



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

HABILIDADES SOCIALES Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES
DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA SUR

PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR

MAXIMO RAFAEL MAYURI MENDOZA
ORCID: 0000-0001-9836-7641

ASESORA

MAG. JENNIFER FIORELLA YUCRA CAMPOSANO
ORCID: 0000-0002-2014-1690

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

VIOLENCIA Y ADICCIONES

LIMA, PERÚ, OCTUBRE DE 2022



CC BY-ND

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

Esta licencia permite la redistribución, comercial y no comercial, siempre y cuando la obra no se modifique y se transmita en su totalidad, reconociendo su autoría.

Referencia bibliográfica

Mayuri Mendoza, M. R. (2022). *Habilidades sociales y adicción a redes sociales en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Maximo Rafael Mayuri Mendoza
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	71261140
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-9836-7641
Datos del Asesor	
Nombres y apellidos	Jennifer Fiorella Yucra Camposano
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	44745102
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-2014-1690
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Diego Ismael Valencia Pecho
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	46196305
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Raquel Ramos Montoya
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47474724
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Habilidades sociales y adicción a redes sociales en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima Sur
Línea de investigación Institucional	Violencia y Adicciones
Línea de investigación del Programa	Psicología
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Lima, el Jurado de Sustentación de Tesis conformado por los psicólogos colegiados: Mag. Silvana Graciela Varela Guevara como presidente, el Mag. Diego Ismael Valencia Pecho como secretario y la Mag. Silvana Raquel Ramos Montoya como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**HABILIDADES SOCIALES Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA
SUR**

Presentado por el Bachiller:

MAYURI MENDOZA, MAXIMO RAFAEL

Para obtener el **Título Profesional de Licenciado en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado, acuerdan:

APROBADO POR MAYORÍA

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, a los cuatro días del mes de octubre de 2022.



Mag. Silvana Graciela Varela Guevara
C. Ps. P. 24029
Secretaria



Mag. Diego Ismael Valencia Pecho
C. Ps. P. 24039
Presidente



Mag. Silvana Raquel Ramos Montoya
C. Ps. P. 31314
Vocal

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo la Mag. Jennifer Fiorella Yucra Camposano, docente de la Facultad de Ciencias Humanas y Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada "HABILIDADES SOCIALES Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA SUR" del bachiller Maximo Rafel Mayuri Mendoza, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 16% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin que se adjunta.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 29 de mayo del 2023.



Mag. Jennifer Fiorella Yucra Camposano
DNI 44745102

DEDICATORIA

A mis progenitores, quienes me estuvieron apoyando en todo momento y dándome ese impulso que necesitaba, lo que me ha permitido cumplir todos mis objetivos durante más cinco años y medio.

A mi mejor amiga Mariana Canales, que me brindó apoyo y soporte durante toda la investigación.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Autónoma del Perú, por brindarme la oportunidad de culminar mis estudios durante estos cinco años y medio a través de la enseñanza y profesionalismo de sus docentes, que compartieron todo su conocimiento con nosotros. Al profesor Paul Alan Arkin Alvarado García y a la asesora Jennifer Fiorella Yucra Camposano, por realizar una constante evaluación detallada del presente trabajo de investigación, así como orientarme para la mejora de mi redacción académica y la fluidez de lectura. A mis compañeras de la carrera Damaris del Castillo y Nathaly Matencio, por su apoyo y aportación de páginas con información fundamental para mis variables, así como mejora de la estructura y redacción.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
RESUMO	9
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1 Realidad problemática	13
1.2 Justificación e importancia de la investigación.....	20
1.3 Objetivos de la investigación: general y específicos.....	20
1.4 Limitaciones de la investigación.....	21
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1 Antecedentes de estudios.....	23
2.2 Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado.....	27
2.3 Definición conceptual de la terminología empleada.....	39
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1 Tipo y diseño de investigación	41
3.2 Población y muestra.....	41
3.3 Hipótesis.....	41
3.4 Variables – Operacionalización.....	42
3.5 Métodos y técnicas de investigación.....	45
3.6 Procesamiento de los datos.....	50
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1 Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	53
4.2 Contrastación de hipótesis.....	57
CAPÍTULO V. DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	60
5.2. Conclusiones.....	62
5.3. Recomendaciones.....	63
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Operacionalización de las variables
Tabla 2	Estadísticos de confiabilidad del cuestionario de habilidades sociales
Tabla 3	Matriz de estructura factorial del cuestionario de adicción a redes sociales
Tabla 4	Estadísticos de confiabilidad del cuestionario de adicción a redes sociales
Tabla 5	Frecuencias y porcentajes de las dimensiones de la variable habilidades sociales y puntaje total
Tabla 6	Frecuencias y porcentajes de los factores de la variable adicción a redes sociales y puntaje total
Tabla 7	Análisis de la normalidad de la variable habilidades sociales y sus dimensiones
Tabla 8	Análisis de la normalidad de la variable adicción a redes sociales y sus factores
Tabla 9	Análisis estadístico de la correlación entre las dimensiones de la variable habilidades sociales y los factores de la variable adicción a redes sociales
Tabla 10	Análisis estadístico de la correlación entre el nivel total de la variable habilidades sociales y el nivel total de la adicción a redes sociales

HABILIDADES SOCIALES Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA SUR

MAXIMO RAFAEL MAYURI MENDOZA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Este estudio se realizó para determinar la relación entre las habilidades sociales y la adicción a las redes sociales. Este estudio correlacional fue un estudio no experimental, transversal, con una muestra de 259 estudiantes de psicología de ambos sexos que cursaban de primero a undécimo grado en la Universidad Autónoma de Perú. Para la evaluación se utilizó la escala de habilidades sociales de Goldstein et al. (1989), adaptada en el Perú por Tomás (1994), y el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) desarrollado por Ecurra y Salas (2014). No se encontró relación estadística entre las variables ($p > .05$). Asimismo, los resultados confirmaron que más de la mitad (54.8%) de los universitarios tenía un nivel normal de habilidades sociales, mientras a nivel de adicción a redes sociales se encuentran en categorías altas (70.7%).

Palabras clave: redes sociales, adicción, habilidades sociales, psicología.

**SOCIAL SKILLS AND ADDICTION TO SOCIAL NETWORKS IN PSYCHOLOGY
STUDENTS AT A UNIVERSITY IN SOUTHERN LIMA**

MAXIMO RAFAEL MAYURI MENDOZA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

This study was conducted to determine the relationship between social skills and social network addiction. This correlational study was a non-experimental, cross-sectional study with a sample of 259 psychology students of both sexes who were studying from first to eleventh grade at the Universidad Autónoma de Perú. The social skills scale by Goldstein et al. (1989), adapted in Peru by Tomás (1994), and the social network addiction questionnaire (ARS) developed by Escurra and Salas (2014) were used for the assessment. No statistical relationship was found between the variables ($p > .05$). Likewise, the results confirmed that more than half (54.8%) of the university students had a normal level of social skills, while at the level of social network addiction they are in high categories (70.7%).

Keywords: social networks, addiction, social skills, psychology.

HABILIDADES SOCIAIS E VÍCIO EM REDES SOCIAIS EM ESTUDANTES DE PSICOLOGIA EM UMA UNIVERSIDADE DE LIMA DO SUL

MAXIMO RAFAEL MAYURI MENDOZA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

Este estudo foi realizado para determinar a relação entre as habilidades sociais e a dependência de redes sociais. Este estudo correlacional foi um estudo não experimental e transversal com uma amostra de 259 estudantes de psicologia de ambos os sexos que estavam estudando da primeira à décima primeira série na Universidade Autônoma do Peru. A escala de habilidades sociais de Goldstein et al. (1989), adaptada no Peru por Tomás (1994), e o questionário de dependência de redes sociais (ARS) desenvolvido por Ecurra e Salas (2014) foram utilizados para a avaliação. Nenhuma relação estatística foi encontrada entre as variáveis ($p > .05$). Da mesma forma, os resultados confirmaram que mais da metade (54,8%) dos estudantes universitários tinha um nível normal de habilidades sociais, enquanto em termos de vício em redes sociais eles estavam em altas categorias (70,7%).

Palavras-chave: redes sociais, vício, habilidades sociais, psicologia.

INTRODUCCIÓN

Desde que comenzó la etapa escolar, el cuestionamiento sobre el desenvolvimiento de las personas y como interactuaban con las demás fue una incógnita constante. Desde la infancia, a algunos se les ha enseñado a como relacionarse con los demás, caso contrario a otras personas que, en ocasiones, suelen tener temor de exponer ante los demás. Entonces, una nueva duda surgió: ¿Cuáles eran las causas para que una persona se desempeñe de manera correcta?

Estas dudas se disiparon a medida que las personas iban cambiando, mejorando en sus exposiciones o inclusive manejando grupos, siendo ellos los líderes, pero ¿por cuánto tiempo iba a durar ello? Una pregunta sencilla pero que no se podía responder por el momento. Tuvo que llegar la pandemia para conocer que tanto habían desarrollado esas habilidades. Como se sabe, las habilidades sociales (HS) son comportamientos que se tienen que reforzar a través la interacción directa con otros, pero estando encerrados en casa ¿daría el mismo resultado?

Como se sabe la pandemia ha duró unos cuantos años y, a medida que se iba expandiendo, las restricciones eran mayores. Hubo una sensación de desconexión, pero fue la poderosa herramienta de las redes sociales (RS) la que resultó más explosiva y útil en tiempos de crisis.

Como se ha visto, las RS son determinantes y generan apoyo para lograr la interacción y una mejor comunicación entre los usuarios que están lejos, a su vez traen ciertas complicaciones a nivel cognitivo y conductual por lo que pasar muchas horas en el celular o laptop comenzó a convertirse en una rutina para todos, y con ello, casi llegar a tener una posible adicción. No se quiso ver, pero en algún punto las plataformas digitales fueron las únicas formas de sentirnos conectados con los demás y esto comenzó a volverse una preocupación para muchos. Estos comportamientos

se repetían cada día y a pesar de ver o escuchar a la persona, no se sentían de la misma manera. Se necesitaba esa interacción física que se había tenido siempre. Durante tanto tiempo viendo a las mismas personas para hablar con ellas a través de un aparato o en el peor de los casos, cortar toda comunicación. Las RS pasaron a formar parte de nuestro día, como herramientas para comunicarnos con el mundo.

Ahora, el único medio para socializar se estaba volviendo en contra, y se tenía que hacer algo pronto. De no ser así, nuestro comportamiento podría empeorar hasta llegar a un punto sin retorno.

Así pues, se averiguó si la adicción a las redes sociales (ARS) afecta la práctica de las habilidades sociales (HS), o si una de las dos variables afecta a la otra, es decir, si los pensamientos y comportamientos de la adicción a las redes sociales (RS) afectan negativamente a los estudiantes universitarios afectando a sus habilidades sociales.

A continuación, se presenta la investigación dividida en cinco capítulos para la secuencia del estudio.

Empezando con el capítulo I, donde narró todo el problema de investigación, es decir, la realidad problemática de las variables. Dentro del capítulo se encontraron datos estadísticos sobre las HS y ARS, también la pregunta de investigación y objetivos planteados de la investigación. Además, se presentó la justificación y limitaciones.

Siguiendo al capítulo II, se presentó el marco teórico utilizado para ambas variables, así como la descripción de las investigaciones internacionales y nacionales, con la finalidad de darle sustento y una base a nuestra investigación. Así también la descripción de las variables con su respectiva definición operacional, junto a las bases teórico-científicas.

Del mismo modo, el marco metodológico se detalló en el Capítulo III. La siguiente sección describió el tipo y el diseño de la investigación de este estudio y presenta las hipótesis generales y específicas, la población y las características de la muestra. También se presentaron las técnicas e instrumentos utilizados para la recogida de datos y los procedimientos seguidos para su análisis.

En el capítulo IV, se presentaron los resultados descriptivos y las conclusiones de este estudio en forma de cuadros, seguidos de una explicación de cada cuadro y, a continuación, una comparación de las hipótesis presentadas en el capítulo anterior.

Para concluir, el capítulo V presentó los resultados del estudio, las conclusiones del mismo y sugerencias para posteriores estudios.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Realidad problemática

Desde que el mundo conoció la tecnología ha ido cambiando, ha entrado en una era la cual nos facilita mucho las cosas. La tecnología no solo ha traído beneficios sino también consecuencias y el ser humano se ha ido acostumbrando a este ambiente. Cambios en su comportamiento, modificaciones en su estilo de vida y cambios en cómo afronta diferentes situaciones de su día a día.

Ruíz et al. (2011) en su investigación, concuerdan con esta premisa. Las habilidades sociales son primordiales para el crecimiento íntegro de cada individuo dado que, desde pequeños, se ven envueltos en un grupo social que es la familia, del cual se recibe información para una posterior integración en otros grupos sociales, ya sea un grupo de amigos o en el trabajo. Estos grupos exigen reglas de comportamientos, las cuales se deben acatar para obtener un ambiente agradable.

Para Cabello (2005) son una de las primordiales actividades del ser humano, ya que pasa toda la vida interactuando con sus semejantes dependiendo del nivel de sus habilidades sociales (HS). Corroborando lo dicho por Betina y Contini (2011), ambos revelan que las HS son cruciales para desarrollar una adecuada autoestima, la regulación propia del comportamiento, el rendimiento académico y la adaptación de roles sociales. También afirman que el entorno familiar y escolar es un buen lugar para aprender habilidades sociales tempranas a través de la educación, siempre que el contexto pueda proporcionar experiencias positivas para la adquisición de comportamientos sociales adecuados. Tomando en cuenta que se aprende por observación, experiencia (acciones propias) y de refuerzos externos que se obtiene de las relaciones interpersonales.

Zoido (2017) en su publicación para “Enfoque Educación”, vio un cambio en las habilidades sociales relacionadas con las competencias académicas e hizo

énfasis en dicho desarrollo y expresó su punto de vista durante el trabajo en equipo de su mejor hija. Este cambio resalta la importancia de las competencias académicas y habilidades sociales. Tomando como referencia los resultados académicos de la evaluación PISA respecto a las habilidades sociales, se demostró que la familia y escuela participan como agentes principales y directos en el desarrollo de las mismas. Por ello, se puede ver como América Latina está dentro de los últimos puestos siendo: Chile, Costa Rica y Uruguay quienes lideran los mejores resultados dentro de esta categoría.

Gracias a estos datos, Zoido (2017) hace mención de como las habilidades sociales pueden no estar relacionadas con las habilidades académicas. Sin embargo, según la evaluación PISA es todo lo contrario. Dentro de estos resultados, se puede encontrar que, a mayor nivel de resultados académicos, existe un mayor nivel de habilidades sociales. México, Chile, Colombia, Uruguay y Brasil tienen resultados bajos en competencias sociales, sin embargo, tienen altos registros en otras materias. En el caso de Perú, junto a Costa Rica, revelan resultados que reflejan niveles intermedios para redes sociales y bajos en ciencias y matemáticas, teniendo relación con lo propuesto por la evaluación PISA.

En Perú, Peña (2021) encontró evidencia que el 57% de los estudiantes no prestan atención ni hacen un esfuerzo cuando otro le está hablando, a su vez no muestran iniciativa para conocer otras personas. También menciona que se les dificulta integrarse a un nuevo grupo y en ocasiones al realizar una actividad planteada no muestran interés por cumplirla, además de no mostrarse firmes ante los demás cuando tienen que defender su opinión. A su vez, se encontró que el 52% no tiene un control adecuado sobre su carácter, se muestran impulsivos, también se evidenció que el 48% no tiene una planificación adecuada al momento

de realizar sus actividades.

Al día de hoy, se ven dichos cambios a través de las redes sociales (RS), y es el comportamiento el que lo demuestra. La manera en cómo se desarrollan desde pequeños y en como la mantienen hasta ser adultos.

Mena (2022) puso de relieve la ARS en un estudio mundial, según el cual menciona que el tiempo medio dedicado es 2 horas y 27 minutos. Este promedio se habría mantenido hasta el primer trimestre del 2022, sin embargo, a raíz de la pandemia, las cifras fueron en aumento. Nigeria lidera este ranking con aproximado de 4 horas por persona al día. Por otro lado, Japón es el país con el menor promedio (51 minutos).

Esto no pasaba antes de los años 2000, para My CMS (2022) es una clara referencia al cambio cultural que se están viviendo al estar pendientes de las redes sociales todos los días. Lo que comenzó como una moda, ahora se ha convertido en algo normal para las personas. También, en el informe se hace mención que este contacto con las redes sociales es semejante, a nivel neurosensorial, al de una persona que sufre adicción a los juegos de azar o sustancias ilegales; sugiriendo que estar atento a las redes sociales desencadena las mismas reacciones químicas que afectan a las áreas gratificantes del cerebro

También, My CMS (2022) descubrió que 4 de cada 5 adolescentes mantienen sus celulares en sus habitaciones, de los cuales un 60% se acuesta con el celular a un costado, en su mayoría llegando a dormir con ellos. Además, refiere que un tercio de los adolescentes, al despertar, revisan sus dispositivos de manera inmediata para ver las redes sociales.

Ortega (2011) refiere que Panamá tiene un 7% de universitarios que utilizan la internet para chatear, así como el 62.3% lo utiliza para interactuar en redes

sociales, ambos siendo un porcentaje alto frente a sus similares. Esto se debe a que un 17% de los universitarios utilizan las redes sociales para mantener relaciones afectivas superficiales. Siendo Facebook la red social más preferida y utilizada en ese sector con un 83.26%, de este porcentaje las mujeres registran un mayor porcentaje de uso (48.23%) a diferencia del registro de uso de los varones (34.82%).

Estos registros son muy parecidos a los obtenidos en Alemania, por ejemplo, en el estudio de Stickelmann (2018) señala que un 85% de adolescentes pasan alrededor de 3 horas al día en redes sociales. Un registro más detallado denota que las mujeres pasan 182 minutos conectadas mientras que los hombres solo pasan conectados 151 minutos. Por otro lado, se tiene que los escolares que se encuentran a punto de terminar bachillerato tienen un tiempo menor en línea (149 minutos) en comparación con el uso excesivo de los adolescentes que estudian alguna carrera técnica, los cuales se conectan alrededor de 207 minutos en línea. Para finalizar, en la investigación se presentó las redes sociales más utilizadas donde WhatsApp e Instagram lideran con un 66% y 14% respectivamente, quedando Facebook en último lugar con 2%.

Continuando con los registros, se tiene a Iberdrola (2018) quien hace referencia al estudio de Chicago Booth School of Business y explica el consumo de las redes sociales alrededor al mundo. Las cifras registradas según las preferencias de cada país son: Facebook, que capta la atención de 2.234 millones de usuarios a lo largo del mundo, luego se tiene a WhatsApp con 1.500 millones de usuarios conectados. Facebook Messenger está casi con las mismas cifras, llegando a casi 1.300 millones de usuarios. Luego se tiene a WeChat con 980 millones, Instagram con 831 millones, Tumblr con 794 millones y, finalmente, Sina Weibo con 392

millones. De esta larga lista, el perfil de edad que consideran para una persona sea adicta a redes sociales ronda de los 16 a 24 años.

A nivel latinoamericano, Pasquali (2020) publicó el informe realizado por Data Reportal y We Are Social y Hootsuite, donde nos menciona que Filipinas es uno de los países donde se encuentra la mayor cantidad de navegantes en redes sociales y, a su vez, estos las utilizan por un mayor tiempo teniendo un promedio de 3 horas 53 minutos por persona. En este mismo estudio se menciona que cuatro países latinoamericanos están dentro de las primeras 8 posiciones en usuarios con mayor adicción a las redes sociales. Colombia utiliza estas plataformas una media de 3 horas y 45 minutos al día, abarcando el primer lugar en América Latina y es la segunda a nivel mundial. Luego le sigue Brasil con 3 horas 30 minutos al día en redes sociales y Argentina con 3 horas y 11 minutos por persona.

Duarte (2019) también manifiesta que los usuarios con mayor tiempo conectados a las redes sociales tienen una media de 212 minutos. Sin embargo, en Norteamérica se encuentra la media regional menor con 116 minutos. De igual forma Brasil y Colombia son líderes de usuarios enganchados a las redes sociales. A su vez, la media del tiempo en pantalla no tuvo variaciones y en algunos casos disminuyó un 50% de los países encuestados, pero este no fue el caso de los países latinoamericanos que su tiempo solo disminuyó de 5 a 10 segundos.

Según We Are Social y Hootsuite (2019) permanecen conectados alrededor de 4.390 millones de usuarios en internet y que ha aumentado un 9% (366 millones) en comparación del año 2018. También existen un 3.48 mil millones de navegantes registrados a las redes sociales, siendo unos 3.260 millones que utilizan las redes sociales mediante dispositivos móviles. En Perú, se registra un total de 24 millones de cibernautas están conectadas en simultáneo a las redes sociales, teniendo una

media de uso en personas entre 18 a 34 años.

Ipsos (2021) refiere que en nuestro país se tiene 13.8 millones de usuarios en redes sociales que oscilan las edades de 18 a 70 años, es decir, un 80% del Perú Urbano. Dentro de estas cifras se tiene a Facebook, WhatsApp y YouTube como las redes sociales más usadas, sin embargo, las constantes actualizaciones cambiarían este ranking dando a lugar a apps como TikTok e Instagram, que quizá en poco tiempo logren estar en los primeros lugares. Cabe resaltar que cada plataforma se utiliza con un fin diferente. TikTok se utiliza para conocer promociones, Facebook para promocionar una marca, Instagram es utilizado para hacer sorteos y concursos, YouTube para buscar tutoriales y recomendaciones, y finalmente Facebook y WhatsApp son utilizados en conjuntos para comprar productos.

Como muestran los datos, las redes sociales se han vuelto herramientas necesarias en nuestra sociedad, dado que facilitan la interacción con personas lejanas, sin embargo, estas conductas se pueden convertir en factores de riesgo que deriven en la adicción. En nuestro país, el Instituto Nacional de Estadística (INEI, 2019), al realizar la “Encuesta Nacional de Hogares” de ese año, se encontró que el 79.4% usa diariamente el internet, y son los adolescentes y jóvenes quienes lo consumen más con el fin de entablar comunicación con sus similares, buscar información sobre un tema o realizar actividades online como entretenimiento.

Flores et al. (2016) reporta que el 46% de los estudiantes se comportan de manera sincera, sin ser impulsivos o pasivos, además de un 49% de estudiantes que habla en público sin dificultad. Un número elevado para el estrés que produce estar parado delante de miles de personas. Por otro lado, menciona que el 35% no son cordiales ni abiertos con sus compañeros. Así también menciona que el 44% coopera y comparte con sus amigos, el 43% presenta empatía con los demás y el

37% refuerza y alimenta esas conductas entre sus compañeros.

Dominguez e Ybañez (2016) en Trujillo encontraron que la mayoría de los estudiantes dependían moderadamente de las RS (46,3%). En el nivel significativo se encuentran 30 estudiantes, representando un 14.6%, y, finalmente, se encuentran 23 estudiantes en el nivel altamente significativo, representando un 11.2%.

Ochoa (2019) en el área metropolitana de Lima destacó que la alta ARS no solo es perjudicial en el ámbito personal y social, sino que también afecta el estilo y calidad de vida. Además, también menciona que las personas que tengan cierto grado de adicción pueden tener un estado de ánimo ambivalente.

Como se ha observado, las RS tienen un enorme impacto en el comportamiento humano. Estas han ido desarrollando nuevas conductas para que la persona pueda comunicarse, expresar y manifestar sus emociones, sentimientos y opiniones frente a las diferentes temáticas de su día a día, llegando a priorizar estar conectados a las redes sociales sobre otras necesidades básicas. Sin embargo, no todos se han visto perjudicados de la misma manera. Se ve como este grupo de personas tienen el suficiente autocontrol para no dejarse llevar por el placer que genera estar conectado. Aquí nace esta duda de si estas personas, aplicando correctamente sus habilidades sociales, pueden evitar caer en una posible adicción o explorar otros factores que puedan estar relacionados. Por lo tanto, el objetivo de este estudio es establecer el vínculo entre las HS y la ARS abordando la siguiente pregunta de investigación:

¿Qué relación existe entre las habilidades sociales y la adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima Sur?

1.2 Justificación e importancia de la investigación

Esta investigación tendrá un aporte teórico respecto a la conexión que tiene la ARS y las HS en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima sur. Desde la perspectiva educativa, en estos años se le ha dado la importancia al uso excesivo de las redes sociales (RS) y el impacto sobre las HS, llegando a tener consecuencias negativas sobre el adolescente o adulto joven, ya que se vuelve adicto a ese mundo digital y no interactúa con su entorno real. Por lo que, si se investiga a fondo la adicción que se sufre a través de las redes sociales, se pueden identificar nuevos factores protectores para mejorar las HS.

Respecto a la relevancia social, este trabajo aportará para obtener nuevos datos acerca de la manera en que las RS pueden influir en las HS, de esta forma se verá cómo las habilidades sociales pueden ir variando según el nivel de ARS. Cabe señalar que, a día de hoy, el uso de redes sociales está incrementando y no se considera como un factor influyente en relación a las habilidades sociales. Por ello, esta investigación pretende encontrar si las HS se ven influenciadas por la ARS.

Finalmente, la importancia aplicada, al correlacionar las HS con la ARS será posible encontrar la respuesta de esta incógnita y en caso, las habilidades sociales mejoran, disminuyen o se ven influenciadas por la ARS, esto promoverá programas con el fin de desarrollar y poner en práctica las HS.

1.3 Objetivos de la investigación: general y específicos

Objetivo general

- Establecer la relación entre las habilidades sociales y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

Objetivos específicos

- Identificar el nivel de habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.
- Conocer el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.
- Encontrar la relación entre las dimensiones de la primera variable y las dimensiones de la segunda variable en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

1.4 Limitaciones de la investigación

La primera limitación del estudio radica en la modalidad de aplicación de los instrumentos seleccionados para las variables de estudio.

La falta de interacción con los encuestados, debido a la modalidad virtual no se puede tener una interacción directa en la resolución de preguntas.

La cantidad de ítems presentes en el Cuestionario de Habilidades Sociales, al ser un cuestionario largo se genera una complicación de llenar todos los ítems.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de estudios

Antecedentes internacionales

Bailón y Cabrera (2022) realizaron un estudio en el que examinaron la relación entre la adicción a las redes sociales (ARS) y el desarrollo de habilidades sociales (HS). La muestra de este estudio correlacional incluyó a 46 adultos emergentes del proyecto Detect and Attend de la EPOL, y en la evaluación se emplearon el cuestionario de Habilidades sociales y el cuestionario de Adicción a Redes Sociales. En lo más resaltante, se tiene que a pesar de registros altos en obsesión a redes sociales no tienen influencia sobre la práctica de las HS. En otras palabras, el uso compulsivo de las RS no tiene nada que ver con el desarrollo de las HS y no afecta a su uso entre iguales.

Carrasquillo (2021) fue el responsable de este estudio para determinar el impacto de las redes sociales virtuales en las habilidades sociales. Esta investigación correlacional, fue aplicada a 90 estudiantes universitarios, y para evaluar se usó el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) que fue elaborado por Escurra y Salas, y el Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO), elaborado por Caballo, Salazar y Equipo de Investigación CISO-A España. Los resultados no mostraron ninguna correlación entre las ARS y las HS. En conclusión, las redes sociales virtuales no afectan la evolución de las HS, sin embargo, se menciona el interés hacia estas plataformas con el fin de diferenciar las nuevas formas de interacción entre los usuarios.

Guzman y Mesa (2020) realizaron un estudio sobre la relación entre el uso de las redes sociales y las habilidades sociales. Este estudio correlacional tuvo una muestra de 80 estudiantes. Para evaluarlos se aplicaron la escala de habilidades sociales de Goldstein y el cuestionario de adicción a las redes sociales. Los resultados

mostraron que no había relación entre la dependencia de las RS y la sociabilidad, y que los estudiantes con baja sociabilidad no tenían un alto índice de dependencia de las RS. Esto sugiere que el uso de RS no afecta al desarrollo de la sociabilidad y es sólo un factor que no determina la baja sociabilidad.

Borrero (2019) estuvo a cargo de la investigación para encontrar la relación entre el uso de Facebook y las habilidades sociales. Para la muestra de la investigación correlacional, se necesitó a 252 estudiantes. Y se utilizaron para evaluar los instrumentos: Escala de Adicción a Facebook, elaborada por Bergen (BFAS) y la Escala de Habilidades sociales creada por Gismero (2010). Encontrando que el 52.38% de estudiantes fueron calificados como “adictos a Facebook” y el 46.83% posee HS en niveles deficientes o bajos. Concluyendo en este caso que las habilidades sociales están influenciadas por su nivel alto de adicción a Facebook.

García et al. (2019) investigaron la relación entre la autoestima y las redes sociales. Este estudio correlacional tuvo una muestra de 120 estudiantes, evaluados por la Escala de Autoestima de Rosenberg (1965), versión colombiana de Gómez et al. (2016) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales de Ecurra y Salas (2014). La investigación mostró una débil correlación negativa entre la autoestima y el uso de las RS con mayores niveles de dependencia que conducen a una menor autoestima entre los encuestados.

Ortiz (2019) llevó a cabo este estudio para señalar la correlación entre la adicción a Facebook y las habilidades sociales. En este estudio correlacional participaron 150 estudiantes. Estos fueron evaluados mediante la Escala de Adicción a Facebook, elaborada por Bergen (BFAS), y la Lista de chequeo de Habilidades Sociales creada por Goldstein. Y lo que es más importante, los participantes adictos a Facebook obtuvieron puntuaciones más bajas en todas las áreas de las HS. En

conclusión, se observa como el poco o nulo desarrollo en las habilidades sociales, genera comportamientos adictivos a las plataformas digitales, en este caso Facebook.

Blanco et al. (2018) estuvieron a cargo de esta investigación para analizar la relación entre las redes sociales y las habilidades sociales. Por lo tanto, en este estudio correlacional trabajaron con una muestra de 114 participantes. Para la evaluación se utilizaron el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala Multidimensional EMES. Dando como resultados que si se encuentra una negativa relación entre ambas variables. En conclusión, indica que si existe una presencia de adicción como resultado se desarrollará una menor capacidad para expresar y desarrollar ciertas habilidades sociales.

Antecedentes nacionales

Bustamante (2021) ejecutó un estudio que mostraba la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales. Para esta investigación correlacional, se utilizó a 64 estudiantes para la muestra, que fueron evaluados por el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero (2000), adaptada a Perú por Ruiz Alva (2008). Así pues, existe una débil relación inversa entre la ARS y las HS. En otras palabras, los estudiantes con menos HS dependen más de las redes sociales.

Lipe y Hanco (2021) ejecutaron un estudio para establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales. La muestra del estudio estaba formada por 40 estudiantes que fueron evaluados mediante el cuestionario de Vilca y Vallejos sobre adicción a las redes sociales y el cuestionario de Gismero (2000) sobre habilidades sociales. Como resultado, se encuentra que la relación inversa y moderada. Se puede concluir que el acceso frecuente a las RS tiene un negativo impacto en la HS.

Salazar y Sánchez (2021) realizaron un estudio para determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales. La muestra para este estudio correlacional consistió en 100 estudiantes que fueron evaluados con el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales y la Escala de Habilidades Sociales. Los resultados mostraron una correlación inversa entre las variables, con un 57% de estudiantes con altos niveles de adicción y un 54% con bajas HS. También se descubrió que cuanto mayor era el nivel de apego a las RS, mayor era su influencia y menor el mantenimiento de las HS.

Rosales (2020) realizó un estudio para establecer una relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales. Para la muestra de esta investigación correlacional se necesitó a 102 universitarios. Se les administró el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales y el cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO). Por tanto, no se encontró ninguna relación estadística entre ambas variables. Entonces, se puede mencionar que las habilidades sociales se mantienen vigentes así se detecte o no una posible adicción.

Perez (2019) ejecutó un estudio en el que analizó el vínculo entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales. Este estudio correlación tuvo una muestra de 212 participantes universitarios. Los instrumentos utilizados son cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), diseñado por Ecurra y Salas (2014) y la Escala de Habilidades Sociales de Gismero, adaptada por Ruiz et al. (2008). Los resultados demuestran que existe una relación significativa y negativa entre ambas variables. En conclusión, tener altos niveles de habilidades sociales puede ayudar a las personas a evitar niveles altos o moderados de ARS.

Arones y Barzola (2018) estuvieron a cargo de una investigación para demostrar la existencia de asociación entre la adicción a redes sociales y el

rendimiento académico. Para ello, en esta investigación correlacional, se tuvo como muestra a 20 estudiantes universitarios. Se les administró la prueba Test de Ares y la ficha de promedios de las calificaciones obtenidos en el presente semestre. Todos los alumnos demostraron un nivel medio de ARS, sin embargo, el 80 % de los alumnos obtuvo una calificación en el nivel "en camino". Esto sugiere que, si hay una gran dependencia de las RS, los indicadores de evaluación se modificarán y no se alcanzarán los resultados esperados.

Ikemiyashiro (2017) en este estudio estableció el vínculo entre las redes sociales virtuales y las habilidades sociales. Para ello se utilizó una muestra de 207 adolescentes y adultos jóvenes. Para evaluar se aplicaron el Test de Adicción a las Redes Sociales, realizado por Ecurra y Salas (2014) y la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (2010), adaptada por Ruiz (2009). Se encuentra una relación inversa negativa entre las RS virtuales y las HS. En conclusión, se observa como el uso de las RS generan comportamientos adictivos que no permiten el normal desarrollo de las habilidades sociales.

2.2 Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

Habilidades sociales

Definición.

Desde el nacimiento del ser humano, su interacción con el ambiente y el grupo social es algo fundamental para la práctica de las diversas habilidades sociales (HS) por lo que no está en su naturaleza innata, sino que va aprendiendo poco a poco mediante nuestras interacciones con el medio ambiente (Rosales et al., 2013).

Adicionalmente, Rosales y colaboradores mencionan que las habilidades sociales son comportamientos específicos que posibilitan el realizar cualquier actividad de manera interpersonal. Además, pertenecen a un grupo de

comportamientos que son aprendidos, y lo más importante son adquiridos. Estos se ponen en práctica cada que se realiza una interacción con otras personas.

Así, Michelson et al. (1983) sugieren que las habilidades sociales se presentan en una secuencia de atributos, tales como:

- Adquiridos mediante el aprendizaje.
- Incluye comportamientos verbales y corporales, específicos y, en algunos casos, discretos.
- Aparecen como una respuesta afectiva y adecuada frente a un estímulo.
- Reforzamiento social (respuestas positivas).
- Influencia de las características del medio ambiente, edad o sexo.

Continuando con Pérez (2015) hace mención de 3 componentes que aparecen cuando se desarrollan nuestras habilidades sociales, ya que toda habilidad social se manifiesta a través del comportamiento del sujeto. Entonces tiene que haber un proceso para que se de las habilidades sociales. Estos 3 componentes son: conductual, cognitivo y fisiológico.

En el componente fisiológico hace énfasis en los cambios corporales que se experimentan frente a una situación social (presión cardiaca, frecuencia respiratoria, sudoración, etc.).

En el componente conductual hace referencia al comportamiento en sí que manifiesta la persona y que se puede observar. También incluye la comunicación no verbal o el tono de voz.

Por último, el componente cognitivo, se presenta como las ideas, pensamientos o creencias que expresa una persona. Mayormente los procesos cognitivos son los que determinan la conducta que se ejecutará adecuándose a la situación que se le presente a la persona.

Para Garrido (2008) las habilidades sociales se manifiestan en el uso del lenguaje ya que ayuda y hace posible la comunicación entre ambas personas además que se logren beneficios en dicha interacción. Estas habilidades sociales se dan en un entorno social puesto que se necesita de otro individuo para interactuar con él.

Dongil y Cano (2014) hablan de como el adolescente puede desarrollar sus habilidades sociales a medida que vaya controlando sus impulsos ya que el deseo de responder de manera prepotente va disminuyendo, dando paso a pensar en una mejor solución y se restablecerá de forma óptica ante lo demás, esto ayuda a que sea valorado como alguien tranquilo y responsable de su accionar. Así mismo, las personas que presentan mayor nivel de habilidades sociales son menos agresivos, ya que buscan una conciliación entre ambos bandos.

Importancia.

La importancia de desarrollar unas adecuadas habilidades sociales radica en situaciones cuando les da vergüenza al hablar frente de un grupo mediano o grande de personas, cuando no se sabe cómo pedir un favor a otro, algo prestado o expresar lo que siente claramente, ya que entrenando estas habilidades, permite expresar sentimientos, deseos y opiniones sin lastimar a los demás; a su vez puede defender sus derechos, así como el de los demás y respetarlos mutuamente; tener un concepto adecuado de sí mismo; prestar atención a las opiniones de los demás y hacerles ver su posicionamiento (Rosales, 2013).

Características.

Rosales (2013) también brinda una recopilación de características y especificaciones que debería tener una persona que ha desarrollado adecuadamente habilidades sociales, estas son:

- Conductas que se aprenden mediante el aprendizaje.

- Presentan comportamientos motores (acciones), emocionales y afectivos (sentimientos) y comunicativos (expresiones verbales).
- Se manifiestan en respuestas específicas por reacción a situaciones concretas.
- Son conductas que se tienen que dar siempre y cuando se dé una relación con otras personas, entre iguales o adultos.

Dongil y Cano (2014) también hacen mención de las características de una persona que presenta mayor nivel de habilidades sociales, haciendo énfasis en que estos indicadores son observables. Los cuales son:

- **Iniciar, mantener y cerrar conversaciones:** al tener una mayor confianza en sí mismo no temen a quedar sin tema de conversación.
- **Expresar sentimientos positivos:** aquellos sujetos con habilidades sociales adecuadamente desarrolladas tienen una mayor facilidad para dar cumplidos a los demás, así como expresar sus emociones con facilidad.
- **Recibir sentimientos:** aquellas personas con una gran apertura a la recepción de comentarios por parte de los demás, ya sean positivos o negativos, inclusive siendo capaces de dar retroalimentación a dicho comentario.
- **Defender los propios derechos:** es la principal característica de estas personas, ya que saben defender sus derechos sin la necesidad de vulnerar los derechos de los demás ni pasar sobre ellos.
- **Hacer peticiones o pedir favores:** los sujetos no sienten culpa o miedo de pedir favores a los demás, saben manejar la situación y resolverla para un próximo favor.

- **Afrontar de forma adaptativa las críticas:** cuando se recibe una crítica es fácil perder los papeles, sin embargo, si se presenta un alto desarrollo en habilidades sociales se suele reaccionar de manera asertiva frente a estas situaciones, logrando expresar su criterio y anhelos para la resolución de problemas.

Clasificación.

Según como se desarrolle la persona, Rosales (2013) ha encontrado cuatro tipos de habilidades sociales, y son:

- **Cognitivas:** Habilidades que intervengan lo que piensa la persona (identificar sus necesidades, deseos, estados de ánimos o preferencias).
- **Emocionales:** Aquellas habilidades implicadas en la expresión de diversas emociones y su adecuada manifestación.
- **Comunicativas:** Habilidades donde interviene la comunicación (iniciar o mantener conversaciones, así como formular preguntas).

Por su parte, Caballo (1991) hace mención de las siguientes clasificaciones:

- Comenzar y mantener conversaciones.
- Comunicar y expresarse ante los demás.
- Manifestar sentimientos de agrado y bienestar.
- Interceder por sus propios derechos y de la otra persona.
- Pedir favores sin miedo al rechazo.
- Rechazar peticiones de manera cordial.
- Hacer cumplidos hacia la otra persona.
- Expresión de opiniones personales, incluso si se está en discrepancia.
- Manifestación de sentimientos como desagrado, molestia o enfado.
- Pedir disculpas y manifestar ignorancia sobre ciertos temas.

- Petición de cambios del comportamiento del otro, en caso nos sintamos ofendidos.
- Afrontamiento de opiniones y críticas negativas.

Para Pérez (2000) existen tres niveles de habilidades sociales, cuyo criterio se basó en el análisis conductual.

En el primer nivel es de **análisis molar**: que consta de habilidades más amplias, por ejemplo: cooperar, compartir, conversar con otra persona o pedirle un favor.

El segundo nivel es de **análisis intermedio**: este sería un nivel más concreto que el anterior, por lo que serían capaces de iniciar, mantener y finalizar una conversación, ser amables, etc.

El último nivel es de **análisis molecular**: este engloba conductas más concretas, tales como: mirar a los ojos, asentir con la cabeza, respetar los turnos para expresar sus opiniones.

Teoría de las habilidades sociales.

Goldstein et al. (1989) definen las HS como un grupo de comportamientos humanos que producen relaciones interpersonales eficaces, debido a que el aprendizaje de estas habilidades se desarrolla constantemente y genera una facilidad para relacionarse con los demás, tomando en cuenta los derechos de los demás, sin negar los suyos, evitando la ansiedad y situaciones difíciles o novedosas con el fin de lograr una mayor comunicación y una adecuada resolución de problemas.

A su vez, Goldstein repartió nuestras habilidades sociales en 6 categorías diferentes, desde las habilidades básicas como saludar hasta las habilidades sociales más complejas como tomar decisión o manejo de nuestras emociones.

Grupo 1 – Iniciación de las habilidades sociales básicas.

Estas habilidades se consideran iniciales o básicas ya que son las primeras en aprenderse, dentro de este grupo tenemos: dar las gracias, atender, escuchar, empezar y prolongar una conversación, auto cuestionarse, presentarte ante los demás y presentar a otros, y saludar.

Grupo 2 – Habilidades sociales avanzadas.

Dentro de este grupo se presentan las habilidades que necesitan una mayor exigencia para realizarse, las cuales son: solicitar apoyo, sentirse acompañado, brindar o seguir instrucciones, debatir, saber disculparse y poder convencer a los demás.

Grupo 3 – Habilidades para manejar sentimientos.

Estas habilidades están relacionadas con la expresión y reconocimientos de sentimientos y emociones de las personas y los demás, aquí tenemos: conocimiento sobre nuestros sentimientos, expresión de sentimientos, entender a los demás y sus sentimientos, afrontamiento de la ira ante los demás, manifestar cariño, manejar el miedo y la recompensa a sí mismo.

Grupo 4 – Habilidades alternativas a la agresión.

Dentro del grupo se tienen habilidades que evitan el uso de la agresión a los demás, de ejemplo tenemos: pedir permiso, compartir, brindar ayuda, saber negociar, control personal, defender de manera asertiva los derechos propios y evadir conflictos innecesarios y controlar los impulsos de agresión.

Grupo 5 – Habilidades para el manejo de estrés.

En este grupo se tiene habilidades referidas a un manejo adecuado de estrés. Dentro de este grupo tenemos: responder una queja, saber perder (deportividad), responder de manera asertiva, hacer frente a una acusación, saber manejar la

vergüenza, preparación de una conversación complicada y tener control sobre la presión social.

Grupo 6 – Habilidades de planificación.

Finalmente. se tienen habilidades de organización y planificación, además de la ejecución de actividades de manera continua y ordenada. se tienen habilidades como: la toma de decisiones, identificación del problema real, concretar metas a corto y largo plazo, indagar sobre un tema específico, clasificar problemas en orden de importancia y centrarse en las actividades a realizar.

Adicción a redes sociales

Definición.

Para el Manual de Clasificación Internacional de Enfermedades (Organización Panamericana de la Salud, 2008) la adicción es un síndrome de dependencia física, emocional y psicológica debido a que esta genera una necesidad ante alguna sustancia, actividad o relación que se irá transformando en nuevos hábitos y así crear una dependencia o enfermedad progresiva.

Adicionalmente, Silva (2001) nos menciona que las adicciones suelen aparecer cuando se le genera un conflicto interno al individuo entre dos fuerzas impulsadores: el consumir y el control, viéndose desde una perspectiva psicológica; además menciona que las características de este impulso pueden variar dependiendo del planteamiento o discusión que se realice sobre las conductas de iniciación, instalación, el mantenimiento de estas conductas y el funcionamiento de las mismas.

Características de adicción.

El CIE – 10 (Organización Panamericana de la Salud, 2008) presenta las características como el conjunto de signos y síntomas, tomando en cuenta los episodios recurrentes de desorganización y pérdida del control, así como el

pensamiento distorsionado y la negativa ante la presencia de la adicción. Estos comportamientos afectan a nivel genético, biológico, social y psicológico.

A su vez, se menciona que para considerar una conducta adictiva no solo se tiene que tomar en cuenta el tiempo de consumo o el nivel de intensidad, sino que también se debe conocer el grado en el que interfiere en sus relaciones personales, académicas, de trabajo y entre los amigos de la persona afectada. Siendo un rasgo importante, el aislamiento por parte del adicto hacia los demás.

Gackenbach (2007) hace mención de cualquier comportamiento como adicción que cumpla con los seis criterios que había establecido:

- **Salience:** Cualquier actividad referente que se convierta en lo fundamental de la vida cotidiana del sujeto, a nivel de pensamiento y conducta.
- **Cambios en el humor:** Consecuencias que deja en el sujeto al nivel subjetivo al realizar una actividad continuamente.
- **Tolerancia:** Se da al aumentar la frecuencia y cantidad de la conducta específica para conseguir el mismo resultado o efecto.
- **Síndrome de abstinencia:** Estados físicos y emocionales ambivalentes que produce dicha actividad en específico al ser interrumpida o disminuida parcialmente.
- **Conflicto:** Diferencias entre la persona que consideran adicta y aquellos que están a su alrededor, conflicto con otras actividades o entre los propios individuos que son partícipes de la actividad.
- **Recaída:** Probabilidad de volver a realizar las mismas conductas de una actividad relacionada a la adicción, suele ocurrir tras varios años de control.

Para Redolar (2008) la adicción se caracteriza por ser un estado donde el sujeto es impulsado al uso y abuso de alguna droga, y a pesar de todos los intentos

y tratamientos llevados a cabo, no se puede controlar su autoadministración y tiende a mantenerse.

Clasificación de adicción.

Adicción a sustancias: Este tipo de adicción se centra en la dependencia a la ingesta de productos psicoactivos. Estos pueden ser alucinógenos o analgésicos. Su principal característica es la necesidad intensa de consumir sin opción a regularla, inclusive llegando a alterar sus relaciones interpersonales como cognitivas.

Adicciones comportamentales: Se refiere a las diferentes actividades que el ser humano realiza en su día llegando a ser placenteras, pero sin la necesidad de ingerir sustancias químicas perjudiciales para el organismo.

Adicción al sexo: Este tipo de adicción se caracteriza por el incremento tanto de la intensidad como de la frecuencia respecto a las fantasías sexuales o la excitación reiterada, y se relaciona con un componente de impulsividad que le impide desarrollarse con normalidad, ya sea en el momento o mantenido en el tiempo, en sus habilidades sociales o en el lado ocupacional (Kafka, 2010).

Adicción al trabajo: Castañeda y García (2011) nos definen este tipo de adicción como una necesidad incontrolable de trabajar durante varias horas sin parar, causando un posible riesgo en la salud de la persona adicta y en sus relaciones interpersonales.

Adicción al juego o juego patológico: Esta adicción se caracteriza por la pérdida de control y dependencia. Estos comportamientos de adicción con el tiempo se vuelven automáticos (Brik, Borja y Beraiz, 2019). Adicionalmente, la persona que padece este tipo de adicción experimenta lo que se le conoce como el síntoma de abstinencia y pone en riesgo sus relaciones significativas.

Tecnología y redes sociales.

Echeburúa y de Corral (2010) hacen mención de como la tecnología moderna ha facilitado el estilo de vida, sin embargo, también lo ha perjudicado ya que los vuelve de cierta manera dependientes de ellas y ya no se utiliza con la misma finalidad o medio. Tomando como ejemplo, cuando sale a la venta un producto algo novedoso en el mercado, el mismo día de la presentación ya se han adquirido varias unidades del producto. Esto deja mucho para pensar sobre que se necesita y porque se compra.

Así mismo, ambos refieren que la adicción al internet y a las RS engatusan y atrapan a los jóvenes y adolescentes, ya que esta les brinda una plataforma donde ellos crean una identidad y muchas veces una personalidad falsa que les provoca comodidad y satisfacción, por lo que se genera un distanciamiento del mundo real, inclusive llegando a distorsionarlo.

Finalmente, ambos autores destacan características específicas o signos de alarma en adolescentes socialmente adictos a las redes, en la cual destaca la privación del sueño, además avanzando a profundidad en lo síntomas se tiene que: el adolescente revisa su red social de manera reiterada, publica la mayoría de acontecimientos de su vida personal y la comparte en sus redes sociales, actualiza sus estados con frecuencia, hace post con fotos, etc., pasando gran cantidad de horas en la red social sin que realice algo productivo. Así mismo, las personas catalogadas adictas pueden estar separadas de sus redes sociales apenas unas cuantas de horas.

Teoría de adicción a redes sociales por Ecurra y Salas.

Ecurra y Salas (2014) hacen referencia a la adicción como la adaptación del comportamiento inadecuado al manifestarse en alguna acción, teniendo como consecuencia el malestar psicológico y físico. Este comportamiento es corroborado cuando los adolescentes padecen ARS ya que presenta un deterioro a nivel cognitivo y emocional. Estos comportamientos repetitivos generan un placer en el adolescente

en un primer momento, para luego instalarse como hábitos y como consecuencia genera estados de ansiedad que no pueden ser controlados. Para disminuir estos estados, se busca realizar conductas repetitivas que brinden calma, por lo que la búsqueda de placer queda relegada a un plano secundario.

Por ello, Escurra y Salas indicaron tres factores importantes para englobar la ARS. El primer factor se denomina “obsesión por las redes sociales”, el cual se enfoca el compromiso de la persona relacionado con las RS, llegando a fantaseas reiteradas veces en ellas lo que genera una preocupación cada que no encuentra acceso. El segundo factor es denominado “falta de control personal en el uso de las redes sociales”, esta categoría representa el uso incontrolado o intermitente de las redes sociales que lleva a descuidar los estudios, las actividades familiares y las amistades personales. Por último, se tiene el factor “uso excesivo de las redes sociales”, se refiere a la cuestión del tiempo que se pasa en las redes sociales, afirmando que las personas pasan horas navegando por diferentes plataformas y, como resultado, son incapaces de reducir la cantidad de tiempo que pasan en línea.

Adicción a redes sociales en universitarios.

Como se ha visto, la ARS puede significar un gran impedimento para practicar las habilidades sociales, y puede afectar en diversos ámbitos. En el contexto universitario se han encontrado resultados preocupantes relacionados con el uso repetitivo de las RS, habiendo un alto nivel de estudiantes con tendencia adictiva.

Así lo confirma Alay (2017), quien descubrió que el 90% de los estudiantes son adictos a las RS. De este 90%, las mujeres son las que más tiempo pasan conectadas a las redes sociales, y también está claro que las menores de 22 años son las más adictas. Por otro lado, en los estudiantes universitarios se evidenció cambios de

humor y, en algunos casos, aislamiento social sumándole los trastornos de sueño y ansiedad.

Estos cambios emocionales y cognitivos también fueron encontrados por Padilla-Romero y Ortega-Blas (2017). Ellos mencionan que, a mayor nivel de adicción, se presenta una mayor tendencia depresiva. También señalaron que la creación de perfiles anónimos a través de las RS puede servir para fomentar la creación de identidades falsas y reducir los efectos emocionales depresivos que puedan estar experimentando. Por último, indicaron que el uso de las RS puede enmascarar unas HS deficientes y una baja autoestima.

2.3 Definición conceptual de la terminología empleada

Habilidades sociales

Goldstein et al. (1989) definen las habilidades sociales como un grupo de comportamientos adecuados para iniciar relaciones personales, estos comportamientos se dan por aprendizaje y facilita la relación con los demás, así como tener en cuenta los derechos de los demás sin negar los suyos, evitar la ansiedad y las situaciones que sean difíciles y novedosas, esto conlleva a una mayor comunicación y resolución de problemas.

Adicción a redes sociales

Considerada como la adicción psicológica que es manifestada mediante una característica principal: el manifiesto de comportamientos cotidianos pero repetitivos; al inicio de la adicción estas acciones producen placer, y a su vez, se convierte en hábitos, presentando estados de ansiedad que no se pueden controlar (Escrura y Salas, 2014).

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo y diseño de investigación

Esta investigación es denominada correlacional ya que los autores mencionan que para este tipo de estudio el fin es descubrir el grado de asociación o tipo de relación que se pueda encontrar en dos conceptos/variables o más. Se estudiaron las variables HS y ARS. También es de tipo cuantitativo, debido a que ambas variables fueron seleccionadas y medibles en determinado contexto, y en base a ello, se puede construir un nuevo marco teórico en base a nuestras hipótesis (Hernández et al., 2014).

Así también, este estudio tiene un diseño no experimental, porque no hay manipulación intencionada de las variables. y el método de observación del fenómeno fue en un contexto natural. En cuanto al aspecto temporal, esta investigación tuvo un corte transversal, ya que, según los autores, la información debe ser recaudada en un único momento.

3.2 Población y muestra

En el estudio, la población abarcó los 1471 estudiantes de psicología de la universidad Autónoma del Perú, campus Villa El Salvador.

La muestra de 259 estudiantes se determinó mediante muestreo probabilístico, ya que todos los estudiantes de psicología tienen la misma probabilidad de ser seleccionados aleatoriamente.

3.3 Hipótesis

Hipótesis general

Hi Existe relación significativa e inversa entre las habilidades sociales y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

Hipótesis específicas

H₁ Existe relación significativa e inversa entre las dimensiones de la primera variable y las dimensiones de la segunda variable en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

3.4 Variables – Operacionalización

Variable de estudio

Habilidades sociales.

Definición conceptual.

La definición que hace Goldstein et al. (1989) sobre las HS las explica como el conjunto de comportamiento dirigidos a relacionarse interpersonalmente. Estos comportamientos son netamente aprendidos por el entorno y les facilita la interacción con otras personas. Se tiene en cuenta los derechos de los demás sin menospreciar los nuestros, a su vez, estos comportamientos les ayudan a evitar la ansiedad ante situaciones adversas o novedosas, así como desarrollar la comunicación adecuada y resolución de problemas.

Adicción a las redes sociales.

Definición conceptual.

Este tipo de adicción se manifiesta con características psicológicas, donde el principal comportamiento se vuelve repetitivo. Al inicio puede brindar placer a la persona, sin embargo, con el tiempo se llega a convertir en un hábito, el cual presenta estados de ansiedad que no pueden ser controlados (Escrura y Salas, 2014).

Características demográficas.

A continuación, se indican las características sociodemográficas que se recaudaron durante la recolección de datos: (1) sexo, (2) edad y (3) ciclo de estudio.

Operacionalización de las variables.

En la tabla 1, se muestra la operacionalización de las variables.

Tabla 1*Operacionalización de las variables*

Variables	Dimensiones	Ítems	Categorías	Escala de Medición	Instrumentos
Habilidades Sociales	Habilidades sociales básicas	Del 1 al 8	Excelente nivel: 205 a+	Ordinal	Escala De Habilidades Sociales Arnold Goldstein & Col. (1978).
	Habilidades sociales avanzadas	Del 9 al 14	Buen nivel: 157 a 204		
	Habilidades relacionadas con los sentimientos	Del 15 al 21	Normal nivel: 78 a 156		
	Habilidades alternativas a la agresión	Del 22 al 30	Bajo nivel: 26 a 77		
	Habilidades para hacer frente al estrés	Del 31 al 42	Deficiente nivel: 0 a 25		
	Habilidades de planificación	Del 43 al 50			
	Obsesión por las redes sociales (F1)	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	F1: Bajo: 0 a 7 Medio: 8 a 19 Alto: 20 a 30		
Adicción a Redes Sociales	Falta de control personal en el uso de las redes sociales (F2)	4, 11, 12, 14, 20, 24	F2: Bajo: 0 a 6 Medio: 7 a 13 Alto: 14 a 21	Intervalo	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) – Miguel Ecurra y Edwin Salas (2014).
	Uso excesivo de las redes sociales (F3)	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	F3: Bajo: 0 a 8 Medio: 9 a 16 Alto: 17 a 25		
	TOTAL:		Bajo: 11 a 26 Medio: 27 a 48 Alto: 49 a 67		

3.5 Métodos y técnicas de investigación

Escala de habilidades sociales (EHS)

Para evaluar las HS se empleó el instrumento Escala de Habilidades Sociales (EHS) que fue diseñada por Arnold Goldstein en 1978 junto a su equipo, los cuales son especialistas en ciencias de la conducta, pero adaptada a nuestro contexto por Tomás Ambrosio, en 1994. El objetivo general es evaluar y describir una lista conductual de comportamientos sociales. La EHS está conformada por 50 ítems agrupado en seis áreas: HS básicas, HS avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación. Estos ítems son presentados en escala Likert debido a que se gradúan del 1 al 5, siendo: 1 (nunca), 2 (muy pocas veces), 3 (alguna vez), 4 (a menudo) y 5 (casi siempre o siempre). La administración puede darse de manera individual o grupal, a un público mayor a 12 años, siendo el tiempo de aplicación aproximado de 15 minutos.

Tomás (1995) decidió realizar el análisis de ítems de la EHS donde encontró correlaciones significativas ($p < .05$, $.01$ y $.001$), respetando los ítems originales. A su vez, cada escala obtuvo una correlación positiva y altamente significativa ($p < .001$) con la escala total de HS. A su vez, al realizar la prueba de test-retest con el coeficiente de correlación Producto-Momento de Pearson tuvo como resultado $r = .6137$ y $t = 3.011$, siendo resultados muy significativos ($p < .01$). Para finalizar, en la prueba de confiabilidad, el coeficiente Alfa de Cronbach de consistencia interna dio como resultado $.9244$ (como se citó en Hurtado, 2018).

Evidencias de validez basada en la estructura interna.

La validez del EHS se comprobó mediante una técnica de análisis factorial exploratorio utilizando la extracción por mínimos cuadrados no ponderados con

rotación varimax. Los análisis de diagnóstico como el KMO (.499) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($X^2=2447,975$; $gl=1225$; $p<.001$), evidenciando que la muestra utilizada resulta adecuada sobre su tamaño, por lo que no hay evidencias para sostener la existencia de una matriz de identidad.

Confiabilidad.

En la tabla 2 se puede analizar los valores del alfa de Cronbach que varía entre .646 y .957 entre las dimensiones y el puntaje total. Los índices de consistencia interna entre las dimensiones fueron altos. La escala en su versión global (50 ítems) presenta una alta confiabilidad, debido a que los resultados del alfa de Cronbach fueron superiores a .80.

Tabla 2

Estadísticos de confiabilidad del cuestionario de Habilidades Sociales

Dimensiones-Variable	Ítems	Alfa [IC95%]
Habilidades sociales básicas	8	.823
Habilidades sociales avanzadas	6	.646
Habilidades relacionadas con los sentimientos	7	.766
Habilidades alternativas a la agresión	9	.814
Habilidades para hacer frente al estrés	12	.870
Habilidades de planificación	8	.792
Escala total de habilidades sociales	50	.957

Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)

En la segunda variable, se empleó el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) desarrollado por Ecurra y Salas (2014). La finalidad de este cuestionario es proporcionar una investigación diagnóstica de la ARS. El ARS presenta 24 ítems de escala tipo Likert, dividiéndose en tres. El primer factor se denomina “obsesión por redes sociales” que consta de 10 ítems; el segundo denominado “falta de control personal en el uso de redes sociales” consta de 6 ítems; y finalmente el último se denomina “uso excesivo de redes sociales” que consta de 8 ítems. El ARS se creó teniendo como referencia los criterios diagnósticos del manual de trastornos mentales – DSM IV. Este cuestionario va dirigido a personas de 16 años en adelante y se puntúa según la siguiente clasificación: 0 (nunca), 1 (rara vez), 2 (algunas veces), 3 (casi siempre) y 4 (siempre); el ítem que se puntúa de manera inversa es el 13. Para la interpretación el nivel de adicción se dará con un puntaje de 0 (falta de adicción) y la puntuación máxima de 96 puntos (nivel más alto de adicción).

Ecurra y Salas (2014) validaron el instrumento a través del análisis factorial confirmatorio y se compararon 3 tipos de modelos: tres factores independientes, tres factores asociados y el modelo independiente, dando como resultado eficiente para los criterios el de 3 factores relacionados [$\chi^2(238)=35.23; p<.05; \chi^2/df=1.48; GFI=.92; RMR=.06; RMSEA=.04; AIC=477.28$].

Para la confiabilidad, Ecurra y Salas, utilizaron el Alfa de Cronbach encontrando resultados en el factor 2 de .88 y en el factor 3 de .92, superando el nivel de consistencia interna de .85.

Evidencias de validez basada en la estructura interna.

La validez del ARS se comprobó mediante una técnica de análisis factorial exploratorio utilizando la extracción por mínimos cuadrados no ponderados con

rotación varimax.. Los análisis de diagnóstico como el KMO (.801) y la Test de esfericidad de Bartlett ($\chi^2=997.520$; $gl=276$; $p<.001$), evidenciando que la muestra utilizada resulta razonable sobre su tamaño, entonces, no hay evidencias para sostener la existencia de una matriz de identidad.

Tabla 3*Matriz de estructura factorial del cuestionario de adicción a redes sociales*

Ítems	Factores		
	1 (F1)	2 (F2)	3 (F3)
ARS7	.828		
ARS22	.823		
ARS6	.800		
ARS19	.749		
ARS24	.706		
ARS23	.705		
ARS20	.697		
ARS8	.665		
ARS5	.664		
ARS3	.637		
ARS11	.636		
ARS15	.628		
ARS12	.559		
ARS21	.506		
ARS16		.748	
ARS14		.740	
ARS17		.704	
ARS18		.644	
ARS10		.641	
ARS1		.636	
ARS4		.567	
ARS9		.523	
ARS2			.699
ARS13			.673
Autovalor	11.689	1.729	1.573
%V.E.	48.705	7.204	6.554
%V.E.A.	48.705	55.909	62.462

Nota. %V.E. = porcentaje de varianza explicada, %V.E.A. = porcentaje de varianza explicada acumulado, D1 = Obsesión a Redes Sociales, D2 = Falta de control personal en el uso de las redes sociales, D3 = Uso excesivo de las redes sociales.

Como se puede observar en la tabla 3, la extracción de los 3 factores se explica en un 62.46% (VEA), dado que los 3 factores son mayores a 1. Así mismo, los 24

elementos muestran saturación con cargas factoriales superiores a .30, dentro de cada dimensión de acuerdo con su teoría.

Confiabilidad.

En la tabla 4 se puede analizar los valores del alfa de Cronbach que varía entre .883 y .950 entre las dimensiones y el puntaje total. Los índices de consistencia interna entre las dimensiones fueron muy altos. La escala en su versión global (24 ítems) presenta una muy alta confiabilidad debido a que los resultados del alfa de Cronbach fueron superiores a .80.

Tabla 4

Estadísticos de confiabilidad del cuestionario de adicción a redes sociales

Dimensiones-Variable	Ítems	Alfa [IC95%]
Obsesión a redes sociales	10	.883
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	6	.850
Uso excesivo de las redes sociales	8	.880
Escala total de adicción a redes sociales	21	.950

3.6 Procesamiento de los datos

El método utilizado para aplicar la prueba elegida fue virtual. A los estudiantes del Departamento de psicología de la universidad Autónoma de Perú se les proporcionó un enlace a través del correo institucional para llenar un formulario donde se detallaba el propósito del estudio y un formulario de consentimiento informado en el que decidían participar en el estudio ya que la participación era totalmente voluntaria.

Posterior al consentimiento informado, se presentó una ficha sociodemográfica con los siguientes datos: sexo, edad y ciclo de estudios. Habiendo completado la ficha, se pasó a colaborar con el estudio respondiendo los instrumentos con las indicaciones dadas en el formulario.

Antes de pasar a procesar los datos obtenidos de la muestra, se realizó una base de datos con la finalidad de corroborar que cada uno de los ítems haya sido respondido de la manera adecuada, en esta etapa se utilizó el programa Microsoft Excel 2016. Una vez realizado este proceso, se trabajó con el programa IBM SPSS en su versión 26. Se realizó un análisis estadístico descriptivo para obtener porcentajes y frecuencias de los niveles de las variables y sus dimensiones. A su vez, estos datos se analizaron mediante la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para identificar distribuciones no normales, encontrando una distribución no normal. Conociendo esta información, se utilizó la correlación de Spearman para medir los resultados.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1 Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 5

Frecuencias y porcentajes de las dimensiones de la variable habilidades sociales y puntaje total

Dimensiones	Niveles	<i>f</i>	%
Habilidades sociales básicas	Muy bajo	72	27.8
	Bajo	59	22.8
	Moderado	72	27.8
	Alto	56	21.6
Habilidades sociales avanzadas	Muy bajo	73	28.2
	Bajo	70	27.0
	Moderado	58	22.4
Habilidades relacionadas con los sentimientos	Alto	58	22.4
	Muy bajo	70	27.0
	Bajo	64	24.7
Habilidades alternativas a la agresión	Moderado	63	24.3
	Alto	62	23.9
	Muy bajo	72	27.8
	Bajo	68	26.3
Habilidades para hacer frente al estrés	Moderado	61	23.6
	Alto	58	22.4
	Muy bajo	71	27.4
	Bajo	68	26.3
Habilidades de planificación	Moderado	57	22.0
	Alto	63	24.3
	Muy bajo	68	26.3
Habilidades Sociales	Bajo	72	27.8
	Moderadamente	56	21.6
	Alto	63	24.3
	Bajo nivel	7	2.7
Nivel total de Habilidades Sociales	Normal nivel	142	54.8
	Buen nivel	84	32.4
	Excelente nivel	26	10.0

Nota. *f*=frecuencia, %=porcentaje

La tabla 5 muestra las frecuencias y porcentajes de la variable habilidades sociales (HS). En este caso, se observa que en la dimensión de HS básicas los participantes se sitúan en un nivel medio y en el nivel muy bajo (27.8 % en ambos niveles). En las dimensiones: HS avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión y habilidades para hacer frente al estrés, se tiene que en su mayoría, los participantes se encuentran dentro del nivel muy bajo, representando más del 27% de la población total. En el caso de la dimensión habilidades de planificación, la mayor concentración de los participantes está dentro del nivel bajo, con un 27.8%. Finalmente, en el puntaje total, los participantes se encuentran, en su mayoría, en un Normal Nivel (n=142), con un porcentaje mayor al 50% de la población (54.8%).

Tabla 6

Frecuencias y porcentajes de los factores de la variable adicción a redes sociales y puntaje total

Factores	Niveles	f	%
Obsesión por las redes sociales	Medio	95	36.7
	Alto	164	63.3
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Bajo	12	4.6
	Medio	83	32.0
	Alto	164	63.3
Uso excesivo de las redes sociales	Bajo	12	4.6
	Medio	64	24.7
	Alto	183	70.7
Nivel total de Adicción a Redes Sociales	Bajo	2	0.8
	Medio	74	28.6
	Alto	183	70.7

Nota. f=frecuencia, %=porcentaje

La tabla 6 muestra los resultados obtenidos para las frecuencias y porcentajes de los factores de adicción a redes sociales (ARS) y sus puntuaciones totales. Se observa que en el factor obsesión por redes sociales se agrupan en nivel alto, siendo un total de 164 estudiantes que representan un 63.3%. En los siguientes factores también se encontraron niveles altos, representando un 63.3% para el segundo factor y un 70.7% para el tercer factor. El nivel total de ARS evidencia un nivel alto, correspondiente a un 70.7%.

Tabla 7

Análisis de la normalidad de la variable habilidades sociales y sus dimensiones

Dimensiones/Variable	<i>Estadístico</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Dimensión habilidades sociales básicas	.093	259	.001
Dimensión habilidades sociales avanzadas	.078	259	.001
Dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos	.092	259	.001
Dimensión habilidades alternativas a la agresión	.061	259	.022
Dimensión habilidades para hacer frente al estrés	.071	259	.003
Dimensión habilidades de planificación	.066	259	.008
Nivel Total de Habilidades Sociales	.060	259	.024

Nota. gl=grados de libertad, p=significancia estadística

La tabla 7 muestra la distribución muestral y normalidad de las habilidades sociales y dimensiones. A través de la prueba de Kolmogorov–Smirnov, se observa que el nivel de significancia menor a .05 en todas las dimensiones y en el nivel total. Estos resultados muestran que los datos se ajustan a una distribución no normal, entonces se utilizan estadísticas no paramétricas para el análisis inferencial.

Tabla 8

Análisis de la normalidad de la variable adicción a redes sociales y sus factores

Factores/Variable	<i>Estadístico</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Factor obsesión por las redes sociales	.121	259	.001
Factor falta de control personal en el uso de las redes sociales	.068	259	.006
Factor uso excesivo de las redes sociales	.081	259	.001
Nivel Total de Adicción a Redes Sociales	.067	259	.007

Nota. *gl*=grados de libertad, *p*=significancia estadística

La tabla 8 muestra los datos obtenidos de la adicción a redes sociales y factores al ser sometidos a la prueba de normalidad de la distribución muestral. Mediante de la prueba de Kolmogorov–Smirnov, se observa que el nivel de significancia menor a .05 en todas las dimensiones y en el nivel total. Estos resultados muestran que los datos se ajustan a una distribución no normal, por consiguiente, se utilizan estadísticas no paramétricas para el análisis inferencial.

4.2 Contrastación de hipótesis

Tabla 9

Análisis estadístico de la correlación entre las dimensiones de la variable habilidades sociales y los factores de la variable adicción a redes sociales

Dimensiones/Factores	Obsesión por las redes sociales		Falta de control personal en el uso de las redes sociales		Uso excesivo de las redes sociales	
	r_s	p	r_s	p	r_s	p
Habilidades sociales básicas	-.039	.537	-.038	.539	-.006	.926
Habilidades sociales avanzadas	-.034	.581	-.044	.482	-.028	.658
Habilidades relacionadas con los sentimientos	-.038	.547	-.055	.377	-.041	.509
Habilidades alternativas a la agresión	-.042	.501	-.037	.558	-.007	.909
Habilidades para hacer frente al estrés	-.026	.680	-.025	.687	-.009	.887
Habilidades de planificación	-.078	.210	-.065	.299	-.028	.653

Nota. r_s =coeficiente de relación, p =significancia estadística

En la tabla 9, se puede observar el análisis de correlación entre dimensiones de HS y factores de ARS. En la tabla demuestra que no se encuentra relación estadística ($p > .05$) entre las dimensiones y factores para el presente estudio.

Tabla 10

Análisis estadístico de la correlación entre el nivel total de la variable habilidades sociales y el nivel total de la adicción a redes sociales

Variables	Adicción a redes sociales	
	r_s	p
Habilidades sociales	-.038	.543

Nota: r_s =coeficiente de relación, p =significancia estadística

La tabla 10 muestra el coeficiente de correlación de Spearman para las ambas variables ($r_s=-.038$) y su significancia estadística ($p>.05$). Entonces, se acepta la hipótesis nula (H_0) y se rechaza la hipótesis alterna (H_a), indicando que no existe correlación entre ambas las HS y la ARS.

CAPÍTULO V
DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1 Discusiones

Los resultados de este estudio confirman que no existe correlación estadística ($p > .05$) entre las variables HS y ARS. Es decir, que los estudiantes universitarios de psicología no se ven afectados respecto a sus habilidades sociales, así haya aumentado el uso de las RS.

Esto concuerda con Bailón y Cabrera (2022), que tampoco obtuvieron una asociación estadística entre ambas variables. Entonces, se puede decir que a pesar de los tener altos niveles en ARS, los universitarios mantienen su interacción con amistades a través de las redes sociales llegando a formar grupos, esto fortalece el desarrollo de las HS básicas y avanzadas. Siendo estas fundamentales cuando se dan las primeras interacciones.

A su vez, Carrasquillo (2021) tampoco encontró relación global entre las HS y ARS, llegando a la conclusión de que las HS más avanzadas (grupos 4, 5 y 6 de las habilidades según Goldstein et al., 1989) se ven reforzadas a pesar del alto consumo de las plataformas digitales, siendo estas un posible medio para promoverlas y ponerse retos para superarse cada día más.

Así también, Guzmán y Mesa (2020) descubrieron que, aunque en su estudio se detectaron altos niveles de ARS, esto no era determinante para los estudiantes con niveles más bajos de habilidades sociales, lo que sugiere que otros factores pueden influir en las prácticas de HS de los jóvenes.

En el primer objetivo específico, se encontró que los universitarios de psicología presentan una categoría normal en sus habilidades sociales superando la mitad de los participantes (54.8%), lo cual demuestra que se encuentran con un desarrollo adecuado en proporción a su edad. Esto concuerda con Lipe y Hanco

(2021) ya que en su investigación también el nivel promedio concentra más de la mitad de los participantes (80%).

Estas coincidencias se deben a que, en ambos contextos los estudiantes universitarios tienen la facilidad para relacionarse con los demás, tomando en cuenta los derechos de otros, sin negar los suyos, evitando la ansiedad por pasar situaciones difíciles o novedosas, con el fin de lograr una mayor comunicación y adecuada resolución de problemas. Por ello, se puede mencionar que en ambas investigaciones los estudiantes han desarrollado sus habilidades sociales esperadas para la etapa de desarrollo que presentan, así como la implementación de habilidades de expresión de emociones y planificación de actividades para el mantenimiento del orden en el ámbito social.

Siguiendo con el segundo objetivo, el nivel de ARS que se encontró fue alto en la mayoría de los universitarios de psicología. Es decir que los estudiantes presentan comportamientos adictivos relacionado con las redes sociales, así como lo menciona Ikemiyashiro (2017) en su investigación, donde encuentra que los usuarios que presentan mayor presencia en redes sociales son los adolescentes y jóvenes. A su vez, un 43.3% están conectados alrededor de 12 veces al día.

En ambos casos, se observa que la ARS ha demostrado ser el uso más común de las plataformas virtuales. Sin embargo, para Kuss y Griffiths (2011) mencionan que en dichas plataformas virtuales los jóvenes pueden crear un perfil, con el fin de contactar con amigos o pertenecer a grupos de personas que compartan sus mismos gustos. Por lo que, estos niveles altos de adicción son el reflejo de una nueva cultura tecnológica que ha ido emergiendo y tiene como protagonista a las redes sociales (como se citó en Carrasquillo, 2019).

Rosales (2020) también hace mención de este alto índice al consumo de redes sociales, pero asocia este incremento con el inicio de la pandemia, dado que el motivo para estar conectado a RS es laboral o social. En este caso, se ve como este nuevo comportamiento de uso no llega a completar los indicadores de una posible adicción.

Con relación al último objetivo específico, en esta investigación no existe relación ($p > .05$) en ninguna de las dimensiones de las HS con los factores de la adicción a RS. Con esto, se puede decir que los universitarios de psicología de una universidad privada de Lima Sur no se ven influenciados por el excesivo uso de las redes sociales, y tampoco es factor determinante en las HS.

Si se revisa la literatura, en Goldstein et al. (1989) se encuentra que cada grupo de HS se van desarrollando desde que nacemos, y se van reforzando con cada interacción que realizamos. Por lo que a pesar de que los comportamientos pueden ser repetitivos y estar relacionados con una posible adicción, si se refuerzan de manera positiva las habilidades sociales continuarán mejorando según se vayan utilizando. Así también, Dongil y Cano (2014) dicen que a medida que se puedan controlar los impulsos e inhibir los deseos, el desarrollo de las HS continuará de forma adecuada.

Echeburúa y de Corral (2010) afirman que el uso excesivo de las RS puede producirse después de que los adolescentes hayan construido una identidad clara, lo que les permite sentirse cómodos y desarrollar habilidades sociales a través de las plataformas digitales.

5.2 Conclusiones

1. En líneas generales, no se encontró una asociación estadística ($p > .05$) entre las habilidades sociales y la adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

2. Se encontró que los estudiantes universitarios de psicología pertenecen, en su mayoría (54.8%), a la categoría normal, denotando un desarrollo adecuado en habilidades sociales.
3. La mayoría de los estudiantes de pregrado de psicología (70.7%) son altamente adictos a las redes sociales, pudiendo presentarse indicadores específicos para una adicción.
4. Finalmente, no se encontró relación significativa ($p > .05$) entre las dimensiones de las habilidades sociales y los factores de la adicción a redes sociales.

5.3 Recomendaciones

1. Efectuar la modalidad de aplicación presencial para la presente investigación, debido a las diversas limitaciones cuando se realiza la evaluación a la muestra, con la finalidad de comparar resultados entre las modalidades de aplicación (online y presencial).
2. Realizar programas de intervención al grupo muestral seleccionado debido a los altos índices de ARS con el objetivo de desarrollar su interacción social y bienestar general.
3. Realizar un estudio a profundidad para la estandarización de la prueba de habilidades sociales de Goldstein para mejorar su aplicación y ampliar su metodología a las nuevas tecnologías.

REFERENCIAS

- Alay, K. (2017). *Las redes sociales y las tendencias adictivas en la salud de los estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Estatal del Sur de Manabí]. Repositorio de la Universidad Estatal del Sur de Manabí. <http://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/911/1/UNESUM-ECU-EMFER-2017-03.pdf>
- Arones, D. y Barzola, L. (2018). *Adicción a redes sociales y rendimiento académico en estudiantes de Psicología de la Universidad "Alas Peruanas". Ayacucho, 2018* [Tesis para maestría, Universidad Alas Peruanas]. Repositorio de la Universidad Alas Peruanas. <https://docplayer.es/130911496-Adiccion-a-redes-sociales-y-rendimiento-academico-en-estudiantes-de-psicologia-de-la-universidad-alas-peruanas-ayacucho-2018.html>
- Bailón, M. y Cabrera, D. (2021). *Adicción de las redes sociales en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de la escuela superior politécnica del litoral* [Tesis de pregrado, Universidad de Guayaquil]. Repositorio de la Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/60339>
- Betina, A. y Contini, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 12 (23), 159-182. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- Blanco, R., Blanco, S. y Ovallos, A. (2018). *Relación entre uso de redes sociales y habilidades sociales en estudiantes universitarios de Cúcuta* [Tesis de pregrado, Universidad Simón Bolívar]. Repositorio de la Universidad Simón Bolívar. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/3500>
- Borrero, J. (2019). *Adicción a la red social facebook, y su influencia en el desarrollo de las habilidades sociales, en estudiantes de primer a tercer año de*

bachillerato, del colegio nacional Andrés Bello, en el norte de Quito, en el año 2019 [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio de la Universidad Tecnológica Indoamérica. <http://repositorio.uti.edu.ec//handle/123456789/1437>

Brik, E., Borja, E. y Beraiz, R. (2019). *Adicción al Juego Patológico / Tipos, Diferencias y Factores implicados*. Itad. <https://itadsistemica.com/adicciones/adiccion-juego-patologico-tipos-factores-implicados/>

Bustamante, E. (2021). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria* [Tesis de pregrado, Universidad Científica del Sur]. Repositorio de la Universidad Científica del Sur. <https://hdl.handle.net/20.500.12805/1950>

Caballo, V. (1991). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta* (4ª ed.). Siglo XXI. https://www.academia.edu/34466685/Caballo_Vicente_E_Manual_De_Tecnicas_De_Terapia_Y_Modificacion_De_Conducta_4ed

Carrasquillo, S. (2021). *Relación entre el uso adictivo de las redes sociales virtuales y las habilidades sociales en estudiantes universitarios* [Tesis doctoral, Universidad Ana G. Méndez]. Repositorio de la Universidad Ana G. Méndez. <https://www.proquest.com/docview/2586475232/15BE1F6B5B6D4D2APQ/1>

Castañeda, E. y García, J. (2011). Perspectivas actuales de la adicción al trabajo. *Psicología y Salud*, 21(1), 131–139. <https://doi.org/10.25009/pys.v21i1.596>

Dominguez, J. & Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181-230. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>

- Dongil, E. y Cano, A. (2014). *Habilidades sociales*. Sociedad española para el estudio de la ansiedad y el estrés (SEAS). http://www.bemocion.mscbs.gob.es/gl/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf
- Duarte, F. (2019). *Los países en los que la gente pasa más tiempo en las redes sociales (y los líderes en América Latina)*. BBC World Service. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-49634612>
- Echeburúa, E. y de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>
- Escurre, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Flores, E., García, M., Calsina, W. y Yapuchura, A. (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno. *Comuni@cción*, 7(2), 5-14. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682016000200001&lng=es&tlng=es.
- Gackenbach, J. (2007). *Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal, and Transpersonal Implications* (2ª ed.). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-369425-6.X5017-6>
- García, A., Rivera, M. y Suarez, Y. (2019). *Autoestima y uso de las redes sociales en estudiantes de una universidad privada* [Tesis de pregrado, Universidad Simón Bolívar]. Repositorio de la Universidad Simón Bolívar. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/5721>

- Garrido, M. (2008). *Habilidades sociales: conceptos básicos*. Slideshare
<http://es.slideshare.net/nikacanika/habilidades-sociales-conceptos-basicospresentation>
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, N. y Klein, P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: un programa de enseñanza* (2ª ed.). Ediciones Martínez Roca, S.A. <https://docplayer.es/12406348-Habilidades-sociales-y-autocontrol-en-la-adolescencia-un-programa-de-ensenanza.html>
- Guzman, W. y Mesa, A. (2020). *Uso de las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución del municipio de Los Patios* [Tesis de pregrado, Universidad Simón Bolívar]. Repositorio de la Universidad Simón Bolívar. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/7132>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hootsuite y We Are Social. (2019), *“Digital 2019: Global Digital Overview”*. Data Reportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2019-global-digital-overview>
- Hurtado, R. (2018). *Habilidades sociales en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa particular de Lima Metropolitana, 2017* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2210/TRAB.SUF.PROF._Rocio%20del%20Milagro%20Karla%20Hurtado%20Vidarte.pdf?sequence=2

- Iberdrola. (2018). *Adicción a las redes sociales: causas y síntomas principales*.
IBERDROLA. <https://www.iberdrola.com/compromiso-social/como-afectan-redes-sociales-jovenes>
- Ikemiyashiro, J. (2017). *Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio de la Universidad San Ignacio de Loyola. <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/2766>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2019). Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares. *INEI*, 1(4), 1–55. <http://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/ticdiciembre.pdf>
- IPSOS. (2021). *Redes sociales 2021 ¿Sabías que las redes sociales más usadas en el Perú urbano son Facebook, WhatsApp y Youtube?* IPSOS. <https://www.ipsos.com/es-pe/redes-sociales-2021>
- Lipe, R. y Hanco, J. (2021). *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Espinar – 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/5150>
- Mena, M. (2022, abril). *La adicción a las redes sociales en el mundo*. Statista. <https://es.statista.com/grafico/18988/tiempo-medio-diario-de-conexion-a-una-red-social/>
- Michelson, L., Sugul, D. P., Wood, R. P. y Kazdin, A. E. (1983). *Las habilidades sociales en la infancia: evaluación y tratamiento*. Ediciones Martínez Roca. <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/10777/HHSS%20para%20ni%C3%B1os%20y%20ni%C3%B1as.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- My CMS. (2022). *Las estadísticas reales de adicción a las redes sociales para 2022*. WordPress. <https://factoriacreativa.net/las-estadisticas-reales-de-adiccion-a-las-redes-sociales-para-2022/>
- Ochoa, M. (2019). *Influencia de la adicción a redes sociales tecnológicas en la afectividad negativa de estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/17415f11-e915-4744-807b-9a717c155465/content>
- Organización Panamericana de la Salud (2008). Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud. *Organización Panamericana de la Salud*, 1 (554), 304–307. <https://ais.paho.org/classifications/chapters/pdf/volume1.pdf>
- Ortega, F. (2011). El impacto de las nuevas tecnologías digitales en la cultura comunicativa de los jóvenes universitarios - Una visión panameña. *Comunifé* 12 (12), 72–87. <https://doi.org/10.33539/comunife.2012.n12.599>
- Ortiz, K. (2019). *La adicción a Facebook y su relación con las habilidades sociales en estudiantes universitarios del cantón Ambato* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2875>
- Padilla-Romero, C. y Ortega-Blas, J. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *CASUS*, 2(1), 47–53. <https://doi.org/10.35626/casus.1.2017.31>

- Pasquali, M. (2020). *Los países con los usuarios más adictos a las redes sociales*. Statista. <https://es.statista.com/grafico/20744/tiempo-de-uso-de-redes-sociales-por-pais/>
- Peña, Y. (2021). *Nivel del desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de un CEBA en Jauja – Junín* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Huancavelica]. Repositorio de Universidad Nacional de Huancavelica. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/3738>
- Perez, A. (2019). *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en jóvenes universitarios del primer al tercer ciclo del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco – 2018* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional de la Universidad de Huánuco. <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/1731>
- Pérez, M. (2015). *Entrenamiento en habilidades sociales* (2ª ed.). Editorial ICB. <https://elibro.net/es/ereader/biblioua/120574?page=10>
- Pérez, P. (2000). *Habilidades sociales: educar hacia la autorregulación: conceptualización, evaluación e intervención*. Editorial Horsori. <http://hdl.handle.net/2445/134694>
- Redolar, D. (2008). *Cerebro y adicción*. Editorial UOC. <https://elibro.net/es/ereader/biblioua/101042?page=24>
- Rosales, E. (2020). *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio de la Universidad San Ignacio de Loyola. http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10276/1/2020_Rosales%20Urcos.pdf

- Rosales, J., Caparrós, B., Molina, I. y Alonso, S. (2013). *Habilidades sociales*. McGraw-Hill. <https://elibro.net/es/ereader/biblioua/50255?page=3>
- Ruíz, M., Vega, L. y Poncelis, F. (2011). *Soy modelo en la promoción de las habilidades sociales de mi hijo*. Puentes para Crecer. http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/Soy_modelo_promocion_de_habilidades_sociales_Ruiz_Vega_y_Poncelis.pdf
- Salazar, E. y Sánchez, A. (2021). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de un instituto superior de Cajamarca, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1817>
- Stickelmann, S. (2018). *Estudio: 100.000 adolescentes son adictos a WhatsApp y otras redes sociales*. Deutsche Welle. <https://p.dw.com/p/2tXV5>
- Tomás, A. (1995). *Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein*. Academia. https://www.academia.edu/36913711/MANUAL_DE_CALIFICACION_Y_DIAGNOSTICO_DE_LA_LISTA_DE_LISTA_DE_CHEQUEO_DE_HABILIDADES_SOCIALES
- Zoido, P. (2017). *“El desafío de trabajar en equipo en América Latina – ¿Cómo le fue a la región en la evaluación PISA de competencias sociales?”* Inter-American Development Bank. <https://blogs.iadb.org/educacion/es/competenciassocialespisa/>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	MARCO TEÓRICO	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGÍA
<p>Problema general: ¿Qué relación existe entre las habilidades sociales y la adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima Sur?</p> <p>Problemas específicos: ¿Cuál es el nivel de las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur? ¿Cuál es el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur? ¿Qué relación existe entre las dimensiones de las habilidades sociales y las dimensiones de la adicción a redes sociales en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Sur?</p>	<p>General Determinar la relación entre habilidades sociales y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> Identificar el nivel de habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. Identificar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. Encontrar la relación entre las dimensiones de la primera variable y las dimensiones de la segunda variable en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. 	<p>1. Antecedentes</p> <p>A nivel internacional:</p> <ul style="list-style-type: none"> Bailón y Cabrera (2022) en su investigación Adicción de las redes sociales en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de la escuela superior politécnica del litoral. Carrasquillo (2021) en su tesis Relación entre el uso adictivo de las redes sociales virtuales y las habilidades sociales en estudiantes universitarios. Guzmán y Mesa (2020) en su tesis Uso de las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución del municipio de Los Patios. <p>A nivel nacional:</p> <ul style="list-style-type: none"> Bustamante (2021) en su tesis de Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria Lipe y Hanco (2021) en su tesis Adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Espinar – 2020. Rosales (2020) en su tesis Adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. 	<p>Hipótesis general: Existe una relación negativa y alta entre las habilidades sociales y la adicción a las redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima Sur</p> <p>Hipótesis Específicas: He1: Existe un nivel bajo de habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. He1: Existe un nivel alto de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. He1: Existen relaciones significativas entre las dimensiones de la primera variable y las dimensiones de la segunda variable en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p>	<p>Variable 1. Habilidades Sociales</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Habilidades sociales básicas Habilidades sociales avanzadas Habilidades relacionadas con los sentimientos Habilidades alternativas a la agresión Habilidades para hacer frente al estrés Habilidades de planificación. <p>Variable 2 Adicción a Redes Sociales</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> Obsesión por las redes sociales. Falta de control personal en el uso de las redes sociales Uso excesivo de las redes sociales 	<p>Tipo de investigación Básica o pura</p> <p>Nivel de investigación: Correlacional</p> <p>Método: Descriptivo</p> <p>Diseño de investigación: Descriptivo correlacional</p> <p>Técnica e instrumentos: Encuesta</p>

Anexo 2. Consentimiento Informado Virtual



HABILIDADES SOCIALES Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA SUR

Estimado(a) participante:

Solicito su colaboración a través del llenado del presente cuestionario, que pretende visualizar si el nivel de habilidades sociales es influenciado por el nivel de adicción a redes sociales, el mismo que servirá para fines exclusivamente de investigación.

Por otro lado, es importante considerar que su participación es voluntaria y anónima, además sus respuestas serán tratadas de manera confidencial.

Si dese participar, le solicito, completar la sección destinada a su consentimiento. De antemano, le agradezco su participación y la información valiosa que brindará.

Atentamente:

Sr. Maximo Rafael Mayuri Mendoza, estudiante del último año de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú

Siguiente

Página 1 de 5

HABILIDADES SOCIALES Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA SUR

*Obligatorio

CONSENTIMIENTO INFORMADO

He tomado conocimiento de los propósitos del estudio y he recibido información suficiente para decidir voluntariamente mi participación. Comprendo que mi participación es anónima, la información brindada será tratada de forma confidencial y exclusivamente para fines de la investigación. Por otro lado, sé que puedo suspender en cualquier momento mi participación sin dar explicaciones y sin ningún perjuicio.

Acepto participar voluntariamente en este estudio *

Sí

No

Atrás

Siguiente

Página 2 de 5

Anexo 3. Instrumento de medición 1

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre:.....Edad:.....

Año de estudio:.....Centro Educativo:.....

INSTRUCCIONES

Las proposiciones de la presente lista se refieren a experiencias de la vida diaria, de tal modo que describan como Ud. se comporta, siente, piensa y actúa. No es un test clásico, dado que no hay respuestas correctas ni incorrectas, todas las respuestas son válidas.

Encierra en un círculo la respuesta que más crea conveniente:

Marque 1 si su respuesta es NUNCA.

Marque 2 si su respuesta es MUY POCAS VECES.

Marque 3 si su respuesta es ALGUNA VEZ.

Marque 4 si su respuesta es A MENUDO.

Marque 5 si su respuesta es SIEMPRE.

Responda rápidamente y recuerde de contestar todas sus preguntas.

Ítems	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. ¿Presta atención a la persona que le está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que le están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?	1	2	3	4	5
3. ¿Habla con otras personas sobre cosas que le interesan a los demás?	1	2	3	4	5
4. ¿Determina la información que necesita y se la pide a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5. ¿Permite que los demás sepan que agradece los favores, etc.?	1	2	3	4	5
6. ¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?	1	2	3	4	5

7. ¿Ayuda a que los demás se conozcan entre sí?	1	2	3	4	5
8. ¿Le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?	1	2	3	4	5
9. ¿Pide ayuda cuando tiene alguna dificultad?	1	2	3	4	5
10. ¿Elige la mejor forma para integrarse en un grupo o para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12. ¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?	1	2	3	4	5
14. ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona?	1	2	3	4	5
15. ¿Intenta reconocer las emociones que experimenta?	1	2	3	4	5
16. ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	1	2	3	4	5
17. ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intenta comprender el enfado de la otra persona?	1	2	3	4	5
19. ¿Permite que los demás sepan que se interesa o se preocupa por ellos?	1	2	3	4	5
20. ¿Piensa por qué está asustado y hace algo para disminuir su miedo?	1	2	3	4	5

21. ¿Se dice a si mismo o hace cosas agradables cuando se merece una recompensa?	1	2	3	4	5
22. ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pide a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23. ¿Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayuda a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25. ¿Llega a establecer un sistema que le satisfaga tanto como a quienes sostienen posturas diferentes?	1	2	3	4	5
26. ¿Controla su carácter de modo que no se le "escapan las cosas de la mano"?	1	2	3	4	5
27. ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cuál es su postura?	1	2	3	4	5
28. ¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás le hacen bromas?	1	2	3	4	5
29. ¿Se mantiene al margen de situaciones que le puedan ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30. ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31. ¿Les dice a los demás cuando han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar solución?	1	2	3	4	5
32. ¿Intenta llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien?	1	2	3	4	5
33. ¿Expresa un cumplido sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5

34. ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35. ¿Determina si lo han dejado de lado en alguna actividad y, luego, hace algo para sentirse mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36. ¿Manifiesta a los demás que han tratado injustamente a un amigo?	1	2	3	4	5
37. ¿Considera con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hará?	1	2	3	4	5
38. ¿Comprende la razón por la cual ha fracasado en una determinada situación y que puede hacer para tener más éxito en el futuro?	1	2	3	4	5
39. ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen o hacen otras que se contradicen?	1	2	3	4	5
40. ¿Comprende lo que significa una acusación y por qué se la han hecho y, luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le ha hecho la acusación?	1	2	3	4	5
41. ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42. ¿Decide lo que quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43. ¿Resuelve la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante?	1	2	3	4	5

44. ¿Reconoce si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo su control?	1	2	3	4	5
45. ¿Toma decisiones realistas sobre lo que es capaz de realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Es realista cuando debe dilucidar como puede desenvolverse en una determinada tarea?	1	2	3	4	5
47. ¿Resuelve que necesita saber y como conseguir la información?	1	2	3	4	5
48. ¿Determina de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que debería solucionar primero?	1	2	3	4	5
49. ¿Considera las posibilidades y elige la que le hará sentirse mejor?	1	2	3	4	5
50. ¿Se organiza y se prepara para facilitar la ejecución de su trabajo?	1	2	3	4	5

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