, entre otros. Lo que refleja que los intereses están relacionados con el ocio. A su vez concluyen que las redes sociales son más usadas para comunicarse abarcando riesgos como la adicción e invitan a instruir en el uso, normas y un buen manejo de las tecnologías, desde la experiencia y reflexión crítica.

En relación a la presente investigación este estudio aporta información a la variable de ciberadicción ya que las redes sociales es una de las plataformas más usadas a su vez muestra cuales son las actividades de interés que consumen de forma desproporcionada el tiempo en la web. También este estudio reconoce el riesgo de generar adicción y corrobora la importancia de educar en el uso de las redes sociales siendo este uno de los objetivos planteados en esta investigación de generar estrategias psicoeducativas para la ciberadicción en base a la inteligencia emocional.

La siguiente investigación que se encontró tiene como título “Ciberadicción y funcionalidad familiar en adolescentes de octavo de básica y tercer año de bachillerato en el colegio militar Miguel Iturralde de Portoviejo y colegio militar Eloy Alfaro de Quito” se publicó por Polo y Almeida (2015), su metodología se basó en un tipo analítico transversal, se hizo uso de dos pruebas psicométricas cuestionario validado y adaptado al español de adicción al internet de la Dra. Kimberley Young (IAT) y la escala de funcionamiento familiar, APGAR Familiar de Smilkstein.

Cuya población de un universo de 661 estudiantes, 581 estuvieron presentes en el día de la recolección de datos de Quito y Portoviejo así mismo como resultados se obtuvieron del grupo sin adicción al internet el 31.48% tenían disfunción familiar y un 68.52% con función familiar; del grupo con adicción al internet el 51.75% tenían disfunción familiar y un 48.25% con función familiar. Se demostró mediante este estudio que, si existe una correlación entre la ciberadicción y funcionalidad familiar, no se demostró correlaciones significativas entre la ciberadicción con el sexo.

Dicho lo anterior esta investigación tiene relación con el presente proyecto debido a que se puede encontrar que la disfuncionalidad familiar puede ser un factor de riesgo para nuestra variable a trabajar que es la ciberadicción en los adolescentes, se recalca la importancia de una intervención basada en la familia y la creación de guías para el uso de estas herramientas tecnológicas.

El tercer estudio a nivel internacional tiene como título “Ciberagresión, adicción a internet e inteligencia emocional en adolescentes: un análisis de diferencias de género” publicado por Yudes, Rey y Extremera (2019), esta investigación se basa en una metodología de tipo cuantitativo, se trata de un diseño de investigación de carácter transversal, basado en auto informes. La muestra es de 845 adolescentes entre los 14 y 18 años. Los instrumentos utilizados son el Cuestionario del Proyecto Europeo de Intervención de Cyberbullying, la escala de inteligencia emocional de Wong y Law y Cuestionario de adicción a Internet.

En los resultados se encontró que la puntuación media en IE en la muestra ha sido 4.69 sobre 7. Se observaron diferencias de género, puntuando las chicas más alto en percepción interpersonal y los chicos en regulación emocional. En relación a la ciberagresión se encontró que el 70.4% de la muestra fueron no ciberagresores, distribuyéndose los ciberagresores (un total de 250) entre 14.6% ocasionales (57 chicos y 66 chicas) y 15% severos (68 chicos y 59 chicas).

En el uso del internet se encontró que un 32.7% de los participantes (124 chicos y 156 chicas) tienen un uso problemático y sólo un 0.8% (1 chico y 6 chicas), patológico. Así mismo este estudio aporta a esta investigación al reconocer que la adicción al internet es un factor de riesgo asociado a la implicación en ciberagresión en ambos sexos y a su vez que las habilidades de I.E actúan como factor protector en ambos sexos confirmando la hipótesis de investigación.

Nacionales

A nivel nacional se encuentran diversos estudios relacionados a las variables de ciberadicción e inteligencia emocional; entre estos se destaca la investigación realizada por Barahona, López, Luna Y Vidal (2019), y tiene como título “Adicción a las redes sociales en jóvenes con edades entre los 18 a 25 años pertenecientes a la tecnología en seguridad y salud en el trabajo del centro agropecuario del SENA regional Cauca”. En la metodología se caracteriza por un enfoque cuantitativo y el diseño de investigación que corresponde a este proyecto es de tipo descriptivo con una muestra de 100 estudiantes de 18 y 25 años.

El instrumento que fue utilizado es el “Test de Uso de Internet de Kimberly Young, PhD” que busca averiguar el grado de adicción a las redes sociales. Los resultados obtenidos reflejan que un 6% de la población presenta una puntuación que entra en el rango de Severo, un 14% presenta una puntuación que cae en el campo de Moderado, un 20% en el de Leve y un 60% en el de Normal en relación a la adicción al uso del internet. A su vez se evidencia que el factor del sueño y las relaciones entre familia y amigos son los que se ven más afectados.

Este estudio aporta a esta investigación nuevos factores asociados a la variable de ciberadicción en los adolescentes como son alteraciones del sueño, ansiedad, aburrimiento, tristeza, entre otros. A su vez se destaca las afectaciones en el ámbito social y académico disminuyendo el tiempo de calidad con amigos y familiares y deteriorando los vínculos afectivos, así como el rendimiento en el ámbito educativo.

La siguiente investigación analiza los riesgos asociados al uso de Internet en niños y adolescentes desde una perspectiva transcultural presenta el siguiente título “Prácticas de riesgo en Redes Sociales y WhatsApp por estudiantes de educación básica secundaria” elaborada por Pinto, Cantón, Y Santos (2019), a nivel metodológico se basó en un diseño instrumental transeccional no experimental de corte comparativo, con la participación de (n: 827) estudiantes de nivel básico secundario de la provincia de León – España y del departamento de La Guajira – Colombia a los cuales se le aplicó la Escala de Actitudes tipo Likert.

Acerca de los resultados se evidencia un alto grado de participación de los niños y jóvenes en redes sociales. Para el caso de León con usos mayoritarios de WhatsApp con un 94.8% e Instagram con un 77.2% de la muestra. Por el contrario, en La Guajira el 84.4% de los participantes afirma ser usuario activo de Facebook. En cuanto a Twitter se reporta menor cantidad de usuarios, el 34.5% de España y el 20.3% en Colombia. No existen diferencias significativas entre las dos regiones frente a los patrones de uso de Internet.

A su vez el 44.7% de los participantes de La Guajira – Colombia afirman que sus padres no saben lo que hacen cuando se conectan a Internet, y el 47.3% respectivamente aseguran desconocer los riesgos reales que puede enfrentar cuando usa Internet. Para el caso de León – España, el 44.7% acepta que a veces descuida sus tareas por estar conectado a Internet y el 34.9% afirma que sus padres desconocen lo que hace cuando se conecta a Internet. El 21.7% acepta invitaciones de amistad en redes sociales de desconocidos, el 21.9% asegura haber compartido información privada a través de Internet, y el 14% ha facilitado usuario y contraseña de sus perfiles a amigos o novio(a).

Es por esto que el presente estudio genera gran aporte a esta investigación debido a que por medio de esta se puede evidenciar que no hay una regulación por parte de sus padres en el uso del internet. De igual forma nos brinda la frecuencia en uso de las redes sociales, conductas de riesgo generadas como los son el ciberacoso, grooming, sexting, la vulnerabilidad que

presentan los adolescentes al tener el acceso a estas, donde en algunos casos dejan a un lado sus deberes por estar conectados a la plataforma no presentan un control o manejo adecuado al conectarse a la red.

Hay que mencionar además la investigación de Aguire B y Cediel H (2015), la cual tiene como título “Redes Sociales Virtuales en el Contexto Universitario” es un estudio exploratorio que surgió de la necesidad de conocer que uso hacen los estudiantes de psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Bogotá, de las redes sociales virtuales, y el tiempo diario que utilizan en las mismas; su metodología se desarrolló a partir de un diseño mixto, el tamaño de la muestra fue de 89 estudiantes, donde realizaron un muestro estratificado por semestres.

Los instrumentos y técnicas utilizados fueron una encuesta elaborada por Gómez, Roses y Farías (2011), en España, con respecto la parte cualitativa realizaron un grupo focal, compuesto por 8 estudiantes, por otra parte, los resultados a nivel cuantitativo del total de encuestados el 100% conocen y tiene claridad de que es una red social virtual, y son usuarios al menos de una de estas redes, y de ese total el 82% utilizan con mayor frecuencia el Facebook.

Con una frecuencia variable en horas diarias de uso, pero con un indicador promedio de dos horas diarias de navegación en la red, presente en el 37% de los encuestados, seguidos por el 24% que las utiliza más de tres horas diarias, pero donde también aparece un porcentaje del 7% de la muestra que señalaron que están conectados a las redes sociales más de 8 horas diarias. Se encuentra que el consumo de las redes sociales virtuales es muy alto entre los estudiantes, que no solo las utilizan para el entretenimiento, sino que también hacen un uso académico de las mismas, así como también que el tiempo de conexión diario es de dos horas.

Se puede evidenciar de estudio que las redes sociales virtuales no han acaparado totalmente a los estudiantes del mundo social real, pero que, si han sido incorporadas a las actividades del mundo real, en algunas ocasiones disminuyendo el tiempo de otra actividad, o simplemente formando parte de dicha actividad, recalcando que son los universitarios los cuales presentan un mejor uso de estas.

Regionales

En el departamento Norte de Santander se presenta que los estudios relacionados a la investigación son escasos, entre ellos se destacan el realizado por Alvarado y Calderón (2015), que tiene como título “Redes sociales y la relación de pareja” este es un estudio ejecutado en el municipio de Pamplona con un enfoque cualitativo y la técnica implementada fue el estudio de casos. La muestra no probabilística se realizó con tres pares de sujetos: adolescentes (entre los 14 a 18 años), adultez temprana (entre los 25 a 30 años) y adultez intermedia (entre los 45 a 55 años) de ambos sexos que tuvieran una relación de pareja de al menos seis meses.

Los instrumentos utilizados son la entrevista semiestructurada donde destaca: la perspectiva frente al uso de las redes sociales, momentos o situaciones de uso de las mismas, Reglas en cuanto al uso y la relación de pareja y discusiones o desconfianza; además realizaron observación no participante y narrativa. En cuanto a los resultados en la adultez intermedia se percibe un alto nivel de reciprocidad donde reconocen la importancia de estos medios para interactuar sobre todo en momentos de trabajo o cuando se encuentran lejos uno del otro expresándose palabras afectivas, a su vez destaca la importancia de establecer horarios donde se usen.

En la adultez joven se ubica como una pareja asociativa con un proyecto compartido, perciben que la red social tiene la ventaja de comunicación y las desventajas de distracción disminuyendo el contacto físico, el uso de este medio es constante y esto puede afectar la confianza de la relación. En los adolescentes también se destaca como una pareja asociativa percibiendo a las redes sociales como una forma en la que se pueden compartir estando lejos, refieren que no hacen pública su relación en este medio pero si tienen la regla de hablar solo con familiares y personas conocidas por ambos.

Este estudio aporta a la investigación detalles acerca de la influencia del uso de internet en las relaciones de pareja evidenciando que el ámbito afectivo y social también se ve afectado si se presenta ciberadicción a las redes sociales como Facebook y WhatsApp trayendo consecuencias como la pérdida de confianza, celos justificados, distanciamiento, pérdida de comunicación, deterioro de palabras de afecto y poco contacto físico o muestras de cariño de forma progresiva sin que se den cuenta.

Otro estudio destacado a nivel regional es el realizado por Rueda y Rico (2016), en el municipio de Ocaña, titulado “Inseguridad en las redes sociales e internet: formando en la apropiación segura de las TIC”. El modelo que se usó como referente para el desarrollo de este proyecto es el constructivista social, a su vez la población que se estimó para trabajar son los niños del grados cuarto y quinto primaria donde se tomaron como muestra de forma sistemática 30 cursos por semestre.

Los instrumentos utilizados se destacaron 3 fases, la primera se aplicó una prueba piloto con el objetivo de determinar la aceptación en las instituciones a dicho proyecto, en la segunda fase se realizó una encuesta para diagnosticar el conocimiento de los niños sobre el uso de las redes sociales y el Internet, analizando sus prácticas diarias y finalmente en la fase tres se realizó otra encuesta con el fin de medir el impacto de las charlas y el componente didáctico en los niños así como el aprendizaje inmediato o a largo plazo.

En los resultados se agruparon en tres ítems que son el entorno del niño, seguridad de la información y hábitos de estos en el uso del internet. En el primer ítem se tuvo en cuenta la influencia de los padres y amigos donde se encontró que un 53 % de los niños encuestados manifestó que sí tienen un control del tiempo que pasan en Internet de este porcentaje, el 32 % tiene un control del tiempo permanente, y el 21 % restante es controlado solo cuando se portan mal. El 20 % de los niños afirmó que sus padres no les dicen nada y el 27 % restante no cuentan con el servicio de Internet en casa.

En el segundo ítem se destacó las políticas de seguridad establecidas en cada red social y se encontró que el 28%, respondió que sí configuró las políticas de seguridad cuando abrió la cuenta en las redes sociales, por otro lado, un 27% no configuró la política o desconoce para que sirve y un grupo de 24% la configuró la persona que le creó la cuenta en la red social. En el último ítem de los hábitos de uso el 67 % afirma utilizar en mayor medida la red social Facebook, el 22% afirma no utilizar red social, el 8% de los niños afirma utilizar en mayor medida a la red social Instagram y el 3% restante afirma utilizar en mayor medida la red social Twitter.

Este estudio aporta a la investigación información útil para conocer factores de riesgo a edad temprana relacionados con el uso del internet percibiendo el desconocimiento de las buenas prácticas en el manejo adecuado de estas plataformas; esto a causa de la ignorancia de las personas que incluyen de forma precoz a los niños en el mundo de la tecnología haciéndolos propensos a presentar ciberadicción destacando necesidad de capacitar e instruir de forma segura de este tema.

En último lugar se encontró la investigación de López, Vega y Suarez (2019) titulada como “Programa promoción y prevención ciberadicción” la cual tuvo como objetivo describir la presencia de ciberadicción en los estudiantes de sexto y noveno grado de secundaria del Instituto Francisco Serrano Muñoz de Girón Santander dentro de su metodología se basó en un enfoque cuantitativo y el tipo de estudio es descriptivo obtuvo una muestra de 160 estudiantes, así mismo los instrumentos que utilizador para la recolección de los datos fueron el Test de uso de internet de Kimberly Young. Y el Test de Adicción a Internet (IAT) de Kimberly Young.

En consecuencia los resultados que a nivel general de la Ciberadicción dio una puntuación del 47 % en un estado normal, 38% leve de igual forma un 15% para un estado moderado y 0% severo, a su vez el promedio de ciberadicción del grado sexto uno es de 24 estudiantes puntuaron normal, sexto seis 15 estudiantes puntuaron normal, 8 en un grado leve y 7 en moderado. 13 en un grado leve y 3 en moderado, por otra parte en grado noveno uno 19 estudiantes puntuaron normal, 15 en un grado leve y 4 en moderado y en noveno dos 11 estudiantes puntuaron normal, 20 en un grado leve y 8 en moderado.

Los datos obtuvieron indican que 44 existe presencia de ciberadicción dentro de rangos leves y moderados, así pues, al encontrarse estas cifras se evidencia la predisposición a presentar la conducta adictiva en un futuro. Este estudio aporta a la investigación que hay una predisposición del uso excesivo del internet debido a que los sitios web frecuentados por los adolescentes generan sensaciones agradables y satisfactorias a comparación de otras actividades cotidianas lo cual refuerza su uso abusivo en ocasiones.

Locales

Entre los estudios encontrados en el municipio de San José de Cúcuta se encuentra el de Rangel (2017), titulado “Estudio de riesgos en usuarios de las redes sociales y la internet aplicada a jóvenes universitarios”. Se basa en un enfoque mixto, la muestra a utilizar es 100 universitarios en un rango de 17 a 20 años, que se encuentren en las Universidades Públicas de la Ciudad de Cúcuta. Las fuentes de recolección usadas en el enfoque cuantitativo es la Encuesta Cerrada “Riesgos y amenazas en las Redes sociales e internet”, con rango de datos como sexo, edad y preguntas dicotómicas.

En el enfoque cualitativo, llevaron a cabo la observación no participante, que permitió analizar el uso del tiempo en las Redes sociales de los Jóvenes Universitarios. En los resultados de la investigación se encontró que se ven afectados en un 32% de la suplantación de la identidad, siendo esto un temor más arraigado puesto que se enfoca en la imagen que se proyecta hacia los demás puesto que a través de esto se pueden fomentar comentarios o burlas que puedan ser riesgosas para los jóvenes en su integridad física.

Un 65 % de los jóvenes encuestados aceptaría o acepta la solicitud de amistad por parte de desconocidos, los jóvenes consideran que los padres son los responsables de su ingreso en un 85% en contra de un 15% que piensan que los niños y jóvenes pueden ingresar sin ningún tipo de control. En relación al uso en internet se encuentra que un 56 % ingresan a paginas sociales, 34 % para buscar amigos, 4 % para buscar empleo y un restante del 6% para otras actividades. También se identificó que un 60% jamás revelaría su contraseña, en contra posición de un 30% la cual se la facilitaría a su pareja y un 10% a su familia.

Este estudio permite conocer más de las consecuencias que trae consigo la ciberadicción reconociendo los riesgos y amenazas presentes en las plataformas virtuales, mostrando las acciones irresponsables que pueden tomar los jóvenes como compartir la clave, o aceptar desconocidos por desconocimiento a lo que puede conllevar confirmando nuevamente la falta de educación de tanto jóvenes como padres en este tema y la ausencia de factores protectores que permitan mitigar los efectos negativos.

Por otro lado se encontró la investigación de Blanco C, Blanco S, Ovals, Carrillo S. (2018) la cual tiene como título “Relación entre uso de redes sociales y habilidades sociales en estudiantes universitarios de Cúcuta” tiene como objetivo analizar la relación existente entre el uso de las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Cúcuta, se debe agregar que la metodología que utilizaron es cuantitativa de tipo descriptivo-correlacional, de diseño no experimental de corte transversal debido a que en ese estudio no se tiene control sobre las variables a analizar y se ubica en un momento único en la línea del tiempo.

En cuanto a la población escogida fueron estudiantes de primer, segundo y tercer semestre del programa de psicología, la muestra aleatoria simple de 114 estudiantes, recolección de datos a través del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) que evaluaron el nivel de adicción, tipos de adicción y factores de vulnerabilidad en las redes sociales; y la Escala Multidimensional EMES de Expresión Social, adaptados para población colombiana en el componente cognitivo y motor, como resultado encontraron que los estudiantes analizados en su mayoría presentan adicción general por las redes sociales, siendo el 54,4% adicción Alta y 42,1% adicción Moderada.

Dicho lo anterior comprueban que existe relación negativa entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes, lo que indica que a mayor adicción menor capacidad por parte de los mismos para expresar ciertas habilidades sociales es por esto que el estudio aporta datos a la variable de ciberadicción y las consecuencias de esta, donde recalcan que al presentar adicción los estudiantes en lo referente al factor cognitivo se expresan de manera adecuada, sin embargo, presentan moderado temor a hacer y recibir peticiones y moderado temor a hacer y recibir cumplidos. Asimismo, en lo referente al factor Motor son las que evidencian mayor dificultad a la hora de ser expresadas por los estudiantes.

Se debe agregar la investigación “Análisis del uso de las redes sociales en los estudiantes universitarios de San José de Cúcuta-Colombia” realizada por Ararat Cuberos (2016), la cual tiene una metodología cuantitativa ya que se fundamenta en el método hipotético deductivo y su alcance es descriptivo, en cuanto a su población objeto de estudio se basó en los estudiantes universitarios a los cuales aplicaron una encuesta con respuestas cerradas donde en algunas utilizaron la escala tipo likert para la recolección de los datos.

De donde resulta que el 100% de los encuestados afirman que si utiliza de manera constante las redes sociales, así mismo el 93% de los estudiantes afirma que utiliza el móvil como aparato electrónico para conectarse a las redes sociales, el 6% lo hace por medio del ordenador y el otro 1% a través de la Tablet, hay que mencionar además que el 62% de los encuestados afirma que la red social más utilizada es WhatsApp, el 23% Facebook, el 9% Instagram, el 4% YouTube y el 2% restante Twitter. El 83% de los encuestados responde que no ha sido víctima de acoso informático, mientras que el 17% afirma que sí lo ha sido.

Por otra parte el 88% de los estudiantes no han estado involucrados en algún tipo de problema por parte de la utilización indebida de las redes sociales, el otro 12% afirma que sí lo han estado, donde se evidencian la gran influencia por parte de los jóvenes en la utilización de las redes sociales señalando la importancia que presenta en la actualidad, cabe señalar que este estudio aporta a la investigación tanto la frecuencia del uso de las redes sociales y la que se utiliza más por los estudiantes a su vez se demuestra que en gran cantidad han sido víctimas de acoso informático.

Marco Teórico

Capítulo I

Adolescencia

En el primer capítulo se abordará tema de la adolescencia y sus implicaciones especificando su definición, fases desde la inicial hasta la tardía con su respectivo rango de edad, desarrollo físico, psicosocial, cognitivo, emocional teniendo en cuenta el género y por último se relaciona esta población con el uso de las plataformas de internet reconociendo la vulnerabilidad de generar ciberadicción en esta etapa teniendo en cuenta los alcances y factores que se encuentran comprometidos.

Se reconoce a la adolescencia como una etapa crucial en el ser humano siendo importante profundizar en el tema; por una parte, la OMS (2019), la define como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios, superado únicamente por el que experimentan los lactantes. Esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos.

Uno de los aspectos más importantes en esta etapa es “que ocurren cambios rápidos y de gran magnitud, la persona se hace tanto biológica, como psicológica y socialmente madura y capaz de vivir en forma independiente (o más bien en camino hacia ello en la actualidad, aunque depende de las circunstancias)” (Gaete, 2015). Es decir, es difícil dar una definición exacta de los procesos que ocurren en esta etapa debido a que las experiencias individuales son diferentes incluso en el mismo sexo y una gran variación en la forma en que adquiere la independencia anteriormente mencionada.

Hay que mencionar, el camino hacia la edad adulta no es una progresión lineal. Los adolescentes no se van haciendo adultos de forma gradual y continua con el paso del tiempo, sino que más bien alternan entre actuar como adultos y actuar como niños. Al irse desarrollando, los adolescentes pasan gradualmente más tiempo comportándose como adultos y menos tiempo comportándose como niños. Graber , Kimmel(2019).

El progreso del desarrollo adolescente se visualiza en la medida en que estas tareas se logran e integran con competencias que emergen posteriormente, llevando finalmente a un funcionamiento adaptativo durante la madurez. La Sociedad de Medicina y Salud Adolescente (SAHM), de Estados Unidos “esquematizan la adolescencia en tres etapas que pueden solaparse entre sí que son adolescencia inicial o temprana desde los 10 a los 13 - 14 años, media desde los 14-15 a los 16-17 años y tardía 17-18 años en adelante. Citado por Hidalgo y Guemes (2013).

1.1 Desarrollo Físico.

Durante la adolescencia se van a generar un rápido crecimiento tanto en estatura como en peso, “desde el comienzo de este periodo van a ocurrir cambios hormonales que generan el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, con la acentuación del dimorfismo sexual, crecimiento en longitud, cambios en la composición corporal y una transformación gradual en el desarrollo psicosocial. Todos estos cambios tienen una cronología que no coincide en todos los individuos y es más tardía en los hombres que en las mujeres.” (Diz, 2013). hay que mencionar además los cambios llamativos en la esfera sexual, aumento de la masa ósea.

Por otro lado, el pico máximo de crecimiento: en la pubertad, los adolescentes emprenden un aceleramiento final hacia la altura adulta, a medida que el crecimiento en altura se acelera, llega a un pico y finalmente desciende hasta llegar a cero. El tiempo y sincronización de este pico de crecimiento puberal es altamente variable entre los individuos. Flores y Vargas. (2013). como se dijo anteriormente esta etapa para los adolescentes se presentan cambios abruptos debido a que todo su cuerpo se dispone para la adultez.

En relación con “el inicio de los cambios puberales viene determinado tanto por variables genéticas como ambientales (alimentación, condiciones de salud personal y ambiental, higiene, actividad deportiva, lugar geográfico, estímulos psíquicos y sociales, etc.” Hidalgo y González (2014) , a su vez estos tiene cambios en sus modelos de sueño se cree que es debido a la mayor autonomía de a la hora acostarse e ir a conciliar el sueño ya que pueden demorar debido a que realizan otras actividades de ocio.

La maduración cognitiva durante la adolescencia no está asociada tanto con el desarrollo de regiones cerebrales que se vuelven funcionales, como con la emergencia de redes neuronales que soportan estrategias más eficientes para la realización de tareas cognitivas concretas. Aunque la activación de zonas prefrontales es evidente, también sucede lo mismo con otras zonas del cerebro. Actualmente se considera que el desarrollo cerebral es un proceso dinámico de organización de redes, con diferentes regiones compitiendo, influenciándose, y cooperando, y en ese proceso adquieren nuevas y con frecuencia más eficiente roles en la modulación de las habilidades cognitivas. Johnson (citado en Marina,2014).

1.2 Desarrollo psicosocial.

Los objetivos psicosociales a conseguir en la adolescencia son: lograr la independencia de los padres, tomar conciencia de la imagen corporal, establecer relaciones con los amigos, así como la adopción de estilos de vida y establecer la identidad sexual, vocacional, moral y del yo. También se considera que se pasa del pensamiento concreto al abstracto con proyección de futuro, característico de la madurez; cabe destacar que cada proceso es diferente teniendo en cuenta las características individuales. Güemes, Ceñal y Hidalgo (2017)

En relación a la búsqueda de la identidad, Erikson, citado por (Papalia, 2012), la define como una concepción coherente del yo, compuesta por metas, valores y creencias con las que la persona establece un compromiso sólido. La principal tarea de la adolescencia, decía Erikson, es confrontar la crisis de identidad frente a confusión de identidad, o identidad frente a confusión de roles, de modo que pueda convertirse en un adulto único con un coherente sentido de yo y un rol valorado en la sociedad.

Esta crisis consiste en que los adolescentes, tienen que definir su sentido del yo “¿Quién soy yo?”, o experimentar confusión sobre sus papeles. Para esto tiene en cuenta la virtud “fidelidad”. En este estadio se encuentran los secretos internos de cada persona que despiertan la sensación de querer pertenecer a un grupo determinado donde se sienta libre aceptados y no excluidos lo que les permite afianzar su identidad. Cano, Hernandez y Perez (2015)

Los componentes de la identidad son tres: La identidad dada, es aquella que ya está definida por rasgos genéticos, por consecuencias en la infancia y factores que rodean al individuo en desarrollo, este tipo de identidad no es elegida por el individuo que la posee, sino es ya previamente determinada. También se identifica la identidad elegida, en ella el individuo en desarrollo tiene la potestad de elección, de inclinarse hacia actividades o conductas que sean de su agrado.

La identidad principal, el auto concepto y la autonomía que va logrando el individuo a través de los años y la experiencia, hace que de acuerdo a su criterio tenga la capacidad de elección e intereses en esta etapa y cada uno de los individuos de acuerdo a sus elecciones será diferente uno de otro. Teniendo en cuenta que los elementos que componen la identidad son los rasgos, los comportamientos, las creencias, los valores, la conducta y las capacidades. Soria (2016)

Garbarino, González y Faragó (2010) plantean que el adolescente tenderá a identificarse con figuras del entorno social que tengan distintos aspectos de los padres, como la autoridad, la capacidad de enseñar, de cuidar; tendrá otros tipos de identificaciones como pueden ser las relacionadas a sentimientos de admiración, es por esto que buscarán ídolos ya sea a nivel musical, actores, etc. En la adolescencia se destaca la identificación con líderes de grupos de pertenencia, ya que el joven intenta ser parte de éstos y pueden influir de manera positiva o negativa.

1.3 Desarrollo cognitivo.

En el desarrollo cognitivo se los adolescentes se presentan las operaciones formales donde ya no está preocupado exclusivamente por la restringida ocupación de organizar la información que recibe de los sentidos. Gracias a esta nueva propiedad, posee ahora la capacidad potencial de concebir y elaborar todas o casi todas las situaciones posibles que podrían coexistir con la situación dada, conceptualizando con una mayor

precisión el planteamiento y resolución de un problema determinado. Carretero y León (2013).

El adolescente y, por ende, el adulto, gracias a esta característica del pensamiento y al dominio de la combinatoria, será capaz no sólo de relacionar cada causa aisladamente con el efecto, sino también de considerar todas las combinaciones posibles entre las distintas causas que determinan dicho efecto trayendo consigo un razonamiento más complejo que permite que se cuestione ideas y conceptos planteados durante su infancia y busque comprobarlos de tal forma que puedan establecer su propio criterio.

Ahora bien, para que el adolescente realice con éxito esta acción comprobatoria, necesita además aplicar un razonamiento hipotético-deductivo que le permita señalar cuáles son las consecuencias de las acciones realizadas sobre la realidad. En otras palabras, ante una situación determinada, el adolescente no sólo opera sobre las posibilidades que ofrece la formulación de hipótesis que expliquen los hechos presentados, sino que, como resultado de aplicar un razonamiento deductivo, es capaz también de comprobar sistemáticamente el valor de cada una de las hipótesis que se le ocurren. Carretero y León (2013)

En relación al desarrollo cerebral, Frith (citado por Caro 2013), sostiene que en la adolescencia el cerebro todavía se está desarrollando: es adaptable y necesita ser moldeado y modelado. El cerebro adolescente es sumamente sensible, por lo cual la experiencia durante esta etapa del ciclo vital es fundamental. La educación secundaria es crucial, así como la protección por parte de los adultos para reducir las probabilidades de conductas de riesgo para la salud. Es importante entender que el cerebro adolescente es un cerebro inmaduro, lo cual tiene implicancias incluso desde el punto de vista jurídico.

Otra característica de la adolescencia es la conducta prosocial que se asocia con el establecimiento de conductas de carácter voluntario y empáticas dirigidas al beneficio de otros, tales como ayudar en los deberes o escuchar a otros cuando quieren hablar sobre un problema. Asimismo, en la etapa del desarrollo adolescente este tipo de conducta se asocia estrechamente con aspectos académicos tales como el éxito en los estudios, la promoción de la competencia social y académica, la motivación, las atribuciones

académicas internas, determinadas estrategias y habilidades de estudio, control del tiempo y concentración. Hernández, Espada y Guillen (2016)

Otro factor intrapersonal que influye positivamente en el desarrollo de los adolescentes es la empatía, resiliencia, la responsabilidad personal y social, las creencias sobre autoeficacia social y el auto concepto, definido como el conjunto de percepciones que una persona mantiene sobre sí misma a partir de la valoración personal y de la evaluación de los otros significativos, reconociendo que si este es positivo contribuye a un desarrollo saludable. Rodríguez y Fernández (2016)

1.4 Adolescencia e internet

Los adolescentes de hoy en día deben ser considerados como “nativos digitales” y por tanto han crecido inmersos en la tecnología digital, con Internet, los videojuegos, la telefonía móvil y un conjunto variado de gadgets (pequeños dispositivos y/o mini aplicaciones con funciones específicas que ofrecen diversas prestaciones tecnológicas), que presentan algunas características en común, como son su ubicuidad y su sencillez de uso, proporcionando el acceso a múltiples contenidos y ofreciendo la posibilidad de mantener al mismo tiempo un gran número de contactos y relaciones sociales. Mayer (2011).

A causa de lo anteriormente mencionado los adolescentes utilizan las redes como medios de comunicación entre sus pares de ahí aparece el concepto Arab y Díaz. (2014). de la cibercomunicación el cual define como el proceso de la comunicación mediatizado a través de internet, y a través de las redes sociales en general. Nace dentro de un contexto cultural denominado cibercultura, que se define como una “cultura nacida de la aplicación de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, en medios masivos como internet.

Es importante recalcar que al estar utilizando estas redes o plataformas esta población puede estar expuesta a diversos riesgos como lo son , “el abuso sexual infantil y adolescente, que pueda darse, al usar los distintos servicios y recursos que ofrece Internet como los chat, los videos, los juegos, entre otros; en segundo lugar la multiplicidad de páginas engañosas con contenidos pornográficos, sado-masquista, racista y violento, en tercer lugar el bullying o

acoso de amigos y compañeros de escuela o vecindario”. García C., López MC., García A. (2014)

Por otro lado, se puede evidenciar un “previsible incremento de la violencia y la agresividad e impulsividad debido a las características de la inmadurez de estas edades, y al hecho de contar con un instrumento de potenciación enorme de los comportamientos –también de los negativos-, observamos que muchos conocen problemas que afectan a compañeros, e incluso reconocen haber hecho un uso “vengativo” de la red sin tener en cuenta las consecuencias que genera”. Hoz (2014)

En relación a la privacidad en las plataformas de internet se percibe una perspectiva tradicional de los adolescentes en relación a sus padres, es su propósito de querer supervisar, esto se vincula con procesos de gestión de la autonomía e independencia llegando a la idea de que los chicos no tienen sentido de vergüenza, no tienen sentido de privacidad, son exhibicionistas, publican sus diarios, sus fotografías, números de teléfono, pierden el tiempo y se ponen en riesgo. Los adolescentes, por otro lado, desean ser públicos teniendo privacidad, huyendo de padres y cuidadores. Boyd (2014).

Los riesgos que están más presentes en este tipo de plataformas son los relacionados con la seguridad de la información, la privacidad, la intimidad, la protección de la infancia, la propiedad intelectual y las suplantaciones de identidad. Estos riesgos no afectan exclusivamente a los menores, pero factores como la edad y la madurez, así como la falta de experiencia, la despreocupación o falta de consciencia en relación a las consecuencias, a corto o largo plazo, sobre los actos cometidos, provocan que los más jóvenes se conviertan en seres todavía más vulnerables antes los posibles riesgos existentes en la red. Lázaro (2012).

La identidad en el desarrollo adolescente está siendo elaborada como una actividad conjunta y a través del uso de las nuevas tecnologías, especialmente de Internet y las redes sociales. Necesitan estar en contacto a través de las redes sociales como una forma de reafirmar su lugar en el mundo perteneciendo a grupos donde pueden permanecer activos a cualquier hora. El significado del desarrollo de las amistades es un componente crucial para el proceso de maduración, los amigos son en muchas circunstancias consejeros, apoyo, diversión y conexión que puede volverse soledad, así que las amistades permiten la transición a la adultez. Calleja, Ibarra y Martín (2017).

Cabe mencionar que el uso de ordenadores, videojuegos, internet y móviles o celulares; los cuales son los que han tenido mayor penetración en los países latinoamericanos, ha cambiado el estilo de vida de todas las personas alrededor del mundo, especialmente en el grupo de los jóvenes, los cuales no han tenido que hacer mayor esfuerzo por adaptarse a estas nuevas tecnologías ya que han avanzado en conjunto, desarrollando así nuevas formas de aprendizaje, interacción y comunicación, lo cual hace que los adultos intenten comprender la brecha digital que los separa. Vidales (2013).

Según un estudio realizado por Basile y Linne (2013), en Buenos Aires, las actividades más realizadas en internet por los adolescentes son utilizar redes sociales, revisar contenidos audiovisuales, chatear vía mensajería instantánea y buscar información mediante google, es decir, la principal función de la web es a nivel socio-comunicacional, siendo las plataformas de comunicación y entretenimiento común para la mayoría de los adolescentes (facebook, youtube, whatsapp, entre otras). Además en el mismo estudio se pudo destacar lo importante que es para los adolescentes la gratuidad a diversos materiales de interés propio en Internet.

El acceso a internet puede tener una influencia negativa que trae además como consecuencia que los adolescentes pueden olvidarse por un momento de sus actividades diarias y construir un mundo totalmente distinto a su realidad, mostrando conceptos ideales de sí mismos con los demás, teniendo en cuenta que la comunicación por este tipo de redes suele darse mayormente de adolescente a adolescente, ya que buscan interactuar con personas con afinidades similares, buscando así que se interesen en él o ella. Yanela, Flores, Quijano, Robles y Vargas (2017).

Además de esto, según Domínguez, Geijo, Sanchez, Imaz y Cabús (2012), así como existen problemas de adicción a sustancias, el uso reiterado de internet también puede provocar ciertos problemas similares, ya que internet produce recompensas a corto plazo lo cual motiva a que su uso y algunos comportamientos sigan produciéndose con el tiempo. Si bien esto se puede distinguir como un comportamiento problemático, no existe acuerdo en cuanto a la delimitación de esta conducta, sin embargo, en la literatura científica puede ser considerado como comportamientos psicopatológicos de adicción, impulsión y compulsión a internet.

Además, otro punto interesante es el de Martínez (2012), quien mediante estudios ha determinado la relación que existe entre el uso de las redes sociales y el sentimiento de soledad, apreciándose una marcada relación entre ambas, indicando que el uso excesivo de internet causa soledad, sin embargo, inferimos en ello y creemos que quienes sienten un vacío de soledad son quienes invierten más tiempo en las redes sociales. El adolescente siente además una gran necesidad de estar conectado en todo momento a las redes sociales, sin darse cuenta que poco a poco éstas han invadido o se han apropiado de toda su vida, dejando así de lado la comunicación cara a cara con las personas de su entorno.

Otro de los factores que se debe tener en cuenta es el que menciona Sámano (2013), quien incide en la importancia de la educación informal implícita en las redes sociales, en las cuales tiene lugar un aprendizaje significativo, el aprendizaje por descubrimiento. Los adolescentes imitan las conductas que observan en la red, las cuales, en muchas ocasiones, son inapropiadas o perjudiciales. Pudiendo llegar a provocar graves problemas de salud como trastornos alimentarios, conductas narcisistas, aislamiento, trastornos obsesivos, entre otros.

En conclusión, son múltiples los beneficios que las redes sociales aportan en el desarrollo de la personalidad del colectivo adolescente, pues son espacios de comunicación e intercambio social abiertos, que permiten a los adolescentes relacionarse con su grupo de iguales y desarrollar su sentido de pertenencia hacia un grupo, esencial para su correcto desarrollo, pero no podemos obviar que a pesar a la naturalidad con la que se desenvuelven en el entorno digital no disponen de la madurez necesaria para hacer frente a los numerosos retos y peligros que entraña la red por esto se hace necesario educar en su uso adecuado. Cruz (2016).

Capítulo II

Inteligencia Emocional

Es definido como un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios, así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones. (Salovey, Brackett y Mayer), (Citado Jiménez 2019). Se considera que fue Goleman quien primero conceptualizó la inteligencia emocional, que es una metahabilidad que determina el grado de destreza que podemos conseguir en el dominio de nuestras otras facultades, considerándola como el más importante de los factores que intervienen en el ajuste personal, en el éxito en las relaciones personales y en el rendimiento en el trabajo.

Este autor destaca cinco elementos determinantes del desarrollo de la inteligencia emocional: la conciencia emocional, el autocontrol, la motivación, la empatía y la habilidad social. Las tres primeras dimensiones dependen fuertemente de la propia persona, correspondiéndole con el propio yo: ser consciente de uno mismo, saber controlar en cierto modo los propios estados de ánimo y motivarse a sí mismo. En contraposición, las otras dos dimensiones (empatía y habilidad social) hacen referencia a la relación con las otras personas, configurando ambas la competencia social. Goleman (2012).

Mayer y Salovey en 1990 (citado por Belmonte, 2013), dentro de una perspectiva cognitiva, acuñan el término de IE definiéndolo como una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos. Este modelo distingue un conjunto de tres procesos adaptativos: la evaluación y expresión de las emociones; la regulación de la emoción; y la utilización de la emoción de manera adaptativa.

Los dos primeros procesos están subdivididos en apreciaciones de “uno mismo” y “de los demás”, pues Salovey y Mayer consideraban muy importantes la percepción y regulación emocional que los individuos realizaban tanto a nivel personal como hacia los demás. Además, la valoración y expresión emocional propia, fueron subdivididas en los dominios verbal versus no-

verbal; por su parte, la valoración y expresión emocional hacia los demás, se dividió en percepción no verbal y empatía. El proceso de utilización emocional fue dividido en cuatro sub-ramas implícitas en la resolución de problemas a través de comportamientos adaptativos.

La importancia del control y la regulación de las emociones surge, también, de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales, ya que lo contrario tendría consecuencias muy negativas tanto a nivel personal como social. Además, todas las personas necesitan sentirse seguras emocionalmente, es decir, tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional. El factor emocional se considera como un elemento muy importante en la prevención y/o desarrollo de algunas enfermedades: se está demostrando que emociones negativas como la ira, el miedo, el estrés, la depresión, etc. tienen un efecto directo sobre la salud (Perea, 2002).

2.1 Percepción, valoración y expresión de las emociones

La percepción emocional es la habilidad para identificar y reconocer tanto los propios sentimientos como los de aquellos que te rodean. Implica prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales de la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz. Esta habilidad se refiere al grado en el que los individuos pueden identificar convenientemente sus propias emociones, así como los estados y sensaciones fisiológicas y cognitivas que éstas conllevan. Por último, esta habilidad implicaría la facultad para discriminar acertadamente la honestidad y sinceridad de las emociones expresadas por los demás. Fernández y Exterma (2005).

De forma más amplia es la habilidad que refiere a la certeza con la que las personas pueden identificar las emociones y el contenido emocional en ellos mismos y otras personas. Incluye el registro, la atención y la identificación de los mensajes emocionales. Se conforma de cuatro subhabilidades: habilidad para identificar emociones en las sensaciones, estados físicos y pensamientos propios, habilidad para identificar emociones en otras personas, formas de arte, lenguaje, apariencia y comportamiento, habilidad para expresar emociones adecuadamente y para expresar necesidades relacionadas con esos sentimientos y habilidad para discriminar la adecuada o inadecuada de la expresión de los sentimientos. Mayer y Salovey 1997 (Citado por Mestre, 2008).

En relación a la sub-habilidad de identificar las emociones propias Mayer, Caruso y Salovey (2000), consideran que aquellas personas que son más precisas en percibir y responder a sus propias emociones también pueden serlo con las emociones de otros. La exactitud con que perciben no sólo sus propias emociones y la de los demás (identificación de la emoción en otras personas), es debida al conocimiento que tienen de sus propios estados afectivos. Así, para llevar a cabo interacciones sociales adaptativas, los sujetos deben igualmente ser precisos en las evaluaciones de los estados emocionales de las personas con las que interactúan.

Así los sujetos más emocionalmente inteligentes deben tener una adecuada capacidad para percibir, comprender y empatizar con las emociones de los demás de una manera concisa (precisión en la expresión de emociones). Esta capacidad incluiría la habilidad de percibir las señales no verbales que reflejarán el estado emocional de una persona, saber apreciarlas y actuar adecuadamente con aquéllas en función del estado emocional percibido, lo que supondría haber adquirido la siguiente subhabilidad de este primer bloque, concretamente la discriminación entre sentimientos y entre las expresiones sinceras y no sinceras de los mismos. Mestre, Brackett. Guil y Salovey (2009).

No obstante, la habilidad para apreciar las emociones es general, es decir, cada persona percibe de manera distinta las emociones de acuerdo a sus experiencias y aprendizaje a lo largo de su vida. Algunos sujetos no comprenden bien sus sentimientos, así como los sentimientos ajenos o, solo perciben aquellas emociones que son o no agradables y, por el contrario, algunos pocos tienen un gran abanico para describir los distintos matices los detalles emocionales y poseer una capacidad mayor sobre la percepción de sí mismo, como del resto de personas. (Fiori, 2009).

2.2 La facilitación emocional del pensamiento

En esta rama se hace referencia al uso de las emociones como una parte de los procesos cognitivos, como podrían ser la creatividad y/o la resolución de problemas. Consiste en la capacidad que permite al sujeto conectar las emociones con las sensaciones, como, el sabor y el olor y, a través de ellas les facilita el pensamiento. En esta dirección, las emociones son las que permiten dirigir o redirigir el pensamiento, enfocando la observación hacia la información más significativa. Salovey, Mayer y Caruso, (2000)

Las principales sub-habilidades asociadas a este segundo bloque serían, siguiendo a Mestre, Palmero y Guil (2004), en primer lugar, se encuentra la redirección y priorización del pensamiento basado en los sentimientos; en segundo el uso de las emociones para facilitar el juicio (toma de decisiones); también en tercera posición esta la capitalización de los sentimientos para tomar ventaja de las perspectivas que ofrecen. Y por último el uso de los estados emocionales para facilitar la solución de problemas y la creatividad.

Así, se entiende que las emociones ayudan a dirigir nuestra atención hacia la información considerada relevante, hasta el punto de que determina tanto la manera en que procesamos la información como la forma de enfrentarnos a los problemas dirigiendo nuestra conducta. Las emociones están relacionadas de forma compleja con varios subsistemas psicológicos como serían el fisiológico, el experiencial, el cognitivo y el motivacional. La facilitación emocional del pensamiento sería la responsable de regular cómo las emociones se introducen en el sistema cognitivo y alteran las cogniciones en las que se sustenta el pensamiento.

Las emociones y los pensamientos se encuentran fusionados sólidamente y, si se sabe utilizar las emociones al servicio del pensamiento, esto ayuda a razonar de forma más inteligente y tomar mejores decisiones. Se descubrió que dominar las emociones y hacerlas partícipes de los pensamientos favorece una adaptación más apropiada al ambiente. La emoción se funde con la forma de pensar consiguiendo guiar la atención a los problemas realmente importantes, facilita el recuerdo de eventos emotivos, permite una formación de juicios en función de los sentimientos. Fernández y Extremera (2002).

Por otra parte, el “cómo nos sentimos” guiará los pensamientos posteriores, influirá en la creatividad en el trabajo, dirigirá la forma de razonar, afectará a la capacidad diaria de deducción lógica y definirá la conducta. La facilitación del pensamiento emocional marca cualquier objetivo planteado debido a que después de una percepción de las emociones permite asociar un pensamiento que se relacione con la emoción que se presenta en consecuencia a un estímulo en específico.

2.3 La comprensión de las emociones

Este apartado hace referencia a la habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan los sentimientos. Además, implica una actividad tanto anticipatoria como retrospectiva para conocer las causas generadoras del estado anímico y las futuras consecuencias de nuestras acciones. Igualmente, la comprensión emocional supone conocer cómo se combinan los diferentes estados emocionales dando lugar a las conocidas emociones secundarias, incluye la habilidad para interpretar el significado de las emociones complejas. Fernández y Extremera (2002).

Por otra parte, Mayer y Salovey, 1997 citado en (Mestré, José, Guil, Brackett y Salovey 2008), se refiere al conocimiento del sistema emocional, en otras palabras, a conocer cómo se procesa la emoción a un nivel cognitivo, y cómo afecta el empleo de la información emocional en los procesos de razonamiento; comprende el etiquetado correcto de las emociones, la comprensión del significado emocional, no sólo de emociones sencillas, sino también de emociones complejas, así como la evolución de unos estados emocionales en otros.

Se puede observar que esta al igual que las otras ramas del modelo, se conforma de cuatro sub-habilidades: habilidad para etiquetar emociones y reconocer las relaciones entre ellas y las palabras, como las relaciones entre gustar y amar, habilidad para la expresión de las emociones en función de relaciones, por ejemplo que la tristeza siempre acompaña a una pérdida, habilidad para entender emociones complejas como sentimientos simultáneos de amor y odio o combinaciones de amor y tristeza y la habilidad para reconocer posibles transiciones entre emociones como el paso de enojo a satisfacción o tristeza.

2.4 Regulación reflexiva de las emociones

Esta se relaciona con la capacidad de estar abierto tanto a los estados emocionales positivos como negativos, reflexionar y determinar si la información que los acompaña es útil sin reprimirla ni exagerar, así como para la regulación emocional de las propias emociones y las de otros, evitando

así respuestas descontroladas ya sea en momentos de ira o miedo, según el modelo de Mayer y Salovey de inteligencia emocional la integra en sub-habilidades las cuales son:

Habilidad para permanecer abiertos a sentimientos, ya sean placenteros o no, habilidad para atraer o distanciarse reflexivamente de una emoción dependiendo de su información o utilidad juzgada, habilidad para monitorear reflexivamente las emociones en uno mismo y otros reconociendo cuán puras, comunes, importantes o razonables son y la habilidad de manejar en uno mismo y otros las emociones, incrementando sus efectos negativos y maximizando los positivos sin reprimirlas o exagerarlas al momento de expresarlas Mayer y Salovey, 1997 citado en (Mestre, 2008).

Por otro lado, se ha considerado como la capacidad para evitar respuestas emocionales descontroladas en situaciones de ira, provocación o miedo. Tal definición es comúnmente considerada correcta, pero resulta incompleta. Las investigaciones están ampliando el campo de la autorregulación a las emociones positivas. Una línea divisoria invisible y muy frágil demarca los límites entre sentir una emoción y dejarse llevar por ella. La regulación supone un paso más allá, consiste en percibir, sentir y vivenciar nuestro estado afectivo, sin ser abrumador o avasallado por él, de forma que no llegue a nublar nuestra forma de razonar. Fernández, Extremera, Natalio. (2020).

Posteriormente, se hace referencia a la capacidad de gestionar las emociones propias y las de los demás. Se trata de una habilidad muy importante, en cuanto influencia el bienestar del individuo y su capacidad de comportarse adecuada y eficazmente en las situaciones estresantes de la vida cotidiana, moderando las emociones negativas y valorando las positivas, con el objetivo de lograr una buena y adecuada adaptación. A este nivel corresponde la capacidad de tolerar y agrupar las emociones cuando estas son experimentadas, independientemente de la naturaleza de la emoción (agradable o desagradable). Mejía Díaz (2012).

2.5 Inteligencia emocional y los adolescentes

El desarrollo de las habilidades y competencias tanto emocionales como sociales es uno de los tantos logros fundamentales que se empiezan a gestar desde la etapa infantil y que perdura hasta

la edad adulta. Es por lo tanto imprescindible reflexionar sobre la importancia del desarrollo emocional y la construcción de la personalidad desde el momento del nacimiento, comenzando por su fomento desde la familia y continuando en la escuela. (Cruz, 2014). En este caso se hará énfasis en los adolescentes debido a que es nuestra población a investigar.

Los adolescentes emocionalmente inteligentes tienen mejor salud física y psicológica y saben gestionar mejor sus problemas emocionales. En concreto, los estudios realizados informan de un menor número de síntomas físicos, menos niveles de ansiedad, depresión, ideación e intento de suicidio, somatización, atipicidad y estrés social, y una mayor utilización de estrategias de afrontamiento positivo para solucionar problemas. La inteligencia emocional en los adolescentes tiene efectos en el ajuste psicológico, rendimiento académico, relaciones sociales y conductas agresivas. Fernández y Extremera (2013).

Hay que mencionar, además, que esta ayuda a los adolescentes a llevar una vida más elevada y tener mejor calidad en sus relaciones sociales, de igual forma al desarrollar este tipo de inteligencia les permite alcanzar un bienestar psicológico y estabilidad emocional, estos adolescentes son aquellos que tienen menos posibilidades de tener un comportamiento autodestructivo. Son adolescentes que se relacionan de mejor manera con los otros, son más sociables, tienen un mejor comportamiento, y suelen tener más control de sus impulsos, llevando un buen ajuste emocional. Orbea Guarnizo (2019).

En la etapa adolescente la necesidad de la educación emocional es todavía más ineludible. Es necesario introducir un cambio en la forma de educar más allá de la transmisión de contenidos. Esta etapa es un momento clave para el crecimiento emocional en el cual experimentan grandes cambios, como la aceleración de su desarrollo físico, la preocupación por su aspecto, la madurez sexual, la búsqueda de la identidad personal, la elaboración del auto concepto, la rebeldía respecto al adulto, la importancia de la pandilla, los intereses profesionales, etc. los cuales generan una gran ambivalencia emocional. Todo ello justifica la relevancia de intervenir educativamente. Pérez y Pellicer (2015).

Un estudio realizado por Salguero, Fernández, Ruiz, Castillo y Palomera (2011), aporta evidencias sobre la importancia que las habilidades emocionales poseen a la hora de predecir el ajuste psicosocial de los adolescentes. De forma concreta, aquellos adolescentes que mostraron una

mayor destreza a la hora de identificar el estado emocional de otras personas informaron igualmente de mejores relaciones sociales, una mejor consideración hacia sus padres y mayor percepción de sentirse estimados por éstos, y un menor nivel de sentimientos de estrés y tensión en las relaciones sociales. La percepción emocional predijo también de forma significativa el nivel de confianza y competencia percibida por los adolescentes.

Por otro lado, en un estudio longitudinal realizado en adolescentes se encontró que mientras los componentes claridad y reparación predecían un buen ajuste psicológico, los niveles de atención que el adolescente reportaba eran el predictor más fuerte de una baja salud mental. Con respecto al factor reparación, se sostiene que aquellos adolescentes que tenían la creencia de poder regular con éxito los estados emocionales propios mostraron menos problemas psicológicos porque se sentían más capaces de superar la adversidad Salguero Salguero, J. M., Palomera, R., & Fernández-Berrocal, P. (2012).

A su vez cabe señalar que los resultados obtenidos en diversas investigaciones han mostrado que los adolescentes que tenían bajas competencias emocionales tienden a tener más problemas de identidad, estrés, depresión, alteraciones psicósomáticas, menos habilidades para pedir ayuda y apoyo social, así como más ideas suicidas Ciarrochi y col., (2003), citado en Bausa, Bannasar y Carmen (2009), por medio de estos se puede evidenciar las consecuencias negativas de una baja inteligencia emocional.

Es importante reconocer que la conducta emocional está compuesta por dos vertientes: una heredada y la otra aprendida siendo esta el mayor porcentaje, dichas conductas son aprendidas a través de los padres, docentes y personas que rodean al adolescente. Con el fin de lograr que el adolescente aprenda a controlar adecuadamente sus emociones se hace necesario que los padres y docentes cuenten con la suficiente información como para aportar en la regulación y el control de sus estados emocionales, siendo ellos facilitadores en el aprendizaje y el desarrollo. Martínez, Ríos y Marín (2019).

La evaluación adecuada de la IE permite obtener datos muy útiles y novedosos del funcionamiento y los recursos emocionales de los adolescentes, así como información sobre el grado de ajuste social y de bienestar en el ámbito individual, social y familiar. De esta manera, los estudios realizados evidencian que una baja IE es un factor clave en la aparición de conductas

disruptivas en las que subyace un déficit emocional. Así, en conexión con lo examinado hasta ahora, es esperable que los adolescentes con bajos niveles de IE presenten mayores niveles de impulsividad y peores habilidades interpersonales y sociales, lo que cual favorece el desarrollo de diversos comportamientos antisociales. Pacheco y Berrocal (2004).

Es por esto por lo que la inteligencia emocional debe ser abordada en la educación de un adolescente para que las emociones y los sentimientos se conviertan en aliados y no en enemigos. En el ámbito escolar la inteligencia emocional facilita en los estudiantes el desarrollo de habilidades en las relaciones interpersonales y en la resolución de conflictos, aumentando el bienestar psicológico, mejorando su rendimiento académico y disminuyendo la aparición de conductas perturbadoras o agresivas.

Capítulo III

Ciberadicción

Un acercamiento a la ciberadicción se puede evidenciar en los adolescentes que presentan un uso preocupante de las Redes Sociales e Internet (RSI), con un aumento de las horas de conexión y el número de usuarios “amistades” Müller (2016). Debido a esto pierden la noción del tiempo y de la realidad en la que se encuentran, lo cual genera repercusiones tanto en su salud mental como en sus relaciones interpersonales, ámbito educativo, a su vez también se encuentran alteraciones fisiológicas.

Dicho lo anterior la adicción a Internet o ciberadicción se define como “la pérdida del control frente al uso racional de Internet”. Para esto se deben evaluar una serie de parámetros como el nivel de interferencia y de distorsión en la vida personal, familiar y profesional del individuo. Por ejemplo, si una persona se pasa horas y horas conectada, desatendiendo obligaciones familiares, personales y profesionales de forma reiterada, podríamos estar entrando en una situación de adicción. Basile S. (2006).

Chóliz y Marco (2012), mencionaron que la adicción de las nuevas tecnologías no es equivalente al grave problema de la adicción a las drogas y al alcohol, pero tienen muchos puntos en común. En realidad, cualquier inclinación desmedida hacia una actividad placentera puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio. La adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses.

En definitiva, según Millán y Rojas (2018), la dependencia a Internet está ya instalada cuando hay un uso excesivo con pérdida de control, aparecen síntomas de abstinencia ante la posibilidad temporal de acceder a la red, se establece la tolerancia (es decir, la necesidad creciente de aumentar el tiempo de conexión a Internet para sentirse satisfecho), y se producen repercusiones negativas en la vida cotidiana. En estos casos conectarse a la pantalla requiere una focalización atencional, reduce la actividad física, impide diversificar el tiempo y anula las posibilidades de interesarse por otros temas. No se puede olvidar que esta adicción afecta especialmente a las personas jóvenes, más familiarizadas con las nuevas tecnologías.

Los principales factores que parecen fomentar las cualidades adictivas de Internet son los siguientes: la facilidad de acceso, la disponibilidad, la falta de límites, la experiencia de la distorsión del tiempo mientras se está conectado, la percepción de anonimato y un sentimiento de desinhibición, así como un coste relativamente bajo. Una característica de todas las adicciones es la negación y ocultación del problema. Es difícil que un adicto se considere como tal, y frecuentemente no reconoce su adicción o lo hace en fases tardías, cuando el problema está ya muy acentuado.

Se encuentra que las aplicaciones que más poder adictivo tienen son las que permiten al usuario interactuar con otros, como los chats y los MUDs. Al parecer, si hay algo que diferencia a los usuarios dependientes de los que no lo son es el tipo de aplicaciones que utilizan. Los usuarios no dependientes usan internet para encontrar información y mantener relaciones preexistentes, mientras que los dependientes la usan para socializarse y conocer nueva gente, para implicarse en un grupo. De acuerdo con esto se determinan tres principales áreas de reforzamiento: apoyo social, realización sexual y creación de un personaje. Tipantuña C. (2012).

3.1 Síntomas de la adicción a las Redes sociales e Internet

Para comenzar es importante recordar que la adicción a Internet es el uso mal adaptado de Internet, que conduce a una angustia o a una minusvalía significativa, manifestada por los criterios siguientes, que sobrevienen en cualquier momento durante un periodo de al menos un año, problemas físicos, sociales, profesionales, psicológicos, persistentes o recurrentes, probados o agravados por el uso de Internet (trastornos de sueño, dificultades conyugales, retraso en las citas, abandono de las tareas profesionales, sentimiento de abandono por parte de los allegados). Estos criterios por rigurosos que puedan parecer son casi iguales a todas las dependencias (basta sustituir Internet por juegos o cocaína para efectuar la transformación). Milla y Rojas (2018).

El DSM 5 (APA, 2013), enumera los criterios diagnósticos para las adicciones no tóxicas, pero no es posible transferir dichos criterios sin ninguna adaptación a las nuevas formas virtuales de adicción. La adicción al móvil no es comparable con la adicción al juego online, al uso compulsivo erótico y social de internet, o del miedo a estar sin móvil. Las adicciones derivadas de

las tecnologías han dado lugar a nuevas formas de uso incontrolado e impulsivo, especialmente en adolescentes, dignas de tener en cuenta (Shek & Yu, 2016), para las que no existen criterios definidos y homogeneizados.

Se debe agregar que las principales señales de alarma que denotan una dependencia a las TIC o a las redes sociales y que pueden ser un reflejo de la conversión de una afición en una adicción son las siguientes según Young, (1998): Privarse de sueño (<5 horas), para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos, descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud. Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.

Otro de las señales son pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta. Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo. Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego. Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios. Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador.

Por otro lado, Tao et al. (2010), proponen una lista de síntomas similares a los de otros autores (entre los que se incluyen tolerancia, preocupación, pérdida de interés en relacionarse socialmente y el uso continuado de Internet a pesar de las consecuencias negativas), así como criterios de deterioro y temporales (duración mínima de 3 meses de adicción y al menos 6 horas de conexión diaria “no esencial” de Internet por día). La adicción a Internet posee características en común con otros problemas de autocontrol como trastornos en el control de impulsos, abuso de sustancias y trastornos obsesivo-compulsivos.

A su vez, Block (2008), propone cuatro criterios diagnósticos para la adicción a Internet:

- 1) Uso excesivo de Internet, asociado a una pérdida del sentido del tiempo y descuido de las necesidades básicas;
- 2) Síndrome de abstinencia, incluyendo sentimientos de cólera, tensión o depresión cuando no es posible el acceso;
- 3) Tolerancia, lo que puede incluir necesidad de un mejor equipamiento, más programas, conexiones más rápidas, más tiempo de uso;
- 4) Consecuencias

adversas, tales como mentiras, discusiones, disminución del rendimiento escolar o laboral, aislamiento social, descuido de la higiene y fatiga.

La dependencia a Internet o a las redes sociales está ya instalada cuando hay un uso excesivo asociado a una pérdida de control, aparecen síntomas de abstinencia (ansiedad, depresión, irritabilidad) ante la imposibilidad temporal de acceder a la Red, se establece la tolerancia (es decir, la necesidad creciente de aumentar el tiempo de conexión a Internet para sentirse satisfecho) y se producen repercusiones negativas en la vida cotidiana. En estos casos engancharse a una pantalla supone una focalización atencional, reduce la actividad física, impide diversificar el tiempo y anula las posibilidades de interesarse por otros temas. El sujeto muestra un ansia por las redes sociales y se produce adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto un flujo de transrealidad que recuerda la experiencia de las drogas (Greenfield, 2009; Griffiths, 2000).

3.2 Uso social de las Redes sociales e internet

Las relaciones entre los seres humanos en la actualidad tienen un nuevo campo donde generarse, regenerarse, crecer y transformarse a través de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC). No por ello las relaciones anteriores se derrumban o sustituyen, sino que se están implantando nuevas formas de informarse, mantener el contacto, divertirse, flirtear, etc. que modifican el conjunto de las relaciones entre las personas y, ejemplo de ello son las conocidas redes sociales. Bernete (2010).

De este modo, las redes sociales se convierten en páginas que permiten a los usuarios conectarse con sus amigos e incluso realizar nuevas amistades, a fin de compartir contenidos, interactuar y crear comunidades sobre intereses similares: trabajo, lecturas, juegos, amistad, relaciones amorosas, etc. Pertenecer a una red social, le permite al usuario construir un grupo de contactos, que puede exhibir como su “lista de amigos”, los cuales pueden ser amigos personales, amigos de amigos, o contactos que se conocieron por internet.

También en este sentido, Durán y Guerra (2015), afirman que dichas redes sociales, permiten a sus usuarios desarrollar espacios compartidos, visibles para sus contactos en los que es

posible crear perfiles públicos individuales, e interactuar tanto con amigos con los que se mantiene un contacto fuera de la red como con personas con las que no se mantiene una relación más allá de la propia red social, ha llegado a ser un nuevo entorno de socialización para los jóvenes y un espacio para la construcción de la identidad social con sus iguales.

En la dimensión social, las principales afectaciones que se han detectado es sobre el mal uso del medio, y la predominancia de las relaciones virtuales a las relaciones físicas; es desconectarse mentalmente a la condición que adquiere una persona cuando está presente físicamente en un lugar y con otra u otras, pero su atención se centra en alguien ausente y está más pendiente del teléfono que de la conversación. Esta situación da lugar a otra que muestra mayor descortesía y consiste en interrumpir las interacciones físicas por responder el teléfono o estar contestando mensajes de texto la vez que se le ignora al interlocutor de un diálogo abierto en un espacio público (Dunbar, 2002, citado por Ruelas, 2010).

Cabe señalar un aspecto de suma relevancia para los adolescentes de hoy en día: la imagen corporal. Existe una presión cultural a la que muchos jóvenes están sometidos hasta el punto de que pueden llegar a distorsionar la percepción que tienen de su propia imagen, dañar su autoconcepto, provocar inestabilidad emocional, y en definitiva, aumentar la insatisfacción personal. No sólo la imagen que tienen de sí mismos, sino que lo que cobra especial relevancia es la imagen que se hace pública en sus redes sociales, siendo uno de los elementos a los que dedican mayor tiempo: piensan su imagen, la diseñan, la crean, la producen, la editan y la reeditan. Almansa, Fonseca y Castillo (2013).

También en relación a la personalidad Yang y Tung (2007), encontraron que los adictos experimentan niveles superiores de timidez, depresión y baja autoestima que los no adictos. Los adolescentes con una mayor evitación de la comunicación cara a cara y de las relaciones sociales tienden a tener un fuerte deseo de permanecer aislados del mundo real, y no conectan con los amigos y compañeros. Por lo tanto, los adolescentes con altas puntuaciones en evitación y búsqueda de recompensas sociales en internet recurren a las RSI para satisfacer sus necesidades de comunicación. Estas tendencias conducen al condicionamiento de la AI entre adolescentes.

Uno de los aspectos más comunes del uso social es la publicación de imágenes virtuales. Este aspecto es muy común en adolescentes desde la prepubertad. En un estudio realizado en el

País Vasco por Maganto y Peris (2013), se obtuvo que más del 25% había publicado en Tuenti, entre 500 y 1.000 fotografías y el 21.7% tenía más de 1.000 fotografías colgadas. Además, durante la semana suben fotografías un porcentaje alto de adolescentes (23.5%). Las chicas publican más cantidad y nuevas fotografías y con mayor frecuencia que los chicos. Un alto porcentaje de adolescentes manipulan su imagen antes de publicarla en las RS para mejorarla y conseguir la imagen que ellos/as desean verse y mostrar a los demás.

Boubeta y col. (2015), incluyeron la variable de los padres como influyente en el uso de redes sociales en los jóvenes. Constataron que el hecho de que los padres sean o no usuarios habituales de internet, implica niveles de prevalencia significativamente diferentes, mayores en aquellas familias en las que los padres no usan la Red. Esto constituirá, por tanto, uno de los principales factores de protección. También la comunicación social on-line de jóvenes está influida por la percepción de su identidad y autoestima, así como la compensación social y entorno social.

3.3 Rasgos Frikis

Es necesario recalcar que los rasgos-frikis en relación a internet, hace referencia a las conductas propias de personas que practican desmesurada y obsesivamente una afición en gran medida extravagante, rara o excéntrica (RAE, 2012), como dedicar excesivo tiempo a páginas eróticas y / o pornográficas, a juegos virtuales y / o de rol, conectándose con grupos con intereses comunes. Es decir, se caracteriza por estar realizando su actividad de ocio u gusto por un periodo de tiempo prolongado.

Entre los rasgos frikis, la adicción a la pornografía puede generar problemas físicos, psicológicos, emocionales y espirituales. Así como el consumo de sustancias psicoactivas afectan el cerebro, la pornografía también lo hace. Las personas que enfrentan fracasos sentimentales, académicos, laborales, entre otros, son más propensas a caer en esta adicción y en muchas otras. La ansiedad, angustia y depresión motivan a los adolescentes a llenar un vacío emocional, situación que empeora el problema. En la actualidad, existe una gran cantidad de páginas con alto contenido sexual en internet, a las cuales se puede ingresar de manera gratuita solo con acceso a internet. Velasco y Gil (2016).

También, los videojuegos son dispositivos electrónicos de ocio muy populares en todas las edades, aunque son los adolescentes los que hacen un uso más intensivo. A estos juegos se puede acceder desde el ordenador, la videoconsola o el móvil, y jugarse en solitario o con otros compañeros, de forma masiva o múltiple. Actualmente las plataformas más populares son la videoconsola y el ordenador. Su creciente popularidad ha centrado el interés de padres, investigadores y responsables políticos sobre su potencial dañino. Lorenci, (2012).

Otra característica es que presentan es la pasión por los comics, manga, anime, series frikis, música extravagante, colecciones de todo tipo sobre videojuegos, juegos de rol y tecnología. Sean cuales sean sus aficiones, su dedicación a ellas suele ser máxima, adictiva, extravagante y en la que aspiran a saberlo todo sobre ellas, dedicando todo su tiempo, viéndose alterado e interrumpido su ciclo circadiano del sueño, alimentación, con repercusiones psico-fisiológicas y sociales, graves. Son personas con un aspecto físico poco cuidado, presentan obesidad tanto por el estilo de vida sedentaria que practican como el tipo de dieta fast-food, e hiper calóricas y desorganizada. Perris (2017).

Es decir, presentan un estilo de imagen corporal degradada, poco usual y a primera vista poco atractiva. Sus rasgos psicológicos son un tanto desorganizados en el resto de áreas de su vida. Pueden ser extremadamente funcionales en su área, pero no en el resto de ámbitos como la familia, amigos, negocios, contexto social, y otros posibles ocios. En habilidades sociales presentan bajas habilidades o pocas relaciones presenciales en su día a día, ya que generan su mundo virtual propio, en el que ellos u otros usuarios de sus grupos de interés a quienes permiten mesuradamente compartir un espacio virtual, aunque no compartan ni el mismo espacio, ni lugar.

Una de las características más relevantes del friki es la necesidad de estar continuamente pensando, conversando, dándole forma a su ocio, que con suerte puede convertirse en su oficio. Estas características con las que se siente identificado, propician que mantengan dichas conductas, ya que se obtiene una máxima satisfacción realizándose. No obstante, experimenta un constante y perpetuo deseo que convierte esta serie de conductas en su estilo de vida, que le perjudica en diversos ámbitos, como es el social, académico-laboral, familiar y en el de la salud psico-física. Además, esta tipología de friki, con tendencia a la repetición por compulsión en sus conductas, les lleva a vivir en un aislamiento y satisfacer sus necesidades sociales y sexuales de forma casi individualizada. Peris y Donostia (2017).

En la investigación de Cheng C. (2014), aprecio un listado de características que pueden predecir la adicción a los videojuegos y juegos en línea, los mismos que caracterizan a las personas que presentan rasgos frikis, tal y como son la soledad, la apatía, desánimo y la motivación por los juegos de las aplicaciones de los teléfonos móviles, tablets o TICs. Resalta la frecuencia como variable clara y evidente, ya que las personas que pasan más tiempo jugando a videojuegos son más propensas a desarrollar una adicción.

3.4 Nomofobia

El término “nomofobia” proviene de la abreviatura “no mobile phone phobia”, hace referencia al miedo de no tener a la mano o funcionando el teléfono móvil, lo que genera afectaciones psicológicas, como ansiedad, angustia, desesperación, falta de atención, inseguridad, estrés e incluso ira no controlada; estos padecimientos pueden ir acompañados de síntomas físicos, como contracturas, sudoración excesiva, taquicardia, problemas gastrointestinales y ataques de pánico. King, Valença y Nardi (2010).

El uso de celulares se ha incrementado en la población en comparación con la década anterior debido a la gran utilidad que le pueden dar, como una comunicación más fluida, el uso de cámaras, de internet, juegos, mayor acceso a la información así como la interacción sin ninguna restricción; sin embargo, el tiempo que se le dedica a este dispositivo ha influenciado en la conducta del usuario mostrándose una ansiedad al no hacer uso del mismo por esto lo lleva para todas las actividades que realiza durante el día . Davey S. y Davey A (2014).

En el momento en el que se produce un abuso en el uso/consumo de Internet y de las Redes Sociales, los adolescentes como grupo de edad más vulnerable por sus procesos biológicos y sociales se sienten fuertemente atraídos hacia ellas y más expuestos a las consecuencias negativas que se pueden desprender del mismo. Tal y como afirman Silva y Gutiérrez (2016), los jóvenes constituyen el grupo más propenso al desarrollo de un uso problemático de la Red al encontrarse en una etapa crítica adolescencia de definición de su identidad. La inestabilidad emocional e inseguridad pueden motivarlos a buscar refugio en la web y en las herramientas sociales on-line sin que los adultos apenas lo adviertan.

Estudios de la OMS indican que una de cada cuatro personas sufre trastornos de la conducta relacionados con la problemática, las cuales suelen iniciarse con una conducta ocasional que aumenta de frecuencia hasta convertirse en patológica. La nomofobia afecta principalmente en los jóvenes de entre 18 y 34 años, seguidos de los adultos mayores de 55 años. Salir a la calle sin el celular puede crear ansiedad, preocupación, agresividad y dificultades de concentración. Las personas que utilizan el teléfono móvil más de 3 horas al día, tienen un mayor riesgo de caer en esta dependencia. Estas personas suelen revisar su celular, más de 34 veces al día. (Citado por Baena 2013).

El uso indiscriminado del móvil, el aparato electrónico con mayor accesibilidad es estudiado en sus repercusiones sobre la salud física, ya que se ha descubierto que usar teléfonos móviles más de 10 minutos al día aumenta en un 71 por ciento la probabilidad de padecer tinnitus u otras enfermedades características de la audición, enfermedad conocida por generar un zumbido en el oído interno que causa molestias y disminuye la capacidad adecuada de escuchar. Rodríguez (2012).

El sistema nervioso de las personas que usan de forma desmesurada e impulsiva el celular, parece también verse comprometido, en Australia, el 68% de las personas encuestadas sobre el móvil manifestó haber sentido vibraciones de mensajes o llamadas que realmente nunca llegaron; el 87% de ellas experimentan las sensaciones una vez cada semana y el 13% todos los días, aunque los especialistas no tienen evidencia que esto tenga repercusiones negativas para los usuarios es notorio que si genera un impacto a la salud. (La Razón, 2012).

Con el uso del teléfono móvil y especialmente con la creciente convergencia de medios y recursos lograda por los dispositivos móviles llamados smart phone han aparecido algunos fenómenos sociales relacionados con usos perversos de las aplicaciones, como el ciberbullying y el sexting, ambos se producen en la Internet o a través de los móviles y representan la parte más nociva del uso de redes virtuales, porque lastiman la integridad de los jóvenes que son víctimas de este tipo de anomalías y pueden llegar a orillar a los adolescentes al suicidio. Hastings (2009).

En un estudio realizado por Zamora (2014), se explica que los niños, en edades cada vez más tempranas, utilizan el móvil como principal amigo. Este hábito de estar pendiente del móvil, incluso hablando con otra persona o realizando otra actividad, se ha denominado phubbing,

práctica, por otra parte, bastante habitual entre adolescentes y jóvenes. Proviene de las palabras inglesas phone (teléfono), y snubbing (despreciar), debido a que parcialmente se desatiende o se resta atención la persona o personas con quien estamos para conectarse con alguien que no está presente. Afirma Zamora en su informe que el 66.8% de los españoles afirma haber o haber provocado esta situación.

No obstante, a lo anterior mencionado, Siegle (2010), señala que tanto Internet como el móvil han ayudado a conectarse y aprender nuevas formas que nunca se hubieran imaginado, pero se debe comenzar a explorar los beneficios que esas y las futuras tecnologías traerán a las vidas. Como muchas cosas, no es la tecnología sino sus usos inadecuados los que crean problemas. Como responsables, padres y educadores tienen la obligación de comprender los usos potenciales de las nuevas tecnologías y guiar a los jóvenes en su posible implementación.

Marco Contextual

Esta investigación se desarrolla desde el ámbito educativo en dos colegios ubicados en Cúcuta y Villa del Rosario; la población con la que se trabaja son adolescentes entre 15 y 17 años, que cursan los grados decimo y Once. La Institución Educativa Presbítero Álvaro Suarez se encuentra ubicada en la carrera 4ª #Nº 4 – 58, Villa Del Rosario, Norte de Santander, tiene como misión ser una opción formativa para niños, niñas y jóvenes, con o sin necesidades educativas especiales, que presta el servicio educativo en los niveles de preescolar, básica y media técnica; que desarrolla competencias básicas, ciudadanas y laborales, que fomenta la investigación y el uso de las Tics, con el fin de mejorar su calidad de vida y el interés por ser personas Íntegras.

Además, esta institución tiene como visión que para el año 2020 será líder a nivel Municipal, por su calidad académica e investigativa, su formación en valores, sana convivencia, solidaridad, proyectada en sus bachilleres técnicos, mediante la aplicación de la cultura del emprendimiento. También se caracteriza por los principios de respeto a la dignidad humana, la participación democrática, equidad para desarrollarse con dignidad, libertad de cada persona, autonomía para el desarrollo de la personalidad, principio investigativo, la libre expresión y participación favoreciendo las relaciones interpersonales y finalmente el principio de sana convivencia.

Entre los valores que destacan a la institución son el respeto, valorando la dignidad del ser humano y se fomenta la autoestima en los estudiantes, la responsabilidad para asumir las exigencias del horizonte institucional, el espíritu investigativo utilizando las herramientas tecnológicas para afianzar el conocimiento, la solidaridad incentivando a una actitud de servicio en los diferentes contextos, la justicia, sencillez tratando con igualdad y respeto, tolerancia, compañerismo, humildad demostrando ser modesto, honestidad, veracidad manifestándose siempre con la verdad y el valor del amor demostrando afecto, bondad y comprensión por el ser humano.

La segunda Institución que hace parte de la investigación es el Instituto Adventista de Cúcuta un establecimiento educativo que brinda proceso de formación donde la educación en valores es la prioridad, está ubicado en la calle 15a #13-55, La Libertad, Cúcuta, Norte de Santander. El Instituto Adventista de Cúcuta con la convicción del inminente regreso de Jesucristo, tiene como misión: preparar a estudiantes para alcanzar la excelencia en el cumplimiento del servicio a Dios, la patria

y la sociedad, disfrutando de una relación directa con su creador y el desarrollo íntegro, formando ciudadanos en principios y valores para hoy y para la eternidad.

En relación a la visión, esta institución se propone para el 2022 ser una comunidad líder en la prestación del servicio educativo, fundamentada en principios y valores; preparando su comunidad educativa para servir a la sociedad; proyectándola para el reino de Dios. Finalmente, estas dos instituciones se caracterizan por la calidad humana al momento de prestar el servicio y a su vez la necesidad de impartir una formación en base a principios y normas que permitan moldear a ciudadanos que viven en sociedad fortaleciendo su desarrollo de forma integral en el mejor beneficio de los estudiantes.

Marco Legal

En el presente apartado se informa sobre la normativa que rige la investigación para la realización de este estudio se tomó en cuenta la ley 1090 de 2006 la cual rige a los profesionales de psicología haciendo énfasis en el capítulo VII puesto que este menciona las responsabilidades adquieren, recalcando la reglamentación plasmada en el código Deontológico y Bioético por otro lado también se menciona las leyes 1098 del 2006 y la ley 1878 de 2018 en las cual se verifican los derechos de la población a tratar los cuales son adolescentes.

Ley 1090 de 2006.

Capítulo VII de la Investigación Científica, la Propiedad Intelectual y las Publicaciones.

Artículo 49. Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones.

Artículo 50. Los profesionales de la psicología al planear o llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes.

Artículo 51. Es preciso evitar en lo posible el recurso de la información incompleta o encubierta.

Artículo 52. En los casos de menores de edad y personas incapacitadas, el consentimiento respectivo deberá firmarlo el representante legal del participante.

Artículo 55. Los profesionales que adelanten investigaciones de carácter científico deberán abstenerse de aceptar presiones o condiciones que limiten la objetividad de su criterio u obedezcan a intereses que ocasionen distorsiones o que pretendan darles uso indebido a los hallazgos.

Artículo 56. Todo profesional de la Psicología tiene derecho a la propiedad intelectual sobre los trabajos que elabore en forma individual o colectiva, de acuerdo con los derechos de autor establecidos en Colombia. Estos trabajos podrán ser divulgados o publicados con la debida autorización de los autores.

Ley 1098 de 2006.

Artículo 1. Este código tiene por finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna.

Artículo 2. El presente código tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de Derechos Humanos, en la Constitución Política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección será obligación de la familia, la sociedad y el Estado.

Ley 1878 De 2018.

Por medio de la cual se modifican algunos artículos de la Ley 1098 de 2006, por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia, y se dictan otras disposiciones.

Artículo 10. El artículo 52 de la Ley 1098 de 2006, quedará así:

Artículo 52. Verificación de la garantía de derechos. En todos los casos en donde se ponga en conocimiento la presunta vulneración o amenazada los derechos de un niño, niña y adolescente, la autoridad administrativa competente emitirá auto de trámite ordenando a su equipo técnico interdisciplinario la verificación de la garantía de los derechos consagrados en el Título I del Capítulo II del presente Código. Se deberán realizar:

1. Valoración inicial psicológica y emocional.
2. Valoración de nutrición y revisión del esquema de vacunación.
3. Valoración inicial del entorno familiar, redes vinculares e identificación de elementos

protectores y de riesgo para la garantía de los derechos.

4. Verificación de la inscripción en el registro civil de nacimiento.
5. Verificación de la vinculación al sistema de salud y seguridad social.
6. Verificación a la vinculación al sistema educativo.

Metodología

En este apartado se dará a conocer el diseño de investigación cuantitativo con el cual se realiza la investigación, a su vez se encuentra descrito el tipo de estudio en este caso es correlacional debido a que se van medir y analizar las variables de ciberadicción e inteligencia emocional, por otro lado se destaca la población de interés que son adolescentes pertenecientes a instituciones educativas donde la muestra probabilística es al azar se selecciona de manera aleatoria, por otro lado se muestran las hipótesis a tener en cuenta, se definen las variables a trabajar, el procedimiento con el que se va a realizar la aplicación de las pruebas y los instrumentos a utilizar.

Diseño de investigación

El diseño de la presente investigación es cuantitativo según Hernández, Fernández y Bautista (2010), la investigación cuantitativa usa la recolección de datos para probar hipótesis con base a medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías, afirmando que las principales características de este enfoque están referidas a su rigurosidad en el proceso de investigación, puesto que la información es recogida de manera estructurada y sistemática, la utilización de la lógica deductiva para identificar leyes causales o universales en una realidad “externa” al individuo.

Se utiliza el tipo de investigación correlacional, esta se utiliza para determinar en qué medida dos o más variables están relacionadas entre sí. Se trata de averiguar de qué manera los cambios de una variable influyen en los valores de otra variable. Agrupan una determinada clase de hechos o fenómenos y conocer su distribución es una forma de facilitar la manipulación de los mismos, pero no es explicarlos. Este tipo de investigación tiene un valor explicativo, aunque parcial y se genera el interrogante de cómo se encuentran dichas variables relacionadas. Cauas (2015)

Población

La población de esta investigación son adolescentes entre 15 y 17 años de edad pertenecientes a dos colegios los cuales son la Institución Educativa Colegio Presbítero Álvaro Suárez y el Instituto Adventista de Cúcuta INAC ubicados respectivamente en Villa del Rosario y Cúcuta. Hay que mencionar que estos deben estar cursando los grados 10 y 11, requieren acceso a internet y dispositivos electrónicos, por otro lado, no tener ninguna discapacidad intelectual. El número total de la población que cumple las características antes mencionadas es de 180 estudiantes entre las dos instituciones.

Muestra

El tipo de muestreo es probabilístico donde todos los elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser escogidos para la muestra y se obtienen definiendo las características de la población y el tamaño de la muestra, y por medio de una selección aleatoria o mecánica de las unidades de muestreo/análisis. En este caso será al azar que consiste en numerar todos los elementos muestrales de la población, del uno al número N. Después se irán escogiendo uno a uno según el tamaño de la muestra y los números elegidos al azar conformarán la muestra. Hernández (2014), para esto se tuvo en cuenta la siguiente fórmula:

$$n: \frac{z^2(p*q)}{e^2 + \frac{z^2(p*q)}{N}}$$

En donde “n” es el tamaño muestral, “z” es el nivel de confianza deseado (95%), “p” es la porción de la población con la característica deseada (éxito), “q” es la porción de la población sin la característica deseada (fracaso), “e” es el nivel de error dispuesto a cometer (10%) y por último “N” hace referencia al tamaño de la población (180). Este procedimiento arrojó que el tamaño de muestra es de 63 en una población de 180 estudiantes de dos Instituciones educativas.

Hipótesis

Hipótesis de trabajo

Los adolescentes que manifiestan menor riesgo a la ciberadicción tienden a percibir mayor inteligencia emocional.

Hipótesis Nula

Los adolescentes que manifiestan menor riesgo a la ciberadicción no tienden a percibir mayor inteligencia emocional.

Procedimiento

Fase I Construcción del problema

A través de la información recolectada por medio de la revisión de investigaciones relacionadas a las variables se detectó como factor primordial la falta de control por parte de los padres en los adolescentes respecto al uso del internet, a su vez se evidenció por medio de esos datos los constantes riesgos a los que está expuesto la población de estudio, por otro lado en el marco teórico se describe el concepto de quienes son los adolescentes, sus cambios físicos, emocionales y psicosociales, así mismo la influencia del internet en los adolescentes.

Por otro lado en la inteligencia emocional aborda las dimensiones planteadas por Mayer y Salovey las cuales son: percepción, valoración y expresión de las emociones, la facilitación emocional del pensamiento, comprensión de las emociones, regulación reflexiva de las emociones a su vez dentro de un apartado tiene en cuenta la inteligencia emocional en adolescentes donde es notoria la necesidad de la educación emocional, debido a que experimentan grandes cambios, preocupaciones y búsqueda de identidad.

Respecto a la ciberadicción se refleja el uso desmedido del internet por parte de los adolescentes generando una dependencia ocasionando una pérdida de control al utilizar los dispositivos tecnológicos con acceso a internet, por otra parte es notoria la carencia de supervisión por parte de sus padres o cuidadores, a su vez se encuentran cuatro dimensiones

donde se ahonda sobre el tema las cuales son: los síntomas de la adicción a la redes sociales e internet, uso social de las redes sociales e internet, rasgos frikis y nomofobia.

Fase II Consentimiento informado

Se comunicó a las instituciones acerca de la finalidad de cada una de las pruebas que se van a aplicar en estudiantes de décimo y once grado por medio de una carta solicitando el permiso a los coordinadores de las instituciones, a su vez se formuló un consentimiento informado para los padres y un asentimiento informado para los adolescentes de forma virtual que se debe leer y llenar antes de contestar las preguntas establecidas en cada prueba. Estos documentos hacen una descripción detallada acerca de la funcionalidad del estudio e invita a participar de manera voluntaria aclarando que no genera ninguna afectación en los participantes.

Fase III Técnicas/Instrumentos de aplicación

Para medir la variable de inteligencia emocional se aplica la escala Spanish Modified Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24), que permite conocer evaluar la IE percibida en las dimensiones de atención a los sentimientos, claridad emocional y reparación de las emociones. También se aplica la Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes sociales e Internet (ERA-RSI), para evaluar el riesgo a la variable de ciberadicción en adolescentes, este instrumento tiene en cuenta las dimensiones de síntomas de adicción, rasgos frikis y nomofobia. Esta aplicación se hace de forma virtual.

Fase IV Análisis de los resultados y discusión.

Los resultados obtenidos por medio de las pruebas aplicadas para las variables de ciberadicción e inteligencia emocional en adolescentes serán tabulados los datos y analizados estadísticamente, en base a este procedimiento se dará paso a la discusión que tomará en cuenta los resultados en relación a las dimensiones de cada prueba, así como los conceptos de los autores proyectados en los apartados del marco teórico haciendo una comparación y análisis de los mismos relacionándolo con la hipótesis de investigación.

Instrumentos

La Spanish Modified Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24)

Es la versión corta en español de la Trait Meta-Mood Scale-48, una medida de auto informe diseñada en por Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, la cual evalúa la IE percibida a través de 48 ítems. En España, Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004), grupo de investigación de la Universidad de Málaga, desarrolla una versión reducida y adaptada al castellano que es la TMMS-24 (*Véase anexo 1*). Esta escala mantiene las 3 dimensiones de la escala original: atención a los sentimientos, claridad emocional y reparación de las emociones.

Estas están distribuidas en 24 ítems (8 por cada factor), escogidos por su mayor fiabilidad, y que se puntúan en una escala tipo Likert, igual a la del instrumento original (1=totalmente en desacuerdo, 5=totalmente de acuerdo). El rango de puntuaciones está entre 8 y 40 para cada subescala, y los puntos de corte estandarizados de cada subescala son diferentes para cada género. La escala española cuenta con una alta fiabilidad en sus 3 subfactores: el Alfa de Cronbach para Percepción es 0,90; Comprensión, 0,90; y Regulación, 0,86 (6,9,17,25,26). Si bien la TMMS-24 no ha sido validada en Colombia, sí ha sido empleada para determinar la IE percibida en los grumetes de la Escuela Naval de Suboficiales de Barranquilla, y para medir la IE en alumnos, docentes y personal administrativo de una universidad privada de Barranquilla.

Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI)

La escala consta de 29 ítems agrupados en cuatro factores: síntomas-adicción, uso-social, rasgos-frikis y nomofobia. El factor síntomas-adicción contiene 9 ítems y chequean conductas de adicción a sustancias no tóxicas, el factor uso-social compendia 8 ítems y evalúa conductas habituales de la “socialización virtual” adolescente, el factor rasgos-frikis con 6 ítems recoge aspectos propios como unirse a grupos con interés específico, jugar a juegos virtuales y de rol, tener encuentros sexuales, entre otros. El factor nomofobia agrupa 6 ítems relacionados con ansiedad y control en el uso del móvil. (*Véase anexo 2*)

Las puntuaciones oscilan entre 1: Nunca o casi nunca; 2: Algunas veces; 3: Bastantes veces; y 4: Muchas veces o siempre. La puntuación de cada dimensión se obtiene sumando los

ítems correspondientes y dividiéndolos por el número de ítems, realizando lo propio con el total de adicción. Los resultados del alfa de Cronbach para toda la escala es .90, síntomas-adicción .81, uso-social .82, rasgos-frikis .72, nomofobia .82. En chicos las puntuaciones fueron correlativamente .89, .80, .74, .71 y .80; y en chicas .89, .81, .80, .70 y .79. Estos datos confirman la consistencia interna del instrumento.

Definición de Variables

La ciberadicción: Refiere que al conocer y empezar a practicar nuevas formas de diversión vía online pueden presentar síntomas impulsivos y falta de control, una necesidad imperiosa de repetir las conductas adictivas, generando gran irritabilidad cuando se interrumpen, necesitan conectarse para desconectarse de sus preocupaciones, trabajo académico, relaciones conflictivas, miedo al futuro, etc. Además, exigen respuestas inmediatas de placer, sin capacidad de espera y tolerancia a la frustración. Xanidis & Brignell, (2016).

La inteligencia emocional: se entiende como a la habilidad mental que es parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos integrada, a su vez, por cuatro habilidades: la percepción de las emociones, la comprensión, el manejo de dichas emociones; y la facilitación o fluidez emocional del pensamiento. También representa los aspectos emocionales y de las relaciones sociales de la personalidad de cada sujeto. Mayer y Salovey (1990), citado en (Cerón;Perez, Ibañez,2011,p.1).

Forma de análisis de la información

Se analizarán los datos recolectados en la calificación de las pruebas TMMS-24 y la Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes sociales e Internet (ERA-RSI) por medio del programa estadístico SPSS ya que es utilizado para realizar la captura y análisis de datos, para crear tablas y gráficas. También permite establecer si existe relación en las variables estudiadas de inteligencia emocional y ciberadicción por medio de la correlación de Pearson la cual es una medida de dependencia lineal entre dos variables aleatorias cuantitativas y continuas.

Resultados

En el presente apartado se dará a conocer los resultados de las pruebas psicométricas; Escala de Riesgo de Ciberadicción en adolescentes y La Spanish Modified Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) y su análisis por medio del programa estadístico SPSS, que permitió establecer si existe relación entre las variables de inteligencia emocional y ciberadicción usando el coeficiente de correlación de Pearson el cual es una dependencia lineal que permite analizar dos variables aleatorias, continuas y cuantitativas.

Tabla 1. Escala y rango de correlación de Pearson

Rango de la escala	Nivel de correlación
$r = -1$	La correlación inversa perfecta
$-1 < r < 0$	La correlación es inversa
$r = 0$	No hay correlación
$0 < r < 1$	La correlación es directa
$r = 1$	La correlación es perfecta

El rango establecido para la correlación de Pearson según la tabla 1 indica la escala y el nivel de correlación, puesto que hay una correlación inversa perfecta si el rango es igual a -1, además, la correlación es inversa cuando el rango es mayor que -1 y menor que 0, habría que decir también que si no existe correlación el rango es igual a 0, sin embargo si la correlación es directa el rango sería mayor a 0 y menor que 1, por otra parte se puede deducir que la correlación es perfecta si el rango es igual a 1.

Tabla 2. Resultados de la prueba de correlación de Pearson

Pearson			
Prueba riesgo de adicción	Inteligencia emocional	Coef. Pearson (r)	Coef. Determinación (r ²)
3. Rasgos Frikis	1. Atención emocional	0,024	0,0006
	2. Claridad emocional	-0,025	0,0006
	3. Reparación de las emociones	-0,044	0,0020
4. Nomofobia	1. Atención emocional	0,140	0,0197
	2. Claridad emocional	0,052	0,0027
	3. Reparación de las emociones	0,021	0,0004

Fuente: Resultados SPSS v.23

Para determinar la independencia entre las variables de ciberadicción e inteligencia emocional de la investigación en adolescentes, se aplicó una prueba de correlación de Pearson, que mide de forma lineal la asociación de los datos que arrojaron los 63 participantes del estudio. Para interpretar los resultados se tuvo en cuenta la tabla 1 de rangos de escala y niveles de Pearson, ya que puede existir una correlación lineal directa o lineal inversa, y en ambos casos, puede ser baja cuando se acerca a cero o muy alta cuando se acerca a 1 o -1.

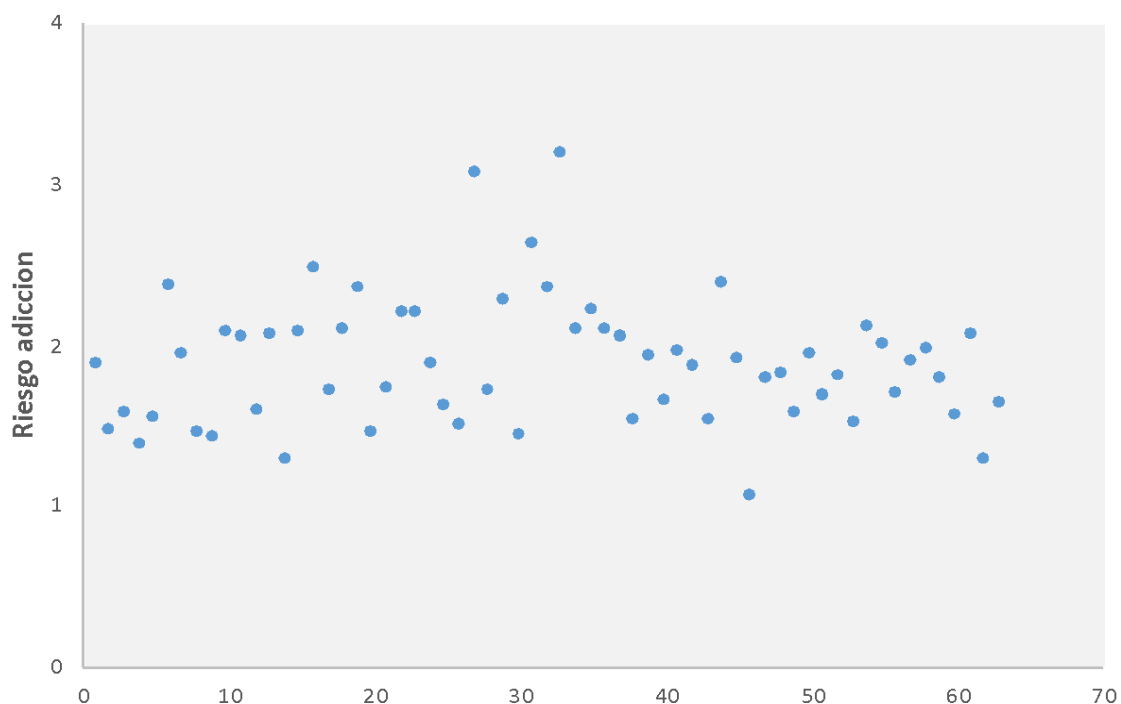
Se calcularon las correlaciones entre los resultados de rasgos Frikis y nomofobia de la prueba de riesgo de adicción, frente a los componentes de la prueba de inteligencia emocional de: atención emocional, claridad emocional y reparación de las emociones (Tabla 2). La prueba de Pearson demostró que la correlación entre los rasgos Frikis con la atención emocional fue directa, pero casi nula (0,024), aunque frente a la claridad emocional fue inversa y casi nula (-0,025), situación similar a lo que se presentó con la reparación de las emociones, que fue inversa, pero muy cercana a 0 (-0,044).

Asimismo, el resultado de la prueba estadística también demostró que la correlación entre la nomofobia con la atención emocional fue directa y muy baja (0,140), así como con la claridad emocional que fue casi nula (0,52) y con la reparación de las emociones que estuvo fue cercana a 0 (0,021). La baja correlación obtenida en el coeficiente de Pearson, contrasta con el coeficiente de determinación, el cual en las diferentes pruebas también fue muy bajo (menos del 1,97% de los casos coinciden de forma lineal), indicando que las dos variables de riesgo de adicción y de inteligencia emocional son independientes. Por lo tanto, se puede afirmar que no existe correlación entre las dos variables de estudio.

Tabla 3. Gráficos de dispersión

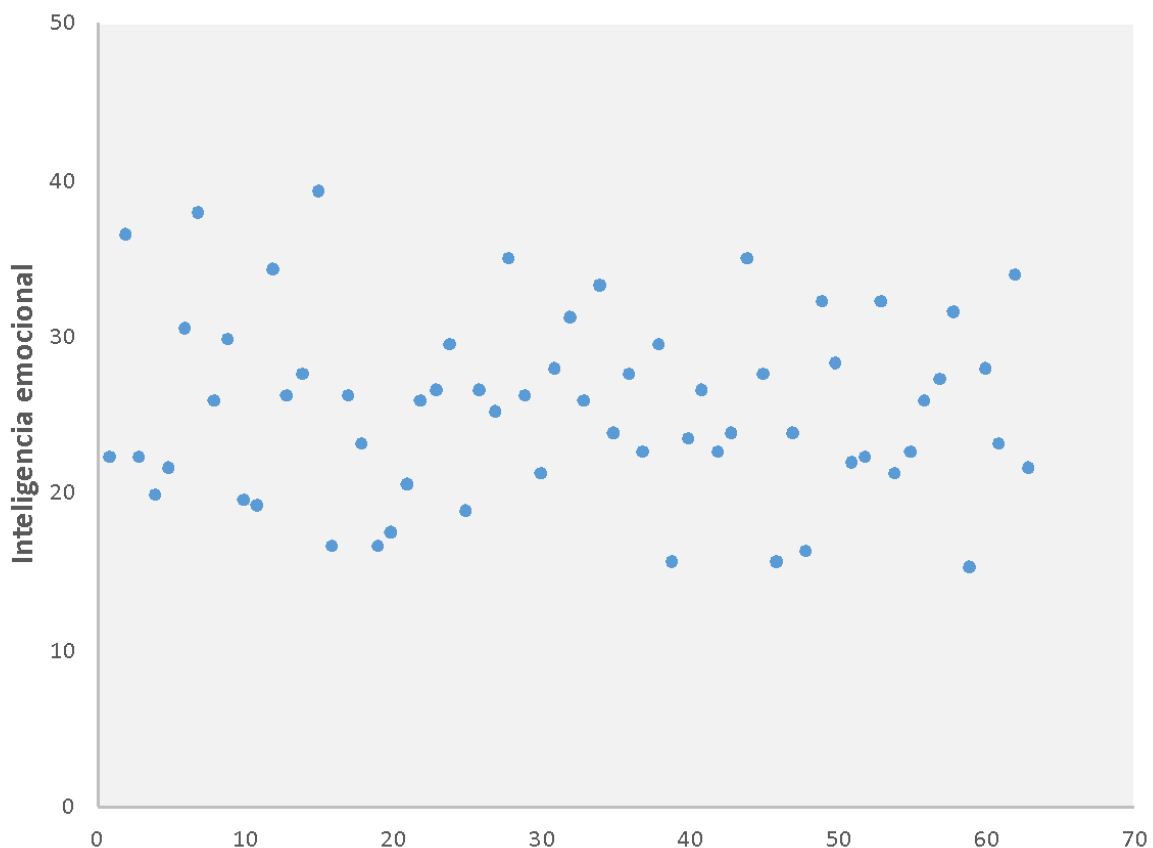
	<i>Ras_adicc</i>	<i>Intel_emoc</i>
Media	1,867945326	25,29100529
Varianza	0,157371615	33,41753428
Desviación estándar	0,39670091	5,78079011
Observaciones	63	63
Grados de libertad	62	

Grafico 1. Riesgo de adicción:



Por otra parte, el análisis de los datos de la variable de riesgo de ciberadicción en adolescentes presentó una dispersión moderada respecto a la media de 1,86, teniendo en cuenta que la desviación estándar encontrada fue de 0,3967 y además, la varianza obtuvo un valor de 0,15. Los datos que se registraron oscilaron entre el mínimo de 1,04 y el máximo de 3,17. Se determinó que en esta medición existe mayor uniformidad de los datos registrados que en la de inteligencia emocional en adolescentes.

Grafico 2. Inteligencia emocional



Con respecto al análisis de los datos de la variable de inteligencia emocional en adolescentes presentó una dispersión alta respecto a la media que obtuvo una puntuación de 25,29, ya que el rango promedio en que oscilaron fue entre el mínimo de 15 y el máximo de 39. La desviación estándar fue de 5,78 y la varianza fue de 33,41. Por lo tanto, se observó que en esta medición hay más variabilidad de los datos, es decir las personas que participaron en el estudio no presentan rasgos similares.

Discusión

El objetivo principal de la investigación es establecer la relación entre la ciberadicción y la inteligencia emocional en adolescentes a través de dos pruebas psicométricas que son las escalas de Riesgo de Ciberadicción que cuenta con las dimensiones de: síntomas de adicción, uso social, rasgos frikis y nomofobia. Por otra parte, se aplicó la prueba Spanish Modified Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) está evalúa tres dimensiones relacionadas a la atención a los sentimientos, claridad emocional y reparación de las emociones. Cabe resaltar que para el análisis de los datos de la investigación solo se tuvieron en cuenta en relación a la variable de ciberadicción las dimensiones de: rasgos frikis y nomofobia, ya que estas puntuaron riesgo elevado de adicción a las redes sociales e internet correlacionando las con las tres dimensiones de la variable de inteligencia emocional, por el contrario en las dimensiones de síntomas de adicción y uso social indicaron que solo existía una leve sospecha de riesgo de adicción poco significativa para el estudio.

En la primera dimensión de la inteligencia emocional se percibe la atención emocional que se refiere al grado en el que los individuos pueden identificar convenientemente sus propias emociones, esta habilidad implicaría la facultad para discriminar acertadamente la honestidad y sinceridad de las emociones expresadas por los demás. Fernández y Exterma (2005). Por otra parte, los rasgos-frikis en relación a internet, hace referencia a las conductas propias de personas que practican desmesurada y obsesivamente una afición en gran medida extravagante, rara o excéntrica dedicando el tiempo de forma excesiva a esta práctica (RAE, 2012). Este tipo de conductas puede conllevar a que se descuiden otros aspectos en su vida personal afectando la facultad de estar atento a sus emociones o las de los demás, aunque según los resultados encontrados, no hay correlación que pruebe esta afectación. En relación a la nomofobia, Silva y Gutiérrez (2016), asegura que los jóvenes constituyen el grupo más propenso al desarrollo de un uso problemático de la Red al encontrarse en una etapa crítica adolescencia de definición de su identidad.

La inestabilidad emocional e inseguridad pueden motivarlos a buscar refugio en la web y en las herramientas sociales on-line sin que los adultos apenas lo adviertan. Se puede deducir según el autor que la inestabilidad emocional en esta etapa de adolescencia puede ser un factor de riesgo para que los jóvenes se refugien en los dispositivos electrónicos y aumente la adicción a las redes sociales e internet. De acuerdo a los datos obtenidos en la investigación la correlación de estas

variables fue directa pero nula, es decir, no hay influencia de la atención emocional con el uso excesivo de las redes sociales y el internet. En la segunda dimensión de la variable de I.E que es claridad de las emociones, Fernandez y Extremera (2002), la definen como la habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan los sentimientos. Igualmente, la comprensión emocional supone conocer cómo se combinan los diferentes estados emocionales dando lugar a las conocidas emociones secundarias, incluye la habilidad para interpretar el significado de las emociones complejas.

Es decir, esta habilidad fomenta la necesidad de enfocar tiempo y pensamientos que permitan desarrollarla de forma adecuada, en contraste a que una de las características más relevantes de los rasgos frikis en la ciberadicción es la necesidad de estar continuamente pensando, conversando, dándole forma a su ocio, o afición. Estas características con las que se siente identificado, propician que mantengan dichas conductas, ya que se obtiene una máxima satisfacción realizándose. No obstante, experimenta un constante y perpetuo deseo que convierte esta serie de conductas en su estilo de vida, que le perjudica en diversos ámbitos, como es el social, académico-laboral, familiar y en el de la salud psico-física. Peris y Donostia (2017).

Por ende, al centrar toda la atención en estas prácticas desmesuradas y obsesivas se pueden descuidar en gran manera otros aspectos que motiven a la claridad emocional, a pesar de que puedan estar relacionadas en este estudio no se puede comprobar dicha relación. En relación a la nomofobia, se ha determinado que el uso de cámaras, de internet, juegos, mayor acceso a la información, así como la interacción sin ninguna restricción; sin embargo, el tiempo que se le dedica a este dispositivo ha influenciado en la conducta del usuario mostrándose una ansiedad al no hacer uso del mismo por esto lo lleva para todas las actividades que realiza durante el día. Davey S. y Davey A (2014).

Al estar presente la ansiedad, esta trae consigo una serie de emociones negativas, como la ira, angustia, frustración, entre otras, que pueden nublar la claridad de las emociones que se experimenten. Según la OMS, salir a la calle sin el celular puede crear ansiedad, preocupación, agresividad y dificultades de concentración. Las personas que utilizan el teléfono móvil más de 3 horas al día, tienen un mayor riesgo de caer en esta dependencia. Estas personas suelen revisar su

celular, más de 34 veces al día. (Citado por Baena 2013). Sin embargo, según los resultados obtenidos se puede evidenciar que la relación entre claridad emocional y nomofobia es casi nula.

La tercera dimensión de la variable de inteligencia emocional es la regulación de las emociones, que hace referencia a la capacidad de gestionar las emociones propias y las de los demás. Se trata de una habilidad muy importante, en cuanto influencia el bienestar del individuo y su capacidad de comportarse adecuada y eficazmente en las situaciones estresantes de la vida cotidiana, moderando las emociones negativas y valorando las positivas, con el objetivo de lograr una buena y adecuada adaptación. A este nivel corresponde la capacidad de tolerar y agrupar las emociones cuando estas son experimentadas, independientemente de la naturaleza de la emoción (agradable o desagradable). Mejía Díaz (2012).

La incapacidad de manejar las emociones propias y entender las de los demás puede ser un factor de riesgo que incentive la ciberadicción y los rasgos frikis, según Velasco y Gil (2016), las personas que enfrentan fracasos sentimentales, académicos, laborales, entre otros, son más propensas a caer en esta adicción y en muchas otras. La ansiedad, angustia y depresión motivan a los adolescentes a llenar un vacío emocional, situación que empeora el problema. En la actualidad, existe una gran cantidad de páginas con alto contenido sexual en internet, a las cuales se puede ingresar de manera gratuita solo con acceso a internet generando una conducta obsesiva y repetitiva.

Es necesario recalcar que los resultados de las pruebas arrojaron que hay una correlación inversa entre la regulación emocional y los rasgos frikis, aunque esta es muy baja o nula. Por otra parte, en relación a la nomofobia, otra de las señales es pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta. Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo. Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego. Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios. Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador. Tao et al. (2010).

A pesar de que el no estar conectado a la web puede desencadenar irritabilidad y afectaciones en áreas de funcionamiento de los adolescentes, la correlación de la nomofobia con la reparación de las emociones fue nula, es decir, no hay relación entre ellas. Finalmente, es así como

las tres dimensiones que evalúan la inteligencia emocional mostraron ser independientes a las dos dimensiones de la variable de ciberadicción en los adolescentes, según los resultados obtenidos con el coeficiente de correlación de Pearson. De esta manera se rechaza la hipótesis de trabajo que afirma que “los adolescentes que manifiestan menor riesgo a la ciberadicción tienden a percibir mayor inteligencia emocional”. Por ende, se acepta la hipótesis nula la cual confirma que “Los adolescentes que manifiestan menor riesgo a la ciberadicción no tienden a percibir mayor inteligencia emocional”.

Conclusiones

Se logró conocer el nivel de riesgo de la ciberadicción en adolescentes de los colegios Presbítero Álvaro Suarez y el Instituto Adventista de Cúcuta (INAC), pertenecientes al grado décimo y once, los cuales contaban con acceso a internet, tomando una muestra de 66 estudiantes a los que se les aplicó la Escala de Riesgo de Ciberadicción en Adolescentes que está compuesta por cuatro dimensiones. En relación a las dimensiones de uso social y síntomas de adicción se obtuvo sospecha de adicción, por otra parte, en las dimensiones de rasgos frikis y nomofobia se encontró riesgo muy elevado.

Con respecto a la segunda variable se consiguió medir la inteligencia emocional en adolescentes por medio de la prueba Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24), la permitió evaluar los componentes de atención, claridad y reparación emocional en los adolescentes, encontrándose que en el primer componente de atención emocional en la mayoría de los participantes es adecuado, por otra parte, el componente de claridad emocional manifiesta que la mayoría debe mejorarlo, por último en el tercer componente se obtuvo en su mayoría una adecuada y excelente reparación emocional.

Además, se diseñó una estrategia psicoeducativa que tiene como objetivo la prevención de la ciberadicción en adolescentes en base a la inteligencia emocional incentivándola como factor protector. La cartilla “Aprendiendo a manejar mis emociones de forma inteligente para el uso adecuado del Internet” consta de cuatro apartados que tienen como título síntomas de adicción, uso social, rasgos frikis cada uno se compone de 3 actividades que buscan fortalecer la atención, claridad y reparación emocional. Finalmente para lograr culminar el proceso de investigación se analizó la relación entre las dos variables estudiadas (ciberadicción e inteligencia emocional), aplicando el coeficiente de correlación de Pearson a los tres componentes de la inteligencia emocional con las dos dimensiones que presentaron riesgo muy elevado de adicción a las redes sociales e internet, se pudo reconocer que no existe correlación entre las variables, por tanto se puede decir que son independientes la una de la otra.

Recomendaciones

Se recomienda a futuros investigadores, estudiar la ciberadicción en adolescentes de diferentes estratos socioeconómicos haciendo comparación en los resultados de los participantes que se encuentren en un bajo estrato en contraste con los de alto estrato, por otra parte, también es pertinente ampliar la muestra de los colegios y adolescentes con el fin de evitar el sesgo y lograr una mayor confiabilidad en la investigación que se desarrolle.

En relación a las pruebas a utilizar es favorable tener en cuenta que al momento de calificarlas den una puntuación por dimensiones y a su vez una general para facilitar el proceso de correlación, se recomienda el programa estadístico SPSS, también se puede implementar su aplicación de manera virtual por medio del formulario de google, para economizar los recursos obteniendo una recopilación de los datos de forma inmediata, organizada para su respectiva tabulación y calificación

Con respecto a las variables a investigar se proponen los siguientes temas a relacionar la ciberadicción en adolescentes y su relación con estilos de comunicación de los padres de familia debido a que el control, ambiente y pautas de crianza que se desarrollen en el hogar pueden ser determinantes para el uso de las redes sociales y el internet, otra propuesta a estudiar podría ser la relación entre la ciberadicción en adolescentes y la comunicación asertiva entre pares ya que el mayor uso del internet se relaciona a la facilidad de poder entablar relaciones interpersonales con diferentes personas.

Referencias

- Aguire B y Cediell H (2015) . Redes Sociales Virtuales en el Contexto Universitario. Recuperado el 13 de abril de 2020 de [file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Documents/descargar/bogota%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Documents/descargar/bogota%20(2).pdf)
- Almansa, Fonseca y Castillo (2013). Redes sociales y jóvenes. Uso de Facebook en la juventud colombiana y española. Recuperado el 18 de mayo del 2020 de file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-RedesSocialesYJovenes-4148469_1.pdf
- American Psychiatric Association (APA) (2013). DSM-5. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th Ed). Washington, D.C.: Author.
- Arab y Díaz. (2014). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. Recuperado el 4 de mayo del 2020 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000048>.
- Ararat Cuberos (2016). Análisis del uso de las redes sociales en los estudiantes universitarios de San José de Cúcuta-Colombia. Recuperado el 23 de abril 2020 <file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Documents/descargar/cucuta.pdf>.
- Baena (2013). Nomofobia: Identificación del porcentaje de alumnos de Licenciatura en Informática Administrativa del Centro Universitario UAEM Temascaltepec afectados. Recuperado el 16 de mayo de <https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://ri.uaemex.mx/bitstream/20.500.11799/49672/1/3633.docx>
- Barahona, López, Luna Y Vidal (2019). “Adicción a las redes sociales en jóvenes con edades entre los 18 a 25 años pertenecientes a la tecnología en seguridad y salud en el trabajo del centro agropecuario del SENA regional cauca” Recuperado el 14 de abril de 2020 de <http://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1496/ADICCI%c3%93N%20A%20LAS%20REDES%20SOCIALES%20EN%20J%c3%93VENES.pdf?sequence=1&isAllowed>
- Basile S. (2006). Adicción a Internet: Ciberadicción. Recuperado el 19 de mayo de 2020 https://www.alcmeon.com.ar/13/50/7_Basile.htm

- Basile, D. Linne, J. (2013). Usos escolares de Internet en adolescentes de sectores populares. Recuperado el 7 de mayo del 2020 de <file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-UsosEscolaresDeInternetEnAdolescentesDeSectoresPop-4642828.pdf>
- Bausa, Bennasar y Carmen (2009). Adolescencia y desarrollo emocional en la sociedad actual. Recuperado el 12 de mayo de 2020 <https://bibliotecaiztapalapauin.files.wordpress.com/2019/09/inteligenciaemocional3.pdf>.
- Belmonte, V. M. (2013). Inteligencia emocional y creatividad: factores predictores del rendimiento académico. Tesis Doctoral. Murcia: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Bernete (2010). Usos de las TIC, relaciones sociales y cambios en la socialización de las y los jóvenes. Revista de Estudios de Juventud, 88, 97-114.
- Blanco C, Blanco S, Ovals, Carrillo S. (2018). Relación entre uso de redes sociales y habilidades sociales en estudiantes universitarios de Cúcuta. . Recuperado el 23 de abril 2020 file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Documents/descargar/PDF_resumen%20simon.pdf
- Block, J. (2008). Issues for DSM-V: Internet Addiction. American Journal of Psychiatry, 163(3), 306-307. Recuperado el 19 de mayo de 2020 <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/appi.ajp.2007.07101556>
- Boubeta y col. (2015). Variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes. Recuperado el 18 de mayo del 2020 de <https://ojs.haaj.org/index.php/haaj/article/view/223>
- Boyd, D.(2014). It's complicated: The Social Lives of Networked Teens. Yale University Press. Recuperado el 7 de mayo del 2020 de https://www.researchgate.net/publication/276264009_It's_Complicated_The_Social_Lives_of_Networked_Teens
- Calleja, Ibarra y Martín (2017). INFLUENCIA DE INTERNET EN LA ADOLESCENCIA: UN ESTUDIO SOBRE QUÉ ESTÁN HACIENDO CHICAS Y CHICOS EN LAS REDES SOCIALES. Recuperado el 7 de mayo del 2020 de <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/51059/influencia.pdf?sequence=1>

- Cano, Hernandez y Perez (2015). Factores psicosociales que influyen en el desarrollo emocional de los niños, niñas y adolescentes. Recuperado el 3 de mayo del 2020 de <https://core.ac.uk/download/pdf/53104469.pdf>
- Caro D. (2013) El estudio del cerebro adolescente: contribuciones para la psicología del desarrollo. Recuperado el 3 de mayo del 2020 de <https://www.aacademica.org/000-054/332.pdf>
- Carretero y León (2013) Desarrollo cognitivo y aprendizaje en la adolescencia. Recuperado el 3 de mayo del 2020 de <https://mcesuvaq.files.wordpress.com/2013/08/8-desarrollo-cognitivo-y-aprendizaje-en-la-adolescencia.pdf>
- Cauas D. (2015). Definición de las variables, enfoque y tipo de investigación. Recuperado el 29 de mayo 2020 de <https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/36805674/1-Variables.pdf>
- Cerón D., Pérez-Olmos I., Ibáñez M (2011). Inteligencia emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá. Rev. Colomb. Psiquiat., vol. 40, No. 1. Recuperado el 24 de marzo de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/IE%20ESTUDIO.pdf>
- Cheng, C. (2014). Are you addicted to Candy Crush Saga? An exploratory study of linking psychological factors to mobile social game addiction. School of Journalism and Communication. Recuperado 17 de mayo de 2020 http://pg.com.cuhk.edu.hk/pgp_nm/projects/2014/CHENcheng.pdf
- Chóliz y Marco (2012). A Mixed Method Study by Systematic-review and Meta-analysis Approach. Recuperado el 18 de mayo del 2020 de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25709785/>
- Cruz (2016). Adolescentes y redes sociales en la era digital. Recuperado el 7 de mayo del 2020 de https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3808/Cruz_Diana_Laura.pdf?sequence=1
- Cruz, P. (2014). Creatividad e Inteligencia Emocional. Cómo desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal. Historia y Comunicación Social, 19, 107-118. doi:10.5209/rev_HICS.2014.v19.44944
- Davey S, Davey A. (2014) Assessment of Smartphone Addiction in Indian Adolescents:

- Dominguez, Geijo, Sanchez, Imaz y Cabús (2012) Revisión de los mecanismos implicados en el uso problemático de Internet. Recuperado el 7 de mayo del 2020 http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352012000400002
- Durán y Guerra (2015). Usos y tendencias adictivas de una muestra de estudiantes universitarios españoles a la red social Tuenti: La actitud positiva hacia la presencia de la madre en la red como factor protector. Recuperado el 18 de mayo del 2020 de <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.1.158301>
- Echeburúa y Corral (2010, 12 de abril) Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Recuperado el 24 de marzo de <file:///C:/Users/HP/Downloads/196-369-1-SM.pdf>
- Fernández y Exterma (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. Recuperado el 11 de mayo del 2020 de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Fernández y Extremera (2013) Inteligencia emocional en adolescentes. Recuperado el 14 de mayo 2020 de <https://www.razonyfe.org/index.php/padresymaestros/article/view/1170/993>
- Fernández, Extremera, Natalio. (2020) La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. Revista Iberoamericana de Educación. Recuperado el 15 mayo del 2020 <https://rieoei.org/historico/deloslectores/326Berrocal.pdf>
- fernández-Berrocal, P., & Extremera Pacheco, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. Revista Iberoamericana De Educación, 29(1), 1-6. <https://doi.org/10.35362/rie291286>
- Fiori, M. (2009). A new look at emotional intelligence: A dual-process framework. Personality and Social Psychology Review, 13(1), 21-44. Recuperado el 12 de mayo de <https://formacionasunivep.com/Vcice/files/libro%20variables%20psicologicas%20y%20educativas.pdf#page=295>
- Gaete (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. Recuperado el 1 mayo del 2020 en <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v86n6/art10.pdf>

- Garbarino, González y Faragó (2010). Adolescencia y desarrollo emocional, social y cognitivo. En Pasqualini, D., & Llorens, A. Comps., Salud y bienestar de Adolescentes y jóvenes: Una mirada Integral (pp. 55-59). Recuperado el 3 de mayo de [http://publicaciones.ops.org.ar/publicaciones/otras%20pub/SaludBienestarAdol escente.pdf](http://publicaciones.ops.org.ar/publicaciones/otras%20pub/SaludBienestarAdol%20escente.pdf)
- García C., López MC., García A. (2014): “Los riesgos de los adolescentes en Internet: los menores como actores y víctimas de los peligros de Internet”. Revista Latina de Comunicación Social, 69, 462 - 485. doi: 10.4185/RLCS-2014-1020.
- Ghauri y Gronhaug, (2010) Research methods in business studies, Prentice Hall, Harlow (Essex). Recuperado el 24 de marzo de [https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=6tLKDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR14&dq=Ghauri,+P.+%26+Gronhaug,+K.+\(2010\).+Research+methods+in+business+studies,+Prentice+Hall,+Harlow+\(Essex\)&ots=7aj9XtaZqq&sig=E9klII_TImQrSteAsINFS9UCqDE#v=onepage&q&f=false..](https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=6tLKDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR14&dq=Ghauri,+P.+%26+Gronhaug,+K.+(2010).+Research+methods+in+business+studies,+Prentice+Hall,+Harlow+(Essex)&ots=7aj9XtaZqq&sig=E9klII_TImQrSteAsINFS9UCqDE#v=onepage&q&f=false..)
- Goleman D. El cerebro y la inteligencia emocional. Barcelona: Ediciones B, S.A.; 2012.
- Graber, Kimmel(2019). Desarrollo de los adolescentes.ManualMSD.Recuperado el 1 de mayo del 2020. <https://www.msmanuals.com/es-co/hogar/salud-infantil/crecimiento-y-desarrollo/desarrollo-de-los-adolescentes>
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. Cyberpsychology & Behavior, 3, 211- 218
- Güemes, Ceñal y Hidalgo (2017) Pubertad y adolescencia. Recuperado el 2 de mayo del 2020 de <https://www.adolescenciasema.org/tema-de-revision-pubertad-y-adolescencia-m-guemes-hidalgo-et-al-adolescere-2017-v-1-07-22/>
- Hastings (2009). Teenager commits suicide after 'sexting' a nude photo to her boyfriend made her life a misery. Recuperado el 16 de mayo del 2020 de <http://www.dailymail.co.uk/tvshowbiz/article-1161112/Teenager-commits-suicide-sextingnudephoto-boyfriend-life-misery.html>

- Hernández (2014). Metodología de la investigación. Sexta edición. Recuperado el 29 de mayo del 2020 de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Hernández, Espada y Guillen (2016) Relación entre conducta prosocial, resolución de problemas y consumo de drogas en adolescentes. Recuperado el 4 mayo del 2020 de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282016000200035
- Hernández, Fernández y Baptista (2010). METODOLOGÍA CUANTITATIVA: ABORDAJE DESDE LA COMPLEMENTARIEDAD EN CIENCIAS SOCIALES. Recuperado el 23 de mayo del 2020 de <https://www.redalyc.org/pdf/153/15329875002.pdf>
- Hernanz, (2015); Pratarelli & Browne, (2002). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes Vol. 5. Nº. 2. Recuperado el 24 de marzo de 2020 de <https://www.revistapcna.com/sites/default/files/04.pdf>
- Herrera, Pacheco, Palomar y Zavala (2010). La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales. Recuperado el 24 de marzo de [file:///C:/Users/HP/Downloads/133915936002%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/133915936002%20(1).pdf)
- Hidalgo y González (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. Recuperado el 3 de mayo de 2020 <https://www.elsevier.es/es-revista-anales-pediatria-continuada-51-articulo-adolescencia-aspectos-fisicos-psicologicos-sociales-S1696281814701672>.
- Hidalgo y Guemes (2013). La tormenta hormonal adolescente. Recuperado el 2 de mayo del 2020 en [https://www.adolescenciasema.org/usuario/documentos/Adolescencia_Tema_4%20\(1\).pdf](https://www.adolescenciasema.org/usuario/documentos/Adolescencia_Tema_4%20(1).pdf)
- Hoz (2014). Cómo afecta el uso de Internet a los estudiantes adolescentes. Recuperado el 4 de mayo de 2020 <file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Documents/descargar/ticEduca14.ID15.pdf>.
- Jimenez A. (2019). Inteligencia emocional. Recuperado el 12 de mayo del 2020 de https://www.aepap.org/sites/default/files/pags._481-494_inteligencia_emocional.pdf

- King , Valença y Nardi (2010). Nomophobia: The Mobile Phone in Panic Disorder With Agoraphobia: Reducing Phobias or Worsening of Dependence?. Recuperado el 16 de mayo de 2020 de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20299865/>
- La Razón. (2012). El celular y su vibración fantasma. Recuperado el 16 de mayo de 2020 de http://www.larazon.com.ar/interesa/celular-vibracion-fantasma_0_364800076.html.
- Lázaro (2012). Menores y nuevas tecnologías. Posibilidades y riesgos de las TDT y las redes sociales. Recuperado el 7 de mayo del 2020 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=710568>
- López y Sánchez (2019). La interacción y convivencia digital de los estudiantes en las redes sociales. Recuperado el 13 de abril de 2020 de <file:///C:/Users/HP/Desktop/tesis/Internacional/Madrid,%202019.pdf>
- López, Vega y Suarez (2019) .Programa promoción y prevención ciberadicción. Recuperado el 23 de abril 2020 <file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Documents/descargar/Gir%C3%B3n,%20Santander.pdf>
- Lorenci, (2012). ANUARIO SGAE DE LAS ARTES ESCÉNICAS, MUSICALES Y AUDIOVISUALES. Recuperado el 18 de mayo del 2020 http://www.anuariosgae.com/anuario2016/RESUMEN_EJECUTIVO_2016.pdf
- Maganto y Peris (2013). La corporalidad de los adolescentes en las redes sociales. Recuperado el 19 de mayo del 2020 de <https://www.seypna.com/documentos/PSIQUIATRIA-55.pdf>
- Marina. (2014). Bases neurológicas del nuevo paradigma adolescente. Recuperado el 3 de mayo de 2020 <file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Documents/descargar/Dialnet-BasesNeurologicasDelNuevoParadigmaAdolescente-6163199.pdf>
- Martínez (2012). Redes sociales online y su utilización para mejorar las habilidades sociales en jóvenes con discapacidad. Recuperado el 7 de mayo el 2020 http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352012000400002
- Martinez, Rios y Marín (2019). Desarrollo de la inteligencia emocional de los adolescentes en el ámbito escolar. Recuperado el 16 de mayo de

https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/7541/UVDTP_CarmonaMart%C3%ADnezNatalia_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mayer (2011). La utilización de Internet entre los adolescentes, riesgos y beneficios. Recuperado el 4 de mayo del 2020 <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-utilizacion-internet-entre-adolescentes-S0212656711000059>.

Mayer, Caruso y Salovey (2000). Models of emotional intelligence. Recuperado el 12 de mayo del 2020 <https://psycnet.apa.org/record/2000-07612-018>

Mejía Díaz(2012).Reseña teórica de la inteligencia emocional: modelos e instrumentos de medición. Recuperado el 12 de mayo de 2020 <https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/revcie/article/view/4505/9411>

Mestre, Brackett, Guil y Salovey (2009). INTELIGENCIA EMOCIONAL: DEFINICIÓN, EVALUACIÓN Y APLICACIONES DESDE EL MODELO DE HABILIDADES DE MAYER Y SALOVEY. Recuperado el 12 de mayo del 2020 de https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/40544676/INTELIGENCIA_EMOCIONAL_DEFINICIN_EVALUAC20151201-4869-12xry3e.pdf?

Mestré, José, Guil, Brackett y Salovey, (2008), “Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey”, en Motivación y Emoción, Madrid, McGraw Hill, pp. 407-438.

Mestre, Palmero y Guil (2004)Inteligencia Emocional una explicación desde los procesos psicológicos básicos. Procesos Psicológicos Básicos: una guía académica para los estudios en Psicopedagogía, Pedagogía y Psicología (pp. 249-280). Madrid: McGraw-Hill.

Milla y Rojas (2018). Relación entre ciberadicción y el rendimiento académico de los estudiantes del segundo año de educación secundaria en el colegio Trilce. Recuperada el 14 de mayo del 2020 de <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/1920/TESIS%20%20%20Relacion%20entre%20ciberadiccion%20y%20el%20rendimiento%20academico%20de%20los%20estudiantes>

%20del%20segundo%20a%C3%B1o%20de%20educacion%20secundaria%20en%20el%20colegio%20Trilce%20C%20sede%20Los%20Olivos.pdf?sequence=1&isAllowed=y

MINTIC (2019). Indicadores básicos de tenencia y uso de Tecnologías de la Información y Comunicación – TIC en hogares y personas de 5 y más años de edad Departamental Recuperado el 24 de marzo de https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/tic/bol_tic_hogares_departamental_2018.pdf

Morrison & Gore (2010, 23 de enero) La relación entre el uso excesivo de Internet y la depresión: un estudio basado en un cuestionario de 1.319 jóvenes y adultos. Recuperado el 24 de marzo 2020 de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20110764>

Müller (2016). A hidden type of internet addiction? Intense and addictive use of social networking sites in adolescents. Recuperado el 19 de mayo 2020 <https://dl.acm.org/doi/10.1016/j.chb.2015.09.007>

OMS (2019). Desarrollo en la adolescencia. Recuperado el 1 mayo del 2020 en https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

Orbea Guarnizo (2019). Relación entre la inteligencia y habilidades sociales en adolescentes de bachillerato. Recuperado el 12 de mayo de 2020 <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2756/1/76917.pdf>.

Pacheco y Berrocal (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. Recuperado el 12 de mayo de 2020. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412004000200005

Papalia, D. E. (2012). Desarrollo humano. Mexico: MCGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

Perea R. (2002). Educación para la salud, reto de nuestro tiempo. Recuperado el 12 de mayo del 2020 de <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-F118F1B1-20B0-6C6D-8F91-9988F26282B4/Documento.pdf>

- Pérez y Pellizer (2015). Necesidad de desarrollo emocional en la adolescencia. Recuperado el 15 de mayo del 2020 de <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/2015-Necesidad-de-desarrollo-emocional-en-la-adolescencia-091011.pdf>
- Peris y Donostia(2017).Adicción y erotización en las redes sociales: Diseño y estandarización de la Batería de evaluación: En-Red-A2. Recuperado el 19 de mayo de 2020 https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/31250/TESIS_PERIS_HERNANDEZ_MONTSERAT.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pinto, Cantón, Y Santos (2019).Prácticas de riesgo en Redes Sociales y WhatsApp por estudiantes de educación básica secundaria. Recuperado 13 abril 2020 <file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Documents/descargar/la%20guajira%20y%20espa%C3%B1a.pdf>
- Polo y Almeida (2015). ciberadicción y funcionalidad familiar en adolescentes de octavo de básica y tercer año de bachillerato en el colegio militar miguel iturralde de portoviejo y colegio militar eloy Alfaro. Recuperado el 13 de abril 2020 de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/8874/CIBERADICCI%c3%93N%20Y%20FUNCIONALIDAD%20FAMILIAR%20EN%20ADOLESCENTES%20DE%20OCTAVO%20DE%20B%c3%81SICA%20Y%20TERCER%20A%c3%91O%20DE%20BACHIL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Real Academia Española (RAE) (2012). Diccionario de la Lengua Española. Recuperado 19 de mayo 2020 <http://dle.rae.es/?id=IUmogtr>
- Rodríguez y Fernández (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. Recuperado el 4 de mayo del 2020 de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0121438116000047>
- Rodríguez, A. (23 de Junio de 2012). Los jóvenes se están quedando sordos. Recuperado el 16 de mayo del 2020 de <http://www.eluniversal.com.co/especiales/nueva/los-jovenesse-estanquedando-sordos-81382>.

- Ruelas, A. (2010). El teléfono celular y las aproximaciones para su estudio. *Comunicación y Sociedad*, 14, 143-167. Recuperado el 17 de mayo del 2020 de <http://www.revistarazonypalabra.com/index.php/ryp/article/view/338>
- Salguero, Fernández, Ruiz, Castillo y Palomera (2011) Inteligencia emocional y ajuste psicosocial en la adolescencia: El papel de la percepción emocional. Recuperado el 15 de mayo del 2020 en <https://www.redalyc.org/pdf/1293/129322659005.pdf>
- Salguero, J. M., Palomera, R., & Fernández-Berrocal, P. (2012). Perceived emotional intelligence as predictor of psychological adjustment in adolescents: a 1-year prospective study. *European Journal*.
- Sámano (2013). Adolescentes y redes sociales en la era digital. Recuperado el 7 de mayo del 2020 de https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3808/Cruz_Diana_Laura.pdf?sequence=1
- Sánchez & Martín (2011) Hábitos de uso de las redes sociales en los adolescentes de España y América Latina. Recuperado el 24 de marzo de <https://es.slideshare.net/ucjc/generacin-20-2011-hbitos-de-usos-de-las-redes-sociales-en-los-adolescentes-de-espaa-y-amrica-latina>
- Shek, D. T., & Yu, L. (2016). Adolescent internet addiction in Hong Kong: prevalence, change, and correlates. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 29(1), 22-30. doi:10.1016/j.chb.2016.10.029
- Siegle (2010). Clasificaron a los estudiantes en una de cuatro categorías de acuerdo Technology Abuses of the 21st Ce. Recuperado el 17 de mayo del 2020 de <http://www.revistarazonypalabra.com/index.php/ryp/article/view/338>
- Silva y Gutiérrez (2016). Internet como refugio y escudo social: Usos problemáticos de la Red por jóvenes españoles. Recuperado el 19 de mayo del 2020 de: <http://www.revistacomunicar.com/verpdf.php?numero=43&articulo=43-2014-04>
- Soria (2016). LA IDENTIDAD EN EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD DE LOS ESTUDIANTES. Recuperado el 3 de mayo 2020 de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23394/1/TESIS%20MYRIAM%20SORIA%20T..pdf>

- Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, Y., Zhang, H., & Li, M. (2010). Proposed diagnostic criteria for Internet Addiction. *Addiction*, 105, 556-564. Recuperado el 19 de mayo de 2020 <https://pdfs.semanticscholar.org/2803/fea0b0b0c80f71b208e14954f85526b86dde.pdf>
- Tipantuña C. (2012). Adicción a internet y sus consecuencias en adolescentes. Recuperado el 19 de mayo 2020 de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/5936/T-PUCE-6101.pdf>
- Velasco y Gil (2016), La adicción a la pornografía: causas y consecuencias. Recuperado el 18 de mayo del 2020 de <file:///C:/Users/HP/Downloads/2265-8803-6-PB.pdf>
- Xanidis & Brignell, (2016). The association between the use of social network sites, sleep quality and cognitive function during the day. Recuperado el 24 de marzo de 2020 de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563215301357?via%3Dihub>
- Yanela, Flores, Quijano, Robles y Vargas (2017) INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ADOLESCENTES. Recuperado el 7 de mayo del 2020 de <file:///C:/Users/HP/Downloads/1205-Texto%20del%20art%C3%ADculo-4044-1-10-20171219.pdf>
- Yang y Tung (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. Recuperado el 18 de mayo del 2020 en <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2004.03.037>
- Yudes, Rey y Extremera (2019). Ciberagresión, adicción a internet e inteligencia emocional en adolescentes: un análisis de diferencias de género. Recuperado el 13 de abril 2020 file:///C:/Users/HP/Downloads/Yudes_Rey_Extremera_2019_adiccion_internet_ciberbullying_IE.pdf
- Zamora (2014). Comprueba si eres adicto al smartphone y supéralo. Recuperado el 19 de mayo del 2020: <http://www.abc.es/tecnologia/moviles-aplicaciones/20140426/abci-faceupadiccion-movil-201404221305.html>

Anexos

Anexo A. Carta solicitud de dirección para trabajo de grado.




ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!

San José de Cúcuta, 30 de marzo de 2020

Docente
Ps. Yijadd Dalal Ordoñez Yaber
Programa de Psicología
Universidad de Pamplona

ASUNTO: SOLICITUD DE DIRECCIÓN PARA TRABAJO DE GRADO

Respetada Docente, reciba un cordial saludo;

Nos dirigimos a usted con el fin de manifestarle que ESTEFANIA GARZÓN BERNAL, CC: 1092387351 y KAREN JHOANA TORRES SANDOVAL, CC: 1090527347; estudiantes de noveno semestre del programa de psicología nos encontramos realizando el trabajo de grado titulado "La ciberadicción y su relación con la inteligencia emocional en adolescentes", ante esto le solicitamos con respeto e inmensa gratitud, ser la directora de nuestro proyecto de investigación. Gracias por su atención.



YIJADD DALAL ORDOÑEZ YABER
Docente programa psicología



ESTEFANIA GARZÓN BERNAL
Estudiante



KAREN JHOANA TORRES SANDOVAL
Estudiante



SCCER96940



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

1

Anexo B. Carta aprobación Anteproyecto



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Cúcuta, junio 2 de 2020

Señores
 Dirección Trabajo de Grado
 Programa de Psicología
 Universidad de Pamplona

ASUNTO: APROBACIÓN DE ANTEPROYECTO

Cordial saludo;

Me dirijo a ustedes con el fin de notificar la aprobación del anteproyecto titulado "La ciberadicción y su relación con la inteligencia emocional en adolescentes" a cargo de ESTEFANIA GARZÓN BERNAL, CC: 1092387351 y KAREN TORRES SANDOVAL,

CC: 1090527347; estudiantes de decimo semestre del programa de psicología sede Villa Rosario.

Gracias por su atención.

YIJADD DALAL ORDOÑEZ YABER
 Docente programa psicología

ESTEFANIA GARZÓN BERNAL
 Estudiante

KAREN JHOANA TORRES SANDOVAL
 Estudiante



SCCER96940



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

Anexo C. Recursos y cronograma de investigación.

Recursos disponibles

RECURSOS	COSTO
Material de hojas/resma papel	25.000
Carpetas	10.000
Impresiones	35.000
Transporte	60.000

Cronograma de investigación

Cronograma	
Febrero	
24-28	Presentación de temas o ideas a la docente asesora
Marzo	
2- 7	Revisión teórica y se escoge la idea de ciberadicción y su relación con la I.E.
9-13	Revisión documental, creación del planteamiento del problema.
16-20	Formulación de objetivos generales, específicos, justificación y modificaciones al planteamiento del problema.
23-27	Se agrega delimitaciones y posibles limitaciones.
Abril	
6-10	Estado del arte internacional.
13-17	Selección de la muestra.
20-24	Estado del arte nacional.
27-30	Estado del arte regional y local.
Mayo	
4-8	Capítulo I Marco teórico.
11-15	Capítulo II Marco teórico.
18-22	Capítulo III Marco teórico- Metodología.
Junio	
	Aplicación de las pruebas.

Julio
Análisis de datos y resultados.
Agosto
Discusión.
Septiembre y Octubre
Creación de la cartilla psicoeducativa.
Noviembre
Sustentación

Anexo D. Carta solicitud de permiso Colegio Presbítero Álvaro Suarez.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



San José de Cúcuta, Septiembre 9 del 2020

Señor
Maicol Nal Cabellos Chaparro
 COORDINADOR (E) SEDE CENTRAL

COLEGIO PRESBITERO ALVARO SUAREZ

Asunto: Solicitud de permiso para desarrollo de investigación.

Cordial Saludo.

Por medio de la presente me permito solicitar de manera respetuosa el permiso a tan prestigiosa institución para llevar a cabo el desarrollo de una investigación relacionada a la ciberadicción e inteligencia emocional en adolescentes; para esto se aplicarían dos pruebas que son TMMS-24 y la Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes sociales e Internet a 32 estudiantes de 15 a 17 años, pertenecientes al grado 10 y 11. Este proceso se dará de forma virtual dando explicación a las pruebas y aplicándolas por medio de una encuesta en la plataforma de Google. Esta investigación corresponde al programa de psicología de la Universidad de Pamplona sede Villa Rosario, dejando como compromiso la socialización de los resultados concernientes a la investigación en su institución.

De antemano agradecemos la apertura de estos escenarios de formación investigativa, los cuales fortalecen la construcción de nuevas ideas que impactan el crecimiento de la sociedad. Los estudiantes de decimo semestre que desarrollaran estas prácticas investigativas son los siguientes: ESTEFANIA GARZON BERNAL C.C. 1092387351 y KAREN JHOANA TORRES SANDOVAL C.C. 1090527347.

Estefanía Garzón Bernal
ESTEFANIA GARZÓN BERNAL
 Estudiante

Maicol N. Cabellos
 Recibido

Karen Torres S.
KAREN JHOANA TORRES SANDOVAL
 Estudiante



SC-CER30941



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 6663203 - 6663304 - 6663305 - Fax: 6663760

Anexo E. Carta solicitud de permiso Instituto Adventista de Cúcuta.



Instituto Adventista de Cúcuta
Educación Preescolar, Educación Básica y Media Técnica
APROBACIÓN OFICIAL
PREESCOLAR BÁSICA Y MEDIA TÉCNICA RES. NO. 000161 - 31 DE MARZO DE 2006
PREESCOLAR BÁSICA Y MEDIA TÉCNICA RES. NO. 001628 - 30 DE OCTUBRE DE 2007
PREESCOLAR BÁSICA Y MEDIA TÉCNICA RES. NO. 0004377 - 29 DE NOVIEMBRE DE 2013
DANE 354001003042 NIT. 900.067.424-0

San José de Cúcuta, 3 de agosto de 2020

SEÑORES
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
SEDE VILLA ROSARIO
PAMPLONA, NORTE DE SANTANDER

Respetuoso saludo.

Me permito responder positivamente a la solicitud de permiso para desarrollo de investigación, relacionada a la ciberadicción e inteligencia emocional en adolescentes, en la institución que represento Instituto Adventista de Cúcuta, específicamente en los grados 10 y 11, el cual será desarrollado por las estudiantes de psicología de la Universidad de Pamplona sede Villa Rosario: **ESTEFANÍA GARZÓN BERNAL, C.C. 1092387351** y **KAREN JHOANA TORRES SANDOVAL, C.C. 1090527347**.

Agradezco la deferencia, al escoger a nuestra institución para tan importante proyecto.

Atentamente,


ARBHEY PINILLA GUTIERREZ
C.C. 17594357
Rector



Email: secretaria@inac@gmail.com

CALLE 15A # 13 - 55 BARRIO LA LIBERTAD, CÚCUTA - COLOMBIA. TEL: 576 1199
Educación con Propósito