



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

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

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

YRIS MAGALY CHILET VILLANUEVA (ORCID: 0009-0009-7529-5572)

ASESOR

DR. WALTER CAPA LUQUE (ORCID: 0000-0003-4342-9264)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE PROGRAMA

VIOLENCIA Y ADICCIONES

LÍNEA DE ACCIÓN RSU

SALUD Y BIENESTAR

LIMA, PERÚ, NOVIEMBRE DE 2023



CC BY-NC-ND

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

Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.

Referencia bibliográfica

Chilet Villanueva, Y. M. (2024). *Soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada 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	Yris Magaly Chilet Villanueva
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	71921398
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0009-7529-5572
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Walter Capa Luque
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	09813379
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-4342-9264
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	Juan Carlos Baños Ramos
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	40139812
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Javier Jesus Vivar Bravo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	74697504
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado
Línea de investigación del Programa	Violencia y adicciones
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Lima, el jurado de sustentación de tesis conformado por: la DRA. SILVANA GRACIELA VARELA GUEVARA como presidenta, el DR. JUAN CARLOS BAÑOS RAMOS como secretario y el MG. JAVIER JESUS VIVAR BRAVO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

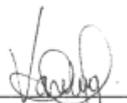
**SOLEDAD Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA
DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR**

Presentado por la bachiller:

YRIS MAGALY CHILET VILLANUEVA

Para obtener el **Título Profesional Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado se procedió a la calificación individual, obteniendo el dictamen de **Aprobado** con una calificación de **TRECE (13)**.

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 28 de noviembre del 2023.



PRESIDENTA
DRA. SILVANA GRACIELA
VARELA GÚEVARA



SECRETARIO
DR. JUAN CARLOS BAÑOS
RAMOS



VOCAL
MG. JAVIER JESUS VIVAR
BRAVO

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

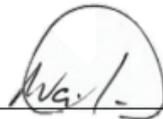
Yo Walter Capa Luque docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesor de la tesis titulada:

Soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur

De la bachiller Yris Magaly Chilet Villanueva, constato que la tesis tiene un índice de similitud de 17% verificable en el reporte de similitud del software 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, 21 de agosto de 2024



Walter Capa Luque

DNI: 09813379

DEDICATORIA

A mis hermanas y a mi abuela, Elizabeth, por mostrarme su amor incondicional y siempre estar conmigo.

A mis padres por la confianza brindada hacia mí desde mis primeros años de vida hasta el día de hoy.

AGRADECIMIENTOS

A mi asesor, Dr. Walter Capa Luque, por todos los conocimientos y asesoría brindada durante la elaboración de mi trabajo. A mi casa de estudios, la Universidad Autónoma del Perú, por permitirme desarrollarme profesionalmente de la mano de una excelente plana docente.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
LISTA DE TABLAS	5
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
RESUMO	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	33
2.1. Tipo y diseño de investigación	34
2.2. Población, muestra y muestreo.....	34
2.3. Hipótesis	35
2.4. Variables y operacionalización.....	35
2.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	37
2.6. Procedimientos.....	42
2.7. Análisis de datos	43
2.8. Aspectos éticos.....	43
CAPÍTULO III: RESULTADOS	44
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN	54
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES	58
CAPÍTULO VI: RECOMENDACIONES	58
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Operacionalización de la variable soledad
Tabla 2	Operacionalización de la variable adicción a redes sociales
Tabla 3	Índices de ajuste de AFC para la escala de soledad de Jong Gierveld
Tabla 4	Cargas factoriales de la Escala de soledad de Jong Gierveld
Tabla 5	Estadísticos de confiabilidad de la escala de soledad de Jong Gierveld
Tabla 6	Índices de ajuste de AFC para el cuestionario de ARS
Tabla 7	Cargas factoriales del cuestionario de ARS
Tabla 8	Estadísticos de confiabilidad de la escala ARS
Tabla 9	Nivel de soledad en estudiantes de psicología
Tabla 10	Nivel de ARS en estudiantes de psicología
Tabla 11	Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov
Tabla 12	Correlación entre soledad y ARS en estudiantes de psicología
Tabla 13	Correlación entre dimensiones de Soledad y ARS en estudiantes de psicología
Tabla 14	Correlación entre Soledad y dimensiones de ARS en estudiantes de psicología
Tabla 15	Correlación entre dimensiones de Soledad y dimensiones de ARS en estudiantes de psicología

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

YRIS MAGALY CHILET VILLANUEVA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Se determinó la relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. Es una investigación de enfoque cuantitativo de diseño no experimental y tipo correlacional. Se trabajó con una muestra constituida por 253 estudiantes de ambos sexos con edades desde los 17 hasta los 48 años de todos los ciclos de la carrera de psicología matriculados en el semestre 2021-I. Para lo cual se hizo uso de la adaptación peruana por Ventura (2017) de la Escala de Soledad de Jong Gierveld y el Cuestionario de Adicción a redes sociales de Ecurra y Salas. De los resultados se encontró una relación altamente significativa ($p < .05$) positiva entre las dos variables. Además, se encontró que un 9,5% de estudiantes experimentan una intensa soledad y un 3.2% indica una gran problemática ante el uso de redes sociales. Por otro lado, se observó una relación directa entre las dimensiones de soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales.

Palabras clave: soledad, adicción a redes sociales, estudiantes universitarios

**LONELINESS AND ADDICTION TO SOCIAL MEDIA IN PSYCHOLOGY
STUDENTS FROM A PRIVATE UNIVERSITY IN SOUTH LIMA**

YRIS MAGALY CHILET VILLANUEVA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The relationship between loneliness and addiction to social networks was determined in psychology students from a private university in South Lima. It is a quantitative approach research of non-experimental design and correlational type. We worked with a sample consisting of 253 students of both sexes with ages from 17 to 48 years of all the cycles of the psychology career enrolled in the 2021-I semester. For which use was made of the Peruvian adaptation by Ventura (2017) of the Jong Gierveld Solitude Scale and the Escurra y Salas Addiction Questionnaire to social networks. From the results, a highly significant (or $<.05$) positive relationship was found between the two variables. In addition, it was found that 9.5% of students experience intense loneliness and 3.2% indicate a great problem with the use of social networks. On the other hand, a direct relationship was observed between the dimensions of loneliness and the dimensions of addiction to social networks.

Keywords: loneliness, addiction to social media, university students

SOLIDÃO E VÍCIO A REDES SOCIAIS EM ESTUDANTES DE PSICOLOGIA DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA NO SUL DE LIMA

YRIS MAGALY CHILET VILLANUEVA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

A relação entre solidão e dependência de redes sociais foi determinada em estudantes de psicologia de uma universidade privada no sul de Lima. É uma pesquisa de abordagem quantitativa de desenho não experimental e tipo correlacional. Trabalhamos com uma amostra constituída por 253 alunos de ambos os sexos com idades de 17 a 48 anos de todos os ciclos da carreira de psicologia matriculados no semestre de 2021-I. Para o qual se utilizou a adaptação peruana de Ventura (2017) da Escala de Solidão Jong Gierveld e do Ecurra y Salas Addiction Questionnaire para redes sociais. A partir dos resultados, uma relação positiva altamente significativa (ou $<0,05$) foi encontrada entre as duas variáveis. Além disso, constatou-se que 9,5% dos alunos vivenciam intensa solidão e 3,2% indicam um grande problema com o uso das redes sociais. Por outro lado, foi observada uma relação direta entre as dimensões da solidão e as dimensões do vício em redes sociais.

Palabras-chave: solidão, vício a redes sociais, estudantes universitarios

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Esta investigación se realiza siguiendo y respetando líneas de investigación y las guías propuestas por la facultad de ciencias humanas para la carrera profesional de psicología de la Universidad Autónoma del Perú. Pues, actualmente se observa un notable incremento de uso de redes sociales a raíz de la pandemia que ha impactado notablemente en la vida diaria afectando el ámbito emocional de cada individuo, encontrándose en un mayor riesgo los jóvenes de padecer alteraciones en su conducta junto con sentimientos de soledad por el aislamiento social que forzó a un cambio radical de estilo de vida.

Por lo tanto, la investigación se describe en 5 capítulos, en los que se observa la descripción de cada una de ellas, mediante investigaciones y aportes teóricos.

En el primer capítulo se narra la realidad problemática junto con el problema principal, justificación, objetivos y limitaciones que se presentaron durante la investigación. En el segundo capítulo, se redacta el marco teórico, constituido por la descripción de cada una de las variables de estudio y su respectivo marco conceptual. El tercer capítulo se refiere a la metodología, indicando el tipo de estudio, el diseño, la población y la muestra, así como sus hipótesis, además de los instrumentos utilizados para recolectar datos y el proceso de análisis de estos. El cuarto capítulo abarca los resultados a través del análisis y la interpretación de resultados obtenidos. El quinto capítulo se refiere a las discusiones y conclusiones que se pudieron obtener a partir de los resultados junto con las recomendaciones brindadas.

Considerando lo mencionado, se tiene como finalidad este trabajo de investigación el identificar cuál es la relación que existe entre soledad y adicción a redes sociales en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

Se conoce que la soledad afecta y se asocia mayormente a una población adulta mayor, sin embargo, hoy en día, se sabe que afecta tanto a los jóvenes como a los mayores. Asimismo, estudios demostraron que hay niveles altos de soledad en adolescentes y jóvenes, así como en los ancianos. Es por ello que a partir de las diversas investigaciones se ha logrado identificarla como un problema o amenaza para la salud pública, ya que trae consigo síntomas depresivos (Cañas, 2018).

La British Broadcasting Corporation (BBC, 2018) realizó una investigación en la que encuestó a 55000 personas alrededor del mundo encontrando los más altos niveles de soledad no en ancianos, sino, en la población joven con edades entre los 16 y 24, de los cuales el 40% manifestó sentirse solo a menudo o muy a menudo.

A raíz del confinamiento por la actual pandemia por coronavirus, se generó en la población un gran impacto en cuanto a su salud mental. El estudio realizado por la Real Sociedad Británica de Salud Pública (2020) halló que los jóvenes de 18 hasta los 24 años poseían en un 62% la sensación de soledad con más frecuencia de lo normal, mientras que los ancianos con de 65 a 74 años la percibían en un 21%.

Del mismo modo, este aislamiento ha generado que las personas inicien o incrementen el uso de las redes sociales (RS), además de otras plataformas para obtener información, generando un cambio en sus comportamientos, puesto que más allá de informarse, también difundían contenido informal con sus seguidores, lo utilizaban como medio de trabajo o estudio, para comunicarse, entre otras actividades (Villacís, 2020).

Estudios realizados por la empresa GlobalWebIndex (2020), demostraron que la mitad de la población a nivel mundial utiliza RS, observándose un incremento del

9.2% desde el 2019. También se encontró que los jóvenes entre los 16 y 24 años le dedican un aproximado de tres horas diarias al uso de sus RS.

En España, la Fundación Gadeso (2020), descubrió que el 76% de los jóvenes hacen uso de sus dispositivos a diario ya sea a través del celular, computadora o tableta, donde el 38% dedica menos de dos horas al día, mientras que el 33%, entre dos y tres horas, además, un 14% incrementó su tiempo dedicado a las RS a tres o cinco horas y un 9% expresó dedicar al uso de RS más de cinco horas al día.

Entre otras investigaciones internacionales, encontramos la de Fernandes et. al (2020), quienes evaluaron a adolescentes y jóvenes de Reino Unido, México, India y Malasia. Hallaron altos niveles en el uso de RS como también puntajes altos de soledad a raíz de la pandemia. Esto sugiere que indiferentemente del país en el que resida el adolescente o joven, la cuarentena por covid19 generó un impacto significativo en el uso de las RS y bienestar emocional de los jóvenes y adolescentes.

Según Ipsos (2020), a través de encuestas a peruanos de edades fluctuantes entre los 18 y 70 años durante el confinamiento encontró que alrededor de 13.2 millones hacen uso de RS, representando al 78% de los adultos.

Por lo tanto, después de haber expuesto la situación de los jóvenes, resulta ser la soledad una problemática a nivel global, alterando la salud mental y generando diversas actitudes con el posible refugio en las RS. Por ello, surge la siguiente interrogante:

¿Cuál es la relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur, 2021?

Como justificación teórica, esta investigación se llevó a cabo pretendiendo aportar al conocimiento existente frente a la soledad y la adicción a las RS a través

de un par de instrumentos que serán aplicados a estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur teniendo por finalidad determinar la relación entre estas variables.

Del mismo modo, esta investigación presenta pertinencia metodológica, puesto que mediante una prueba piloto se obtuvieron los datos de validez más precisos de cada prueba utilizada para la población determinada.

En cuanto a la pertinencia aplicativa, se pretende informar a las autoridades de la institución acerca de los resultados para así plantear estrategias de prevención tales como orientación, charlas, talleres y/o programas que favorecerán a la población afectada o en riesgo.

Por tanto, se tiene como objetivo general, determinar la relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur, 2020. Además de tener como objetivos específicos: a) identificar el nivel de soledad en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur, b) identificar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur, c) identificar la relación entre las dimensiones de soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur, d) identificar la relación entre soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur y finalmente e) identificar la relación entre las dimensiones de soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

Al realizar la presente investigación se presentaron algunas limitaciones que se debieron principalmente al aislamiento social a raíz de la pandemia por

Coronavirus, puesto que se optó por contactar a los universitarios de manera virtual. Al hacerlo de esta manera, no se obtenía una respuesta inmediata y tomaba un poco más de tiempo poder difundirlo y llegar a todos los estudiantes. Por otro lado, hubo momentos en los que la red colapsaba y no permitía una adecuada búsqueda de información.

En cuanto a antecedentes se tiene como antecedente internacional al estudio de Cocks (2020) en los jóvenes de Países Bajos acerca la autoestima relacionada a la soledad y al uso de RS. Utilizó la escala de autoestima de Rosenberg, la escala de soledad de Jong Gierveld y un breve cuestionario creado por el mismo investigador para evaluar el uso de las redes. En los resultados halló que no había una relación estadísticamente significativa entre soledad y uso de RS.

Baltaci (2019) ejecutó un estudio en estudiantes varones y mujeres de los 19 hasta 25 años de una universidad pública de Turquía. Dicho estudio tuvo como fin hallar la asociación entre ansiedad, adicción a RS, felicidad y soledad, haciendo uso de la Escala de ansiedad social (SAS), Escala de adicción a las RS (SAMS-SF), Cuestionario de felicidad de Oxford – versión breve (OHQ-SF) y la escala de soledad (UCLA). Halló la existencia de una relación positiva baja ($r = .186$, $p < .01$) entre soledad y adicción a las RS.

Pérez y Quiroga (2019) intentaron relacionar la sensación de soledad y el uso del internet en jóvenes hispanohablantes mujeres y varones que se encontraban entre los 18 y 34 años de edad. Hicieron uso de Internet Adicction Test (IAT) y la escala de soledad UCLA. En base a los resultados, lograron identificar una relación estadísticamente significativa entre las dos variables ($r = .327$). Es decir, cuando incrementa el uso del internet, también incrementará el sentimiento de soledad y

viceversa.

Pijpers (2017) realizó una investigación en universitarios de edades fluctuantes entre los 17 y 36 años de Países Bajos cuyo propósito fue establecer qué relación había entre los factores influyentes y la soledad. Para dicha investigación aplicó un conjunto de pruebas denominado Student Health Check (SHC), el cual incluyó las siguientes: Impact of Event Scale (IES), Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), Utrecht Homesickness Scale (UHS), Social Interaction Anxiety Scale (SIAC), Eysenck Personality Questionnaire – Short versión, Sociocultural Adaption Scale (SCAS), Attitudes Towards Seeking Professional Psychological Help Scale (ATSPPHS), General Help-Seeking Questionnaire (GHSQ), SF-36 Health Survey, Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT-C) y De Jong Gierveld Loneliness Scale. Halló que el 27% se sentían solos y el 22,5% manifestaba una soledad severa y muy severa. Un total de 49,5% se sentían solos.

Savci y Aysan (2016) buscaron hallar si había vínculo entre soledad, impulsividad y uso de RS. Realizaron esta investigación en un grupo de universitarios de varones y mujeres con edades en el rango de 18 a 27 pertenecientes a una universidad de Turquía, a quienes les aplicaron la Escala de soledad de UCLA (ULS-8), la Escala de impulsividad de Barratt y la Escala de uso de RS (SMUS) y Hallaron una relación directa entre soledad Y uso de RS, sugiriendo que la soledad aumenta a medida que aumenta el uso de las RS.

Respecto a los antecedentes nacionales, se tiene a Inga (2020) ejecutó una investigación en universitarios limeños de ambos sexos desde los 18 hasta los 38 años. Tuvieron como finalidad hallar la relación entre adicción a RS, sentimiento de soledad y cansancio emocional, para lo cual utilizó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), la Escala de Soledad de Jong Gierveld (ESJG) y la Escala de

Cansancio Emocional. De los datos obtenidos identificó una correlación negativa entre adicción a las redes y soledad, o sea, si hay una adicción mayor hacia las RS habrá un sentimiento de soledad menor.

Huaranga y Yactayo (2019) hicieron un estudio en universitarios con edades desde los 17 y 38 años con el objetivo de vincular el sentimiento de soledad, el bienestar psicológico y uso problemático de las redes sociales virtuales aplicándoles la Escala de Soledad de Jong Gierveld (ESJG), la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas. Identificó que no existe relación significativa entre soledad social y las tres dimensiones de adicción a RS. Tampoco encontraron alguna relación entre soledad emocional y la dimensión de uso excesivo a las RS. Sin embargo, encontró relación significativa ($p < .05$) y positiva moderada entre la soledad emocional y obsesión por las RS ($r = .176$) y falta de control personal en el uso de RS ($r = .213$).

Mendez (2019) realizó un estudio en universitarios arequipeños de ambos sexos del primer semestre de ingeniería civil cuyo propósito fue precisar la relación entre ARS y clima social familiar. Hizo uso del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala del Clima Social Familiar, de las cuales obtuvo como resultado que el 52.9% se encontraba en un nivel medio de ARS. Además, en cuanto a las dimensiones encontró que en obsesión por las RS el 59.6% estaba en el nivel medio, por otro lado, la falta de control personal en el uso de las RS el 58.8% estaba en un nivel medio y el de uso excesivo encontró que el 54.4% se hallaba en un nivel medio.

Abad y Callupe (2019) estudiaron la relación entre violencia de pareja, autoestima y soledad, para lo cual evaluaron tanto a hombres como mujeres con edades desde los 18 a los 53 años. Hicieron uso de la Escala de Violencia de pareja

percibida (EVP), la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR), la Escala de Soledad de Jong Gierveld (ESJG). Hallaron que el 18% manifestaba un nivel alto de soledad; mientras que el 45,4%, un nivel medio y por último el 36,6%, un nivel bajo.

Padilla y Ortega (2017) efectuaron un estudio en universitarios de psicología de ambos sexos buscando hallar la relación entre adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva. Para lo cual hicieron uso del Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y el Inventario de depresión de Beck (BDI). En dicha investigación hallaron que el 22.9% demostraron un muy alto nivel respecto a la adicción a las RS.

En relación a las bases teóricas, De Jong Gierveld (1998) conceptualiza el término soledad como una situación percibida por la persona donde existe una carencia de ciertas relaciones que resulta desagradable. Abarca ocasiones en las que las relaciones presentes son mínimas en comparación a las deseadas, así como ocasiones en las que la intimidad deseada no se logra. Entonces, la soledad abarca la forma en la cual el individuo siente, evalúa y experimenta su aislamiento y la ausencia de interacción con otros.

Respecto a los enfoques de soledad, Perlman y Peplau (1982) describieron tres perspectivas desde las cuales se puede definir y comprender a la soledad, las cuales son las siguientes: enfoque cognitivo, enfoque de refuerzo social y enfoque de las necesidades de intimidad. A partir de dichos enfoques, se propusieron diversas definiciones.

Respecto al enfoque cognitivo, la soledad resulta una desagradable experiencia después de observar que las relaciones sociales que desearían tener difieren de manera cuantitativa y cualitativa (Peplau y Perlman, 1982).

Sullivan (1953) define la soledad en relación al enfoque de necesidades de intimidad como una desagradable experiencia resultado de no satisfacer alguna de las necesidades básicas como lo es una intimidad humana. Así mismo, para Rook (1984) resulta ser la soledad una condición a partir del malestar emocional generado en la persona que se siente rechazada o incomprendida por los demás o suele encontrarse sin compañía durante actividades deseadas, es decir, actividades que representan oportunidades para la intimidad emocional o integración social.

Perlman (2004) menciona el modelo de la discrepancia cognitiva de la soledad con sus diferentes elementos. El modelo implica factores que predisponen al individuo a este sentir. Estos factores establecen las relaciones reales que mantiene el individuo y los deseos o necesidades de una interacción a nivel social. Al no obtener un resultado positivo por la divergencia entre relaciones deseadas y las reales se produce una experiencia subjetiva de soledad. Del mismo modo, este modelo considera cómo reacciona el individuo frente a la soledad y qué estrategias de afrontamiento utiliza.

Se plantea la teoría de la atribución causal, la cual favorece la comprensión de las reacciones emocionales frente a circunstancias de aislamiento social. En base a las creencias de cada uno, las personas muestran diferentes reacciones emocionales frente a la ausencia de contactos sociales satisfactorios. Se dan dos atribuciones: la atribución externa, cuando el individuo siente que necesita del apoyo externo o de lo contrario sentirá ansiedad, es decir, culpan a los demás de su soledad; mientras que la atribución interna es cuando la persona considera que carecer de relaciones sociales es debido a ciertas características de su personalidad (Michela et al. 1982)

En cuanto al enfoque de refuerzo social, la soledad resulta ser la percepción de la ausencia de satisfactorias relaciones sociales, sumado a esto los síntomas de

angustia psicológica en relación a dicha ausencia. Es decir, no es un fenómeno cognitivo en su totalidad y las personas pueden sentir soledad no necesariamente estando conscientes de la diferencia entre sus relaciones deseadas y las reales. Por lo que una persona sola sería aquella que manifiesta síntomas de angustia psicológica asociados al déficit de relaciones sociales satisfactorias (Young, 1982).

En cuanto a los tipos de soledad, Weiss (1973) señaló que una persona padecerá sentimientos de soledad si no satisface correctamente sus necesidades de contacto social. Además, refirió que hay dos manifestaciones de soledad, los cuales dependerán del aislamiento que el individuo experimente: soledad emocional y soledad social. Estos tipos poseen características iguales, como desear relaciones que son ausentes, sin embargo, sus principales síntomas son distintos.

Soledad emocional, se refiere a cuando se produce cuando el individuo no tiene una relación cercana e íntima con una pareja o un amigo. Cuando la persona presenta soledad emocional suele manifestar síntomas semejantes a los de la ansiedad infantil, la cual es dada por el abandono de figuras de apego. Por ejemplo, expresan síntomas como miedo, vacío, inquietud y sensación de una absoluta soledad. Además, hay predisposición de interpretar inadecuadamente los intentos afectuosos u hostiles de las demás personas. Aparece cuando no hay relaciones de apego, por lo tanto, la persona no mantiene relaciones significativas que le brinden seguridad. Esto genera sentimientos de vacío junto con deseos de compartir su vida con alguien especial e importante.

Soledad social, está asociada a la ausencia de RS satisfactorias y solo pueden remediarse accediendo a dicha red. Este tipo es caracterizado por presentar sentimientos de exclusión, hastío, aburrimiento o ausencia de propósito, sumado a ello, surge cierta inquietud psicológica, así como una dificultad para la concentración

en las diversas actividades individuales, como ver algún programa de televisión o leer una revista. Entonces, el individuo busca participar en actividades grupales o de la comunidad para sentirse aceptado. Bowlby (1982) afirma que el individuo manifiesta soledad social cuando existe un déficit en sus relaciones sociales o cuando estas relaciones le dan la impresión de no ser aceptado o es aislado, le generan sentimientos de marginalidad, por lo que empieza a desear ocupar un espacio en un grupo de personas con quienes pueda compartir sus intereses.

Young (1982) postula también diferentes tipos de soledad clasificados según su duración. Estos tipos son: soledad pasajera, soledad situacional y soledad crónica. La primera se presenta de manera ocasional o breve; la segunda se da en las personas que se sienten solas a partir de crisis vitales, como la muerte de alguien cercano, mudanza o divorcio, sin embargo, suelen redimir con el tiempo; la tercera se refiere a individuos que no han satisfecho en al menos dos años sus relaciones sociales.

Acerca de las dimensiones, Cacioppo et al. (2015) definen como un constructo complejo a la soledad que abarca tres diferentes dimensiones:

Soledad íntima: Weiss se refirió a esta como soledad emocional y hace referencia a la ausencia de alguien relevante que brinda soporte emocional en momentos de crisis, lo asiste y asegura el valor propio con su presencia. Además, menciona que entre las personas vitales se encuentran las fuentes primarias de apego o las parejas, con las cuales mantiene un lazo sentimental o emocional.

Soledad relacional: A esta dimensión Weiss la denominó soledad social haciendo referencia a la escasez de vínculos amicales o familiares genuinos, o sea, no tener grupos de simpatía. Dumbauld (2014) menciona que un grupo de simpatía

comprende entre 15 a 50 personas a quienes se ve regularmente y se tiene un apoyo instrumental.

Soledad colectiva: Está referida a la relación con las redes impersonales y de poca relevancia, pero brindan información mediante vínculos que requieren poco esfuerzo y tiempo, por ejemplo, pertenece a un grupo de deporte o un voluntariado.

Asimismo, también se plantean factores relacionados a la soledad. De Jong-Gierveld, Van Tilburg y Dykstra (2006) diferencian algunos factores según los niveles de afección individual y factores socioculturales.

Nivel individual: Se relaciona con factores individuales que se consideran deseables o indeseables; incluidos el estado civil, las relaciones familiares y no familiares, el tamaño y composición de RS, la evaluación subjetiva de RS, características de personalidad, salud y sexo. Las Relaciones familiares, del mismo modo que tener una pareja puede recompensarte y protegerte de padecer sentimientos de soledad, asimismo, otras fuentes de soporte emocional también pueden jugar un papel protector. La constante comunicación e historia entre familiares entre generaciones propicia el sentido de pertenencia y continuidad de los lazos entre sus miembros, por lo tanto, pueden ser un factor protector frente a la soledad (Gierveld, 2006). El hecho de que existan hijos jóvenes resulta ser una fuente importante de acompañamiento, intimidad y compartir, en especial para quienes viven solos; incluso los padres separados sienten que la conexión con sus hijos adultos también resulta ser un factor positivo y/o protector de la soledad. Además, el soporte brindado por los hermanos podría ayudar también o contribuir a quienes no tienen pareja o hijos a aliviar la soledad (Pinquart, 2003 en De Jong-Gierveld et al., 2006). Como causa de la relevancia de las relaciones familiares, pueden sentirse solos, aunque se encuentren en un entorno con otros jóvenes, aquellos que acaban de

ingresar a una institución de educación superior y dejaron a la familia (Drake et al., 2016). Las relaciones no familiares, según Blieszner y Adams (1992), mencionan que la relevancia de los amigos en el bienestar de uno está plenamente demostrada a través de la compasión que, encarna la alegría de estar con los demás, compartir juntos, intercambiar ideas y realizar actividades durante los altibajos. Además, Connidis y Davies (1990) proponen el formar parte de un grupo, tener amigos o colegas ocasiona que se establezcan vínculos diferentes a los del ámbito familiar y disminuya el riesgo de manifestar soledad. Respecto a las relaciones no familiares, Cacioppo y Hawkley (2009) mencionaron que, debido a la calidad y cantidad de las relaciones íntimas, el contacto con personas ajenas a la familia puede ser un poderoso predictor y transmisor de la soledad. Por consiguiente, tener amigos e interactuar con otros puede reducir el riesgo de sentirse solo por tener y establecer su propia red de vínculos, sin embargo, dependerá también de qué tipo de interacción se establezca con estos vínculos para que sean protectores. Sobre el estado civil, una gran cantidad de investigaciones han mostrado que el matrimonio puede proteger la salud mental y física de la pareja. Por tanto, Cesen (2007) comentó que la participación en una relación se asocia con una baja incidencia de soledad en el amor, mientras que la soltería se asocia con un alto nivel de soledad en el amor, pero no con puntuaciones de soledad social o familiar. En otras palabras, las personas con un matrimonio o relación satisfactoria manifiestan menos amorosa o afectiva que las personas sin pareja. Dykstra y Fokkema (2007) comentaron que, entre los varones casados tienen más probabilidades de experimentar la soledad social a diferencia de las mujeres, pero no se encuentran diferencias significativas en la soledad emocional. Esto se debe a que la pareja resulta no ser el único origen de apego o apoyo. Sobre el tamaño y composición de las redes sociales, De Jong Gierveld et. Al (2006)

señalaron que, aunque la gente piensa que cuanto más importantes son las conexiones entre las personas y más interacciones con las personas, el nivel de soledad se reducirá en gran medida. Del mismo modo, un grupo diverso (como un grupo compuesto por individuos cercanos y no cercanos) brindarán más protección frente a la soledad que un grupo compuesto solo por personas con relaciones cercanas. Asimismo, la evaluación subjetiva de las redes sociales es un factor central y de "mediación" entre las diversas características ambientales y la soledad de las personas (De Jong Gierveld et al., 2006). Lo cual se debe a que los individuos pueden encontrarse con diversas situaciones y tienden a comportarse de ciertas formas por valores o creencias sobre "cómo quisiera que sean" o "cómo deberían ser" sus relaciones o vínculos sociales. Dichas creencias y valores se han desarrollado a partir del vínculo inicial de la vida (Bowlby, 1974, en De Jong et al., 2006). Unos de los factores contextuales comprenden propiedades de las RS como variables culturales (sexo, edad y demás aspectos de la vida personal). Por lo tanto, el nivel de satisfacción con la red social será establecido a partir de la evaluación subjetiva de la conexión con los deseos del individuo. También, las características de personalidad, puesto que, la personalidad va a desempeñar un papel importante a lo largo del desarrollo de la soledad, ya que los diferentes factores que conforman la personalidad afectarán el deseo y el logro de las personas por el nivel de logro social que desean alcanzar (De Jong Gierveld, 1987). Así mismo, De Jong Gierveld et al. (2006) mencionaron algunas de las características como por ejemplo ser poco asertivo, tímido, poseer pocas habilidades blandas, sentirse incómodo socialmente o rápidamente intimidarse por los otros y no comunicarse de manera adecuada podrían complicar el desarrollo y el sostenimiento de los vínculos sociales. Por otro lado, el sexo es relevante, ya que, si existe diferencia en el grado de soledad entre varones y

mujeres, aún no se ha llegado a un consenso. Sin embargo, algunos autores han establecido algunas diferencias. Dykstra y De Jong Gierveld (2004) comentaron que, a diferencia de las mujeres, los hombres experimentan mayor soledad. En otros estudios, Dykstra y Fokkema (2007) encontraron que los varones divorciados o separados presentan más probabilidades de desarrollar amor y aislamiento social que las mujeres divorciadas. La diferencia se relacionará con la creencia de que las mujeres requieren encontrar lazos sociales más estrechos y, al mismo tiempo, están más deseosas de concretar los lazos sociales que los varones. Estos muestran generalmente interés en los triunfos (Mandal, 2004, en Adamczyk, 2016). Di Tommaso et al. (2007), estudiaron a individuos desde los 17 a 79 años e indicaron que no encontraron diferencias obvias de sexo respecto a la soledad. Esto puede estar relacionado con los resultados de De Jong-Gierveld et al. (2006): quienes afirmaron que en el análisis multivariado que controla el estado civil, los factores socioeconómicos, la historia del esposo y la esposa y las funciones de las RS, el sexo tiene un efecto reducido sobre la soledad. En esta estructura, el género no es el factor determinante, por el contrario, la estructura estará afectada por factores más relevantes. Por último, Cacioppo et al. (2009) mencionaron que existen diferencias en la soledad sexual en relación al impacto y propagación de la soledad. Es decir, las mujeres suelen ser más susceptibles en comparación los hombres ante los sentimientos de los demás y buscan la intimidad, y debido a que están más involucradas en las relaciones que los hombres, son más susceptibles a la soledad de los demás y tienen más influencia en la transmisión de estos sentimientos. Además, sobre la salud, hay varios estudios que relacionan la soledad con complicaciones o problemas de la salud mental y/o física. Cacioppo et al. (2009) comentaron que durante la etapa de la adolescencia y la edad adulta, la soledad

anticipa el surgimiento de los factores de riesgo cardiológico en la población joven. Del mismo modo, la cantidad de etapas que sufren de soledad indica la cantidad de mayores riesgos en la edad adulta. Por otro lado, la soledad puede estar relacionada con la progresión de la enfermedad de Alzheimer, problemas de sueño, obesidad, aumento del estrés, alcoholismo, síntomas, ideas o comportamientos suicidas como también la mortalidad en los ancianos. Cacioppo et al. (2011) agregaron que padecer soledad incrementa el estado de alerta frente a las amenazas, reduce el control de la inflamación, ralentiza la respuesta al estrés, se activa la red hipotalámica pituitaria adrenalínica, afecta la inmunidad, la función ejecutiva y regula la expresión génica. Esto indica que son más propensos a padecer un alto estrés.

En lo relativo a los factores socioculturales, De Jong Gierveld et al. (2006) proponen que, aunque muchos estudios se centran en los factores individuales, al pasar el tiempo, aquel interés de las personas por las normas sociales y culturales radica en cómo establecer relaciones o modelos sociales y medios financieros que aporten a la cohesión social puedan interferir o alterar la aparición de sentimientos de soledad. La normativa social indica que las normas y valores que hay en una sociedad podrían promover la soledad de quienes la conforman. Los estudios que contrastan los niveles de soledad en diferentes contextos dieron inesperados datos. Por ejemplo, Rokach et al. (2001, en De Jong et al., 2006) propusieron que los canadienses se sienten menos solos que los croatas debido a la ubicación geográfica y cercanía al individualismo norteamericano, lo que significa evitar altos niveles de soledad. El contexto socioeconómico, explica que los individuos de ingresos bajos tienden a sentirse excluidos por los vecinos o individuos de ingresos mayores. Por lo que, les resulta relevante considerar la relación entre desigualdad socioeconómica, soledad e indicadores personales como felicidad, salud, morbilidad y mortalidad (De Jong

Gierveld et al., 2006).

Por otro lado, se conceptualiza la adicción a las RS como un problema ocasionado principalmente por el progreso del internet, puesto que las TIC's suponen actualmente una revuelta en la interacción, esto afecta en mayor proporción a la población joven (Echeburua, 2018).

Griffiths et al. (2015) indicaron que este fenómeno en sí mismo se pudo haber generado a lo largo de los impulsos evolutivos básicos. El ser humano como ser social ha vivido siempre en comunidad durante todo el proceso evolutivo, es decir, necesita de una vida comunitaria. Esta necesidad de tener una vida en comunidad que sea segura y predecible que evolucionó por millones de años no ha cambiado. Por eso, las personas que ya no cuentan con las pequeñas comunidades tradicionales han realizado diversos intentos para resarcir esta pérdida, a través de deportes, pasatiempos y otras actividades sociales. Los SNSs (Social Networking Sites) nos brindan un espacio predecible y seguro, similar en muchos aspectos a los espacios comunitarios tradicionales, donde puede encontrar rostros familiares con quienes puede compartir su experiencia y la experiencia de pertenecer a la comunidad.

Paramo (2018) señaló que la ARS está relacionada a un uso obsesivo de estas, donde las personas comparten un sinnúmero de datos y se comunican entre sí. Se da principalmente en adolescentes, últimamente se ha estudiado las diferentes actitudes en relación a la adicción, pero sin involucrar el uso de ninguna sustancia, estos comportamientos se denominan adicciones comportamentales.

Ortega (2015) mencionó que la ARS resulta ser como una especie de dependencia que el individuo genera a una plataforma virtual donde interactúa con los demás. Las personas obsesionadas con las RS se dirigen a obtener refuerzos mediante la plataforma.

Escurra y Salas (2014) definieron la ARS como un comportamiento o conducta desadaptativa al realizar actividades que conducen hacia un deterioro o malestar clínicamente significativo, debido a la alta participación de estas plataformas digitales.

Se plantean los modelos explicativos de la adicción a redes sociales por Turel y Serenko (2012), quienes explicaron la formación de la ARS a través de tres perspectivas teóricas:

La primera es el Modelo cognitivo conductual, aquel que resalta que aquellas conexiones no normales a las RS nacen a partir de las cogniciones desadaptativas que son dilatadas debido a diferentes factores ambientales, y ocasionalmente direcciona a las RS adictivas o compulsivas.

El Modelo Socio-cognitivo, resalta que la utilidad no normal de RS parte de la expectativa que se tiene de obtener respuestas positivas junto con la deficiente autorregulación y la autoeficacia de internet y, en última instancia, encamina a comportamientos compulsivos o adictivos en las RS.

El Modelo de habilidades sociales que, resalta que la utilidad no normal de RS se origina cuando los individuos poseen menos habilidades de autopresentación y, por lo tanto, optan por la comunicación virtual en lugar de la interacción presencial, y en ocasiones dirige al uso adictivo y/o compulsivo de RS.

Xu & Tan (2012), con base en estos modelos, mencionaron pasar de un uso promedio de las RS al problemático uso por parte de los individuos es un mecanismo frente al estrés, la depresión o la soledad. Aseveran que quienes participan regularmente en las actividades de las RS tienen pocas habilidades sociales en la vida real. Para estas personas, utilizar RS les brinda recompensas continuas como satisfacción o autoeficacia, y eventualmente participan en la actividad cada vez con

más frecuencia, lo que ocasionalmente les genera varios problemas como ignorar las relaciones o interacciones de la vida real. Estas dificultades podrían irritar o perturbar el estado de ánimo no deseado de las personas, lo cual, las conduce a ser partícipes de las RS como una manera de mitigar ciertos estados de ánimo. Por consiguiente, en cuanto estos individuos repiten cíclicamente el patrón de alivio de dichos estados de ánimo no deseados al usar RS, el grado de dependencia psicológica hacia las RS incrementa.

A pesar de que la ARS se considera una categoría dentro de la adicción al internet, posee ciertos caracteres que no se presentan en las otras adicciones a internet.

En cuanto a los componentes de la adicción a redes sociales, respecto a si ciertas conductas excesivas deben considerarse incluso como adicciones genuinas como el internet, sexo, videojuegos, deportes, entre otros, se mantiene el mismo debate sobre la ARS. La conducta adictiva resulta ser cualquier manifestación de lo que se considera la base de la adicción, o sea, saliencia, tolerancia, modificación del estado de ánimo, conflicto, síntomas de abstinencia y recaída, y cualquier conducta que obedezca a estas seis se puede definir como adicción (Griffiths et al., 2015). En relación a las RS los seis componentes son los siguientes: la saliencia, que sucede cuando interactuar en las RS se vuelve la actividad más relevante de una persona y controla su comportamiento (conducta social deteriorada), sentimientos (craving) y pensamiento (distorsiones cognitivas, preocupaciones). Por ejemplo, inclusive si la persona no está totalmente involucrada en las RS, pensarán continuamente en la siguiente oportunidad que ingrese a sus RS; la modificación del estado de ánimo, que se refiere a aquellas experiencias en donde los individuos relatan como resultado de la interacción o uso de las RS y también pueden verse como estrategia o método de

afrontamiento, o sea, manifiestan sentimientos de entumecimiento o escape; la tolerancia como proceso que requiere un aumento de actividades en las RS para lograr el efecto de cambio emocional mencionado anteriormente. Básicamente, vale decir que para los individuos que interactúan en las RS, incrementará de manera gradual el tiempo que se encuentran en RS diariamente; los síntomas de abstinencia: Son aquellos efectos físicos y/o sentimientos desagradables como irritabilidad o mal humor. Estos se presentan en los momentos donde los individuos no pueden interactuar en sus RS por diversos motivos; el conflicto: Surge entre el individuo y quienes están a su alrededor (conflictos interpersonales), también conflictos con otras actividades, ya sean intereses, pasatiempos, vida social; o conflictos individuales (sentimientos de pérdida de control o conflictos intrapsíquicos y/o subjetivos) que se generan al estar mucho tiempo en RS; la recaída: Se tiende a repetir los patrones anteriores a causa de un exceso de RS.

Sobre los factores de la adicción a redes sociales, Ecurra y Salas (2014) adaptaron los criterios diagnósticos establecidos por el manual DSM-IV otorgados al consumo de sustancias y clasificaron tres factores de la ARS: la Obsesión por las RS, vinculado a la ansiedad de permanecer frecuentemente atento a las RS; la falta de control personal en el uso de RS: Déficit en el control personal y; el uso excesivo de las RS: vinculado a la frecuencia de la utilidad de las redes.

Del mismo modo, Small y Vorgan (2008) proponen los siguientes factores: la obsesión, que refiere que el individuo planifica actividades en línea. Razonan centrándose únicamente en esta actividad; la tolerancia donde sentirse satisfecho pasa mucho tiempo conectado a las redes; la falta de control, en la cual el individuo es incapaz de controlar sus acciones en línea o desatenderlas y; la retirada cuando intenta disminuir o parar el uso de internet son inútiles, esto genera inquietud,

irritabilidad y cambios de humor.

Así mismo, Block (2008) propone cuatro factores o criterios que se deben considerar respecto a la adicción a internet como el excesivo uso de internet; el síndrome de abstinencia, tensión o sentimientos de ira cuando no pueden conectarse o se les es restringido; la tolerancia que podría incluir la necesidad de poseer mejores dispositivos o equipamiento, conexiones más rápidas, más software, más horas conectado, etc. y; las consecuencias adversas, como el involucramiento en discusiones, conductas de mentir, decrecimiento del rendimiento académico, etc.

Kimberly Young (1996) refiere signos de alerta en cuanto a los probables problemas relacionados al uso de las RS. Entre estos se encuentran la gran cantidad de horas que se encuentra en línea: Con la adquisición de preferencias por la web, la conexión se ha ampliado por un período de tiempo más largo y se ha incrementado el número de horas; el acto de ocultar/mentir respecto al tiempo: es incapaz de negarse a abandonar el chat, lo que lleva a mentir sobre el tiempo en línea; la insistencia en revisar las redes: Existe una urgente necesidad de estar en algún lugar en donde haya máquinas de Internet o teléfonos móviles durante actividades, eventos o reuniones familiares; el uso de la red social para aminorar sensaciones negativas, ya que tener problemas individuales o interpersonales, conlleva a la persona a estar en línea buscando olvidarlos y huir de ellos; la reducción de actividades recreativas que consiste en reducir sus actividades de entretenimiento porque ya no resultan importantes; la disminución de la comunicación, es decir, menor participación en tareas y responsabilidades o menor interacción con familiares, amigos y colegas y; el uso continuo de internet, donde se pierde el control de la voluntad sobre el uso de las RS a pesar del daño en el área laboral, académico, familiar, alteración del sueño.

Es importante definir algunos términos empleados en la presente investigación como:

Adicción: La Organización Mundial de la Salud (OMS,2017) menciona que la adicción es una enfermedad mental y física que conduce a la dependencia o demanda de determinadas sustancias, actividades o relaciones. Esta está caracterizada por un conjunto de síntomas y signos que implican ciertos factores psicológicos, genéticos, sociales y biológicos. Esta es fatal y progresiva, además es caracteriza por una falta de control persistente, pensamiento distorsionado y negación de la enfermedad.

Redes sociales: Para Gonzales et al. (2009) las RS son agrupaciones virtuales donde gran grupo de individuos interconectan con un propósito común a través de herramientas virtuales. Ellas se sienten satisfechas y parte de un grupo sociales, donde comparten ideas comunes e intereses.

Adicción a redes sociales: Escurra y Salas (2014) establecen la ARS como un tipo de adicción psicológica o comportamental repetitiva que genera placer al individuo, sin embargo, al no poder controlarla genera una necesidad asociada con ansiedad y se desarrolla la adicción para intentar reducirla.

Obsesión por redes sociales: Es el compromiso mental con las RS, o sea, se piensa y fantasea con estas de manera constante, además, se produce preocupación y ansiedad al no poder acceder a sus redes.

Falta de control personal: Hace referencia a la incapacidad ante la escasez de control o interrupción durante el uso de RS, produciéndose un descuido de estudios o tareas.

Uso excesivo de redes sociales: Dedicar un tiempo excesivo a las RS y manifiesta no poder controlarse a sí mismo y tampoco puede disminuir el uso de la red cuando usa las RS.

CAPÍTULO II
METODOLOGÍA

2.1. Tipo y diseño de investigación

Resulta ser de enfoque cuantitativo, puesto que este se caracteriza por ser objetivo y generarse a partir de un proceso deductivo basado en la estadística y busca las ideas generales (Hernández et al. 2014). Además, es de tipo correlacional, que asocia las variables con el propósito de conocer la relación entre ellas en un contexto particular.

Asimismo, presenta un diseño no experimental. De acuerdo a Hernández et. al (2014), se califica como no experimental porque no se manipulan las variables, estas son observadas tal como se dan en su contexto natural.

2.2. Población, muestra y muestreo

La población del presente estudio está conformada por estudiantes de varones y mujeres de todos los ciclos del semestre 2021-I de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima sur cuyas edades van desde los 17 hasta los 48 años.

Al ser un estudio correlacional, el tamaño de la muestra fue determinado con la fórmula para correlaciones cuantitativas (Pértegas y Pita, 2002):

$$N = \left[\frac{(Z\alpha + Z\beta)}{0.5 \ln[(1+r)/(1-r)]} \right]^2 + 3$$

Donde:

$Z\alpha$: Nivel de significancia

$Z\beta$: Poder estadístico

r : Tamaño efecto

Para el nivel de significancia se aplicó el valor 2.576 que indica un 99% de seguridad, el poder estadístico fue al 90% con un valor de 1.282 y un tamaño de

efecto de 0.24, obteniendo así una muestra de 253 individuos, de los cuales, 93 son varones y 160 mujeres, además de una edad media de 24 en los varones, 22 en las mujeres y una edad media de 23 años en general.

Criterio de inclusión:

- Estudiantes que aceptan voluntariamente participar en el estudio.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no acepten participar voluntariamente.
- Estudiantes con problemas mentales o que se encuentren medicados.

2.3. Hipótesis

3.3.1. Hipótesis general

H_i: Existe relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

H₀: No existe relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

3.3.2. Hipótesis específicas

H₁: Existe relación entre las dimensiones de soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

H₂: Existe relación entre soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.

H₃: Existe relación entre las dimensiones de soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.

2.4. Variables y operacionalización

Variable de estudio 1: Soledad

Definición conceptual.

De Jong Gierveld (1998) conceptualiza el término soledad como una situación

percibida por la persona donde existe una carencia de ciertas relaciones que resulta desagradable. Abarca ocasiones en las que las relaciones presentes son mínimas en comparación a las deseadas, así como ocasiones en las que la intimidad deseada no se consigue. Por ende, la soledad abarca la forma en la que el individuo experimenta, evalúa y siente su aislamiento y ausencia de interacción con otros.

Definición operacional.

La soledad se define a través de las puntuaciones alcanzadas en la Escala de soledad de Jong Gierveld, adaptada en el Perú por Ventura (2017).

Tabla 1

Operacionalización de la variable soledad

Dimensiones	Indicadores	Ítems / respuestas	Escala de medición	
Soledad emocional	-Intensidad del sentimiento de soledad	(positivos) 2;3;5;6;9;10	Sí= 2 Más o menos=1	Intervalo categorizado con fines descriptivos en ordinal
	-Evaluación subjetiva de la red social		No=0	Ausencia (0 a 2) Leve (3 a 8)
Soledad social	-Características descriptivas de la red social	(negativos) 1;4;7;8;11	Sí= 0 Más o menos=1	Moderado (9 a 14) Intenso (15 a 22)
			No=1	

Variable de estudio 2: Adicción a las redes sociales

Definición conceptual.

Tipo de adicción comportamental o psicológica repetitiva que genera placer al individuo, sin embargo, al no poder controlarla genera una necesidad asociada con ansiedad y se desarrolla la adicción para intentar reducirla (Escrura y Salas, 2014).

Definición operacional.

Se determina a partir de las puntuaciones alcanzadas en el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas elaborado en 2014.

Tabla 2

Operacionalización de la variable adicción a redes sociales

Dimensiones	Indicadores	Ítems / respuestas		Escala de medición
Obsesión por las redes sociales	-Tiempo de conexión	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15,	N=0 RV=1	Intervalo categorizado con fines descriptivos en ordinal Sin riesgo (0 a 11)
	-Estado de ánimo.	19,22 y 23	AV=2	
	-Relaciones interpersonales.		CS=3	
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	-Control de tiempo conectado.	4, 11, 12, 14, 20, 24	S=4	Riesgo leve (12 a 28)
	-Intensidad			Riesgo moderado (29 a 43)
	-Frecuencia			
Uso excesivo de las redes sociales	-Necesidad de permanecer conectado.	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21		Riesgo alto (44 a 61)
	-Cantidad de veces conectado.			Clínicamente significativo (62 a 96)

Nota: N (nunca), RV (rara vez), AV (a veces), CS (casi siempre), S (siempre)

2.5. Métodos y técnicas de investigación

En cuanto a la técnica usada para el recojo de información, se empleó la encuesta para ambas variables.

2.5.1. Escala de soledad de Jong Gierveld

Para la presente investigación se hizo uso de la Escala de soledad De Jong Gierveld diseñada por De Jong Gierveld & Kamphuis en 1985. Esta cuenta con 11 ítems, los cuales se dividen en dos dimensiones: soledad social y soledad emocional.

De Jong Gierveld y Van Tilburg (2010), hicieron un estudio intercultural donde incluyeron individuos desde los 18 hasta los 59 años pertenecientes a siete países: Alemania, Rusia, Bulgaria, Japón, Países Bajos, Francia y Georgia. Respecto a su fiabilidad se encontró un coeficiente de .81 en la dimensión de soledad emocional, mientras que, en la dimensión social, un coeficiente de .85. Buz y Prieto (2013) en España, estudiaron a través del modelo de Rasch las propiedades psicométricas donde la precisión de las medidas de los ítems y los valores de ajuste al modelo fueron elevados (.99), mientras que la fiabilidad de los ítems fue baja (.77), además, su análisis factorial sugirió una estructura unidimensional.

En Lima (Perú), Ventura y Caycho (2017) analizaron la validez y fiabilidad en adultos. Al realizar un análisis factorial exploratorio hallaron un KMO de .842, es decir, bueno. Asimismo, se encontró un coeficiente de confiabilidad omega de McDonald de .894 y un coeficiente KR-20 de .892, ambos valores altos. Este análisis factorial exploratorio indicó que existe solo un factor, sin embargo, al aplicar análisis factorial confirmatorio, sugirió agrupar los ítems en dos factores.

Para el presente estudio se analizó la validez mediante análisis factorial confirmatorio, obteniéndose lo siguiente:

Tabla 3

Índices de ajuste de AFC para la escala de soledad de Jong Gierveld

$X^2_{(gl)}, p$	CFI	TLI	RMSEA [IC 90%]	SRMR
94.063 ₍₄₃₎ .000	.956	.944	.069 [.050, .088]	.075

En la tabla 3, los valores indican un alto nivel de ajuste para la escala de soledad de Jong Gierveld.

Tabla 4*Cargas factoriales de la Escala de soledad de Jong Gierveld*

Factor	Indicator	Symbol	Estimate	Std. Error	z-value	p	IC 90%		Std. Est. (all)
							Lower	Upper	
Factor 1	S2	λ_{11}	0.377	0.050	7.967	< .001	0.295	0.460	0.471
	S3	λ_{12}	0.626	0.039	16.203	< .001	0.563	0.690	0.804
	S5	λ_{13}	0.444	0.049	9.036	< .001	0.363	0.525	0.567
	S6	λ_{14}	0.418	0.047	8.890	< .001	0.341	0.495	0.528
	S9	λ_{15}	0.456	0.045	10.075	< .001	0.382	0.530	0.581
	S10	λ_{16}	0.511	0.040	12.674	< .001	0.445	0.578	0.703
	S1	λ_{17}	0.336	0.039	8.556	< .001	0.271	0.400	0.521
Factor 2	S4	λ_{21}	0.608	0.035	17.319	< .001	0.550	0.666	0.861
	S7	λ_{22}	0.335	0.052	6.500	< .001	0.250	0.419	0.449
	S8	λ_{23}	0.367	0.047	7.823	< .001	0.290	0.444	0.554
	S11	λ_{24}	0.422	0.036	11.798	< .001	0.363	0.481	0.677

En el análisis factorial confirmatorio expuesto en las tablas 3 y 4, se puede verificar que los ítems se distribuyen en dos factores y dentro de cada factor las cargas factoriales resultaron ser altas siendo la carga más baja .449.

Tabla 5*Estadísticos de confiabilidad de la escala de soledad de Jong Gierveld*

Dimensiones	Ítems	Alfa
Soledad social	5	.748
Soledad emocional	6	.774
Escala total	11	.786

La fiabilidad, se efectuó mediante análisis de alfa de Cronbach. De la tabla 5 se observa que arrojó un valor de .786 para el nivel global, mientras que en las dimensiones los coeficientes fueron de .748 para la dimensión de soledad social y .774 para soledad emocional. Esto indica que la escala es de alta confiabilidad.

2.5.2. Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)

Se creó en el 2014 por Ecurra y Salas en Lima. Se procedió con el análisis factorial exploratorio, al aplicar el KMO se obtuvo un puntaje muy alto de .95. Asimismo, hallaron la existencia de 3 factores: obsesión, falta de control personal en el uso y el uso excesivo; el primer factor conformado por 10 ítems, el segundo, por 6 ítems y el tercero, por 8 ítems. Estos factores se correlacionaron de forma estadística significativa. Por otro lado, evaluaron su fiabilidad a través del alfa de Cronbach hallando un valor elevado de .88. Finalmente, para la consistencia interna se aplicó el análisis factorial confirmatorio, afirmando dicha consistencia propuesta.

Asimismo, para este estudio se revisaron las propiedades de validez y fiabilidad de la escala de ARS, las cuales se describen a continuación:

Tabla 6

Índices de ajuste de AFC para el cuestionario de ARS

$\chi^2_{(gl)}, p$	CFI	TLI	RMSEA [IC 90%]	SRMR
423.205 ₍₂₀₆₎ 000	.984	.982	.065 [.056, .073]	.074

Lo expuesto en la tabla 6, indica que el cuestionario ARS posee altos índices de ajuste.

Tabla 7*Cargas factoriales del cuestionario de ARS*

Factor	Indicator	Symbol	Estimate	Std. Error	z- value	p	IC 95%		Std. Est. (all)
							Lower	Upper	
Factor 1	R2	λ_{11}	0.736	0.048	15.257	< .001	0.641	0.83	0.761
	R3	λ_{12}	0.743	0.054	13.753	< .001	0.637	0.849	0.753
	R5	λ_{13}	0.847	0.052	16.318	< .001	0.746	0.949	0.83
	R6	λ_{14}	0.775	0.069	11.241	< .001	0.64	0.91	0.751
	R7	λ_{15}	0.832	0.054	15.499	< .001	0.727	0.937	0.835
	R13	λ_{16}	0.418	0.098	4.263	< .001	0.226	0.611	0.339
	R15	λ_{17}	0.777	0.063	12.318	< .001	0.653	0.901	0.734
	R19	λ_{18}	0.711	0.063	11.267	< .001	0.587	0.835	0.726
	R22	λ_{19}	0.663	0.069	9.613	< .001	0.528	0.799	0.662
	R23	λ_{110}	0.659	0.058	11.435	< .001	0.546	0.772	0.695
Factor 2	R4	λ_{21}	0.379	0.067	5.662	< .001	0.248	0.51	0.352
	R11	λ_{22}	0.741	0.049	15.037	< .001	0.645	0.838	0.744
	R12	λ_{23}	0.694	0.057	12.232	< .001	0.583	0.806	0.618
	R14	λ_{24}	0.668	0.057	11.667	< .001	0.556	0.781	0.628
	R20	λ_{25}	0.715	0.064	11.114	< .001	0.589	0.841	0.677
	R24	λ_{26}	0.805	0.057	14.093	< .001	0.693	0.917	0.773
Factor 3	R21	λ_{31}	0.616	0.057	10.75	< .001	0.504	0.729	0.639
	R18	λ_{32}	0.677	0.074	9.203	< .001	0.533	0.821	0.596
	R17	λ_{33}	0.579	0.075	7.759	< .001	0.433	0.725	0.543
	R8	λ_{34}	0.807	0.056	14.409	< .001	0.697	0.917	0.712
	R1	λ_{35}	0.765	0.055	13.856	< .001	0.657	0.873	0.77
	R10	λ_{36}	0.776	0.055	14.128	< .001	0.668	0.884	0.718

Al realizar el análisis factorial confirmatorio, a partir de las tablas 6 y 7, se puede

verificar que los ítems se agrupan en los tres factores y dentro de cada factor las cargas factoriales resultaron ser mayores a .330.

Tabla 8

Estadísticos de confiabilidad de la escala ARS

Dimensiones/total	Ítems	Alfa
Obsesión por las redes sociales	10	.904
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	6	.793
Uso excesivo de las redes sociales	8	.880
Escala total	24	.948

Se aplicó el alfa de Cronbach para analizar la fiabilidad. Observando en la tabla 8 un valor de .948 para el nivel global, mientras que en las dimensiones los coeficientes fueron de .904 para la dimensión de obsesión; para la dimensión de falta de control personal en el uso, .793 y 880 para la dimensión de uso excesivo. Esto indica que la escala ARS es de alta confiabilidad

2.6. Procedimientos

Para el trabajo, se reunieron los datos por medio de dos instrumentos, para ello los sujetos confirmaron su participación en la investigación, en otras palabras, la muestra está únicamente conformada por los sujetos que acepten participar. Además, se colocó un informe de consentimiento virtual avalado respetando los principios éticos de la declaración de Helsinki, la cual fue decretada por la Asociación Médica Mundial. Este consentimiento informado indicó que la participación en el estudio era de manera voluntaria y anónima y que la información brindada sería tratada confidencialmente, utilizándose únicamente con fin de investigar. Por consiguiente, solo los estudiantes que hayan aceptado participar procederán con la resolución del formulario con ambos instrumentos de medición.

La aplicación de los instrumentos fue de manera individual, en un solo momento y de forma virtual con un tiempo aproximado de 15 minutos, dentro del mismo formulario se encuentran las instrucciones para un adecuado marcado.

2.7. Análisis de datos

Después de estructurar la base de datos adecuadamente, se procedió con los análisis pertinentes mediante el programa estadístico SPSS versión 25 para el estudio.

Para evaluar la validez en ambos instrumentos, se aplicó el análisis factorial confirmatorio para hallar la validez de constructo. Por otro lado, para determinar la fiabilidad se usó el Coeficiente de Alfa de Cronbach.

Posterior a ello, se aplicó los estadísticos descriptivos para hallar las frecuencias por cada variable. Asimismo, la prueba de normalidad se obtuvo mediante el estadístico Kolmogorov-Smirnov haciendo uso del estadístico Jasp versión 0.14.1; aquí se observa la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov donde se obtuvo un valor de .975 y una significancia de $<.001$ determinando que es no paramétrica, por lo que se procedió con la aplicación de Rho de Spearman para las correlaciones.

2.8. Aspectos éticos

Para la ejecución de la investigación se respetaron los principios éticos, dando a conocer a los participantes el propósito de la misma, así como los instrumentos a utilizar, todo esto firmado en un consentimiento informado dando su aprobación a ser parte del estudio. Asimismo, respetando la ley de protección de datos, teniendo único fin la investigación y el aporte teórico.

CAPÍTULO III

RESULTADOS

3.1 Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 9

Nivel de soledad en estudiantes de psicología

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Ausencia de soledad	23	9,1
Leve soledad	94	37,2
Moderada soledad	112	44,3
Intensa soledad	24	9,5
Total	253	100,0

Se aprecia en la tabla 9 que la mayor parte de los estudiantes de psicología manifiestan un sentimiento de soledad moderado. Sin embargo, una minoría que representa a 10 de cada 100 estudiantes indicaron experimentar un intenso sentimiento de soledad. Proporcionalmente, 9 de cada 100 no indican experimentar sentimientos de soledad.

Tabla 10

Nivel de ARS en estudiantes de psicología

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Sin riesgo	12	4,7
Riesgo leve	48	19,0
Riesgo moderado	139	54,9
Riesgo alto	46	18,2
Clínicamente significativo	8	3,2
Total	253	100,0

A partir de la tabla 10 se puede identificar a un gran grupo de universitarios (54.9%) que presenta un riesgo moderado de desarrollar una ARS, del mismo modo, se halló que un grupo pequeño (3.2%) de los estudiantes se encuentra en un rango clínicamente significativo, indicando una gran problemática respecto al uso RS.

3.2. Resultados inferenciales y contrastación de hipótesis

Tabla 11

Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov	P
Soledad - ARS	0.975	< .001

Nota. p= probabilidad de significancia

En la tabla 11, se observa la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov donde se obtuvo un valor de .975 y una significancia de <.001 determinando que es no paramétrica, por lo que se procedió con la aplicación de Rho de Spearman para las correlaciones.

Tabla 12

Correlación entre soledad y ARS en estudiantes de psicología

	n	Rho [IC 95%]	p	TE
Soledad – ARS	253	0.478[.377, .568]	< .001	22.8%

Nota. n = muestra, rho = coeficiente de correlación de Spearman, IC = intervalo de confianza, p= probabilidad de significancia, TE = tamaño de efecto

En la tabla 12, a partir del coeficiente de correlación de Spearman se comprende que hay una relación altamente significativa ($p < .05$) de tendencia positiva entre soledad y ARS. También, se evidencia desde el tamaño de efecto la importancia de la relación en un 22.8%, siendo esta de magnitud mediana, esto sugiere que a un mayor sentimiento de soledad existe un mayor riesgo de ARS. Por ende, se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 13

Correlación entre dimensiones de Soledad y ARS en estudiantes de psicología

	n	rho	p	TE
ARS – soledad emocional	253	0.505[.407, .592]	.000	25.5%

ARS – soledad social	253	0.219[.098, .333]	.000	4.79%
----------------------	-----	-------------------	------	-------

Nota. n = muestra, rho = coeficiente de correlación de Spearman, p= probabilidad de significancia, TE = tamaño de efecto

Se visualiza en la tabla 13 el coeficiente de correlación de Spearman permite sostener la existencia de una relación altamente significativa ($p < .05$) de tendencia positiva entre las dimensiones de soledad y ARS. Asimismo, se observa a partir del tamaño de efecto una relación importante mediana con un 25.5% entre la dimensión soledad emocional y la ARS, indicando que mientras más alto el nivel del primero, será más alto el nivel del segundo. Por otro lado, se observa que hay una relación importante pequeña de un 4.7% entre la soledad social y la ARS.

Tabla 14

Correlación entre Soledad y dimensiones de ARS en estudiantes de psicología

	n	Rho	p	TE
Soledad – Obsesión por RS	253	0.465[.363, .557]	.000	21.62%
Soledad – Falta de control personal	253	0.441[.336, .535]	.000	19.44%
Soledad– uso excesivo	253	0.393[.283, .492]	.000	15.44%

Nota. n = muestra, rho = coeficiente de correlación de Spearman, p= probabilidad de significancia, TE = tamaño de efecto

En la tabla 14 vemos que el coeficiente de correlación de Spearman demuestra una relación altamente significativa ($p < .05$) de tendencia positiva entre soledad y las dimensiones de ARS. Además, a partir del tamaño de efecto se halla una relación importante mediana de un 21.6% entre soledad emocional y obsesión por las RS; entre soledad y la falta de control personal se encontró un 19.4% indicando también una relación importante mediana, igualmente ocurre entre soledad y el uso excesivo de las RS donde se identificó una relación importante mediana con un 15.4%. Todas ellas indican que, a mayor nivel del primero, será más alto el nivel del segundo.

Tabla 15

Correlación entre dimensiones de Soledad y dimensiones de ARS en estudiantes de psicología

	n	rho [IC 95%]	p	TE
Soledad emocional – Obsesión por redes sociales	253	0.46 [.357, .552]	.000	21.16%
Soledad emocional – Falta de control personal	253	0.474 [.373, .565]	.000	22.46%
Soledad emocional – uso excesivo	253	0.449 [.345, .543]	.000	20.16%
Soledad Social – Obsesión por RS	253	0.261[.143, .373]	.000	6.81%
Soledad social – Falta de control	253	0.186[.065, .303]	.003	3.45%
Soledad Social – Uso Excesivo	253	0.133[.010, .252]	.035	1.76%

Nota. = muestra, rho = coeficiente de correlación de Spearman, IC = intervalo de confianza, p= probabilidad de significancia, TE = tamaño de efecto

A partir de la tabla 15, conforme al coeficiente de correlación de Spearman se entiende la existencia de una relación altamente significativa ($p < .05$) entre las dimensiones de soledad y las dimensiones de ARS indicando una tendencia positiva entre estas. Del mismo modo, tomando en cuenta el tamaño de efecto resulta una relación importante mediana entre la soledad emocional y las dimensiones de la ARS: obsesión por las RS, falta de control personal y uso excesivo con una explicación mayor a 20%. Por otro lado, en relación al tamaño de efecto se halla una relación importante pequeña entre la soledad social y las dimensiones de RS en un 6.8% con obsesión por las RS, un 3.4% con la falta de control personal y un 1.7% con el uso excesivo.

CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como principal fin el determinar cuál era la relación entre la soledad y la ARS en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. Un hallazgo importante obtenido de esta tesis es haber confirmado la existencia de una relación altamente significativa ($p < .05$) entre las dos variables con un tamaño de efecto medianamente importante (22.8%). Esto nos indica que mientras la persona manifieste un mayor sentimiento de soledad, existirá un mayor riesgo de desarrollar la ARS en los universitarios. Resultados semejantes se pudo observar en los estudios realizados por Baltaci (2019), Savci y Aysan (2016), quienes estudiaron también la relación entre soledad y el uso de las RS en universitarios turcos. De manera similar, Pérez y Quiroga (2019) investigaron la relación del uso del internet y el sentimiento de soledad en jóvenes hispanohablantes, reforzando así la hipótesis general, ya que el uso de las RS puede incrementar por situaciones de estrés, depresión o experimentar sentimientos de soledad (Xu & Tan, 2012). En contraste, a nivel nacional, Inga (2020) identificó una relación negativa entre la ARS y la soledad en universitarios limeños, explicando que a un mayor uso de RS habrá menor sentimiento de soledad, mientras que a nivel internacional Cocks (2020) no halló relación alguna entre las variables. Por lo tanto, en los dos primeros panoramas se afirma una relación entre ambas variables a diferencia del estudio de Cocks, la cual puede variar de acuerdo al contexto (Turel y Serenko, 2012), sabiendo que el confinamiento por la pandemia generó un aumento en el uso de RS y este a su vez generó un cambio en sus comportamientos (Villacís, 2020). Es por ello que, resulta relevante continuar estudios relacionando el sentimiento de soledad y el uso de las RS para identificar aquellos factores que podrían interferir al relacionarlos, estos a su vez servirán para realizar mejores propuestas de prevención e intervención promoviendo un bienestar en los universitarios. Si bien la institución cuenta con el

área de vida universitaria que brinda los servicios de salud, psicopedagógico, deportivo y cultural, teniendo estos como propósito promover la salud mental, esta área debería promover actividades de integración con el propósito de que estudiantes con los mismos intereses puedan interactuar e incrementar sus relaciones sociales, lo cual previene la aparición de sentimientos de soledad, además, promover un uso adecuado de RS, previniendo el uso problemático de estas.

Se pretendió identificar el nivel de soledad en los estudiantes de psicología, a partir de los resultados se encontró que alrededor del 90% de los estudiantes experimentan sentimientos de soledad ya sea leve, moderado o intenso, haciendo énfasis en un pequeño grupo (9,5%) dentro de esa mayoría que manifestó sentir un intenso sentimiento de soledad. A diferencia del estudio en Países Bajos, Pijpers (2017) halló que un 22,5% de universitarios manifestaban una soledad severa y muy severa. Mientras que, en Perú, abad y Callupe (2019) hallaron que 18 de cada 100 jóvenes experimentaban sentimientos de soledad. Si bien los niveles intensos o severos de soledad han disminuido, se ha observado un incremento de estudiantes que experimentan sentimientos de soledad en un nivel leve o moderado. Confirmando así los hallazgos de los últimos años, los cuales indican que la población joven manifiesta un mayor sentimiento de soledad (Cañas, 2018). Para lograr mermar aquellos sentimientos de soledad, resulta importante fortalecer los lazos afectivos de los universitarios.

También se tuvo como finalidad el identificar el nivel de ARS en los estudiantes de psicología, encontrándose que poco más de la mitad (54.9%) se encuentra en riesgo moderado de desarrollar una adicción al uso de las RS; resultado similar halló Mendez (2019) en su estudio con universitarios arequipeños, donde un 52.9% de estos estudiantes se encontraban en un nivel medio. Ambos estudios encontraron

que más de la mitad de los estudiantes se encuentran en riesgo, pues vienen desarrollando una dependencia hacia las plataformas virtuales en las que interactúan principalmente con sus pares y obtienen refuerzos, lo cual incrementa su uso (Ortega, 2015). Por lo anterior mencionado, se recomienda psicoeducar sobre la ARS y cuáles son los signos para que los mismos estudiantes puedan estar alertas e identificar conductas de riesgo o problemáticas frente al uso de sus RS.

Asimismo, se quiso identificar las relaciones entre soledad y las dimensiones de ARS, a partir de los resultados se encontró que efectivamente existe una relación entre la primera variable y las dimensiones de la segunda, cumpliéndose la hipótesis propuesta. A esto, agregarle que el tamaño de efecto en las correlaciones resultó ser de tamaño mediano. El sentimiento de soledad en el individuo genera que este busque de algún modo suplir esta ausencia encontrando en las RS un espacio predecible y seguro similar a los espacios comunitarios tradicionales (Griffiths et al, 2015), entonces se empezará a generar una dependencia hacia la plataforma digital demostrada por la obsesión, falta de control en su uso y su uso excesivo (Ortega, 2015). Entonces, resulta importante que las redes de apoyo primario de cada uno sean fortalecidas, para ello se necesita del apoyo principalmente de las familias de los universitarios debido a que se encuentran en una etapa de las familias de los universitarios debido a que se encuentran en una etapa vulnerable contexto vulnerable.

Del mismo modo, se propuso identificar las relaciones entre ARS y las dimensiones de soledad, hallándose una correlación altamente significativa en ambas junto con un tamaño mediano importante respecto a la soledad emocional y un tamaño pequeño importante respecto a la soledad social. Ante la ausencia de una relación cercana e íntima aparecen sentimientos de vacío (Weiss, 1993), por lo que el

individuo de algún modo encontrar a alguien que satisfaga esa necesidad probablemente reforzada por la red social mediante la evaluación subjetiva de sus conexiones con otros (Bowlby, 1974). Por ello, es necesario que las diferentes instituciones u organizaciones promuevan un uso adecuado de las RS, brindando alternativas ante la ausencia de interacción física de los estudiantes con sus pares.

Además, se tuvo como objeto de estudio el identificar la relación entre las dimensiones de soledad y las dimensiones de ARS en estudiantes de psicología a lo que se encontró que existe una relación significativa y positiva entre todas las dimensiones, asimismo, al relacionar la dimensión de soledad emocional con las dimensiones de RS se halló una correlación medianamente importante, mientras que al relacionar la dimensión de soledad social con las dimensiones de ARS se halló un tamaño de efecto pequeñamente importante. Estudios por Huaranga y Yactayo (2019) también en estudiantes universitarios, a diferencia de esta tesis indicaron que no existe una relación significativa entre la dimensión soledad social y las tres dimensiones de ARS ni entre soledad emocional y uso excesivo de las RS; sin embargo, hay coincidencia respecto a la relación entre la dimensión soledad emocional y las dimensiones obsesión por las RS y falta de control personal en las RS con una correlación significativa y positiva pero, con un tamaño de importancia pequeño. Estos hallazgos refuerzan en cierto modo la hipótesis planteada en un inicio, ya que existen coincidencias parciales. Se recomienda que los jóvenes desarrollen sus habilidades sociales con una mayor interacción con sus pares, ya que actualmente sus relaciones sociales se han visto deterioradas, así mismo, mejorar su habilidad de autocontrol personal, lo cual le permitirá disminuir el riesgo de aparición de un uso problemático de RS.

CAPÍTULO V
CONCLUSIONES

A partir de los resultados del análisis entre las variables soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología, se tiene como conclusiones:

- Se halló que la mayoría de estudiantes de psicología (90.9%) refieren experimentar sentimientos de soledad, entre los cuales un 9.5% presentó el nivel más alto.
- Se encontró que un gran grupo de 54.9% presenta un riesgo moderado de desarrollar ARS, con un 3.2% de estudiantes que se encuentran en un nivel clínicamente significativo.
- La soledad y la ARS se encuentran relacionadas ($p < .05$), es decir, la presencia de sentimientos de soledad en el joven universitario podrá predisponer el incremento del uso problemático de las RS.
- Se identificó que ambas dimensiones de la variable soledad se relacionan de manera positiva con las tres dimensiones de ARS.
- Existen diversos factores de riesgo, además del contexto de pandemia que podrían aumentar la presencia de soledad como incrementar el riesgo de un uso problemático de RS.

CAPÍTULO VI
RECOMENDACIONES

- Es importante continuar con las investigaciones que impliquen ambas variables: soledad y ARS, en la población de estudiantes universitarios para contribuir a la literatura.
- Resulta relevante que las autoridades de la institución educativa superior continúen desarrollando estrategias a través de sus servicios brindados por el área de vida universitaria para una prevención en cuanto a la aparición de sentimientos de soledad y el uso problemático de las RS.
- Promover actividades sociales a fin de lograr una mayor interacción entre los estudiantes y así, estos puedan ampliar sus vínculos sociales, relacionándose con diversas personas que puedan compartir sus mismos intereses o preocupaciones.
- Concientizar sobre el uso de las RS, dando a conocer sus beneficios, pero también sobre un uso problemático, fomentando a la vez actividades alternativas que puedan reemplazar el uso excesivo, pero satisfaga las mismas necesidades.

REFERENCIAS

- Abad, A y Callupe, L. (2019) . *Relación entre la soledad, la autoestima y la violencia de pareja en jóvenes y adultos del Distrito de San Juan De Lurigancho* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/46079>
- Adamczyk, K. (2016). An investigation of loneliness and perceived social support among single and partnered young adults. *Curr Psychol*, 35(12), 674-689. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-015-9337-7>
- Baltaci. O. (2019) The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4) <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1224299.pdf>
- BBC (2018) *La sorprendente verdad sobre la soledad*. BBC. <https://www.bbc.com/future/article/20180928-the-surprising-truth-about-loneliness>
- Blieszner, R., y Adams, R. (1992). *Adult Friendship*. Sage Publications.
- Block, J. (2008). Issues for DSM-5 Internet addiction. *American Journal of Psychiatry*, 165(3), 306-307. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2007.07101556>
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss*. Attachment (3° ed.). Basic Books.
- Buz, J. & Prieto, G. (2013). Análisis de la Escala de Soledad de De Jong Gierveld mediante el modelo de Rasch. *Universitas Psychologica*, 12(3), 971-981. <https://www.redalyc.org/pdf/647/64730275026.pdf>
- Cañas, M. (2018) La soledad, un creciente problema de salud pública. *Somos médicos* – *FEMEBA*, 3(2), 6-9. https://www.researchgate.net/publication/333405179_La_soledad_un_creciente_problema_de_salud_publica

- Cacioppo, S., Grippo, A., London, S., Goossens, L., y Cacioppo, J. (2015). Loneliness: Clinical import and interventions. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 238-249. <https://doi.org/10.1177/1745691615570616>
- Cacioppo, J. y Hawkley, L. (2009). Perceived social isolation and cognition. *Trend in Cognitive Sciences*, 13 (10), 447-454. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2009.06.005>
- Cacioppo, J., Fowler, J., y Christakis, N. (2009). Alone in the Crowd: The Structure and Spread of Loneliness in a Large Social Network. *Interpersonal Relations and Group Processes* 97(6), 977-991. <https://doi.org/10.1037%2Fa0016076>
- Cacioppo, J., Hawkley, L., Norman, G., y Berntson, G. (2011). *Social Isolation*. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1231(1), 17-22. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2011.06028.x>
- Cecen, A. (2007). Humor styles in predicting loneliness among Turkish university students. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 35(6), 835-844. <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2007.35.6.835>
- Cocks, Ms. DS (2020) *Mi teléfono inteligente y yo ¿Cuál es la relación entre el uso de las redes sociales y el nivel de autoestima y soledad?* [Tesis de licenciatura, Universidad de Twente]. Repositorio de la Universidad de Twente. <https://purl.utwente.nl/essays/82672>
- Connidis, I. y Davies, L. (1990). Confidants and companions in later life: the place of family and friends. *Journal of Gerontology*, 45(4), 141-149. <https://doi.org/10.1093/geronj/45.4.s141>
- De Jong Gierveld, J. & Van Tilburg, T. G. (2010). The De Jong Gierveld short scales for emotional and social loneliness: Tested on data from 7 countries in the UN

generations and gender surveys. *European Journal on Ageing*, 7(2), 121-130.
<https://doi.org/10.1007/s10433-010-0144-6>

De Jong Gierveld, J. & Kamphuis, F. H. (1985). The development of a Rasch-type loneliness scale. *Applied Psychological Measurement*, 9(3), 289-299.
<https://hdl.handle.net/11299/102185>

Dykstra, P. y Fokkema, T. (2007). Among divorced and married men and women: comparing deficit and cognitive perspectives. *Basic and applied social psychology*, 29(1), 1-12. <http://dx.doi.org/10.1080/01973530701330843>

Drake, E., Sladek, M. y Doane, L. (2016). Daily cortisol activity, loneliness, and coping efficacy in late adolescence: A longitudinal study of the transition to college. *Int J Behav Dev*, 40(4) 334-345.
<https://doi.org/10.1177/0165025415581914>

Dykstra, P. y De Jong-Gierveld, J. (2004). Gender and marital-history differences in emotional and social loneliness among Dutch older adults. *Canadian journal on aging*, 23(2), 141-155. <https://doi.org/10.1353/cja.2004.0018>

Di Tommaso, E., Turbude, J., Poulin, C. y Robinson, B. (2007). L'Échelle de Solitude Sociale et Émotionnelle (ÉSSÉ): A French-Canadian adaptation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 35(3), 339-350.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.2224/sbp.2007.35.3.339>

De Jong-Gierveld, J., Van Tilburg, T. y Dykstra, P. (2006). Loneliness and Social Isolation. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* 1(26), 485-500. <http://dx.doi.org/10.1017/CBO9780511606632.027>

- De Jong Gierveld, J. (1998) A review of loneliness: concept and definitions determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 8(1), 73-80. <https://doi.org/10.1017/S0959259898008090>
- De Jong-Gierveld, J. (1987). Developing and Testing a model of loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 53(1), 119-128. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.53.1.119>
- Dumbar, R (2014). The social brain: Psychological underpinnings and implications for the structure of organizations. *Current Directions in Psychological Science*, 23(2), 109-114. <http://dx.doi.org/10.1177/0963721413517118>
- Echeburúa, O. E. (Ed.). (2016). *Abuso de internet: ¿antesala para la adicción al juego de azar online?*. Ediciones Pirámide. http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/Abuso%20de%20internet.pdf
- Escorra, M. y Salas, E. (2014). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista peruana de Psicología y trabajo social*, 3 (1), 75- 90. https://www.researchgate.net/profile/Edwin-Salas-2/publication/272681790_Uso_de_redes_sociales_entre_estudiantes_universitarios_limenos/links/54f48ec50cf2ba6150635eb6/Uso-de-redes-sociales-entre-estudiantes-universitarios-limenos.pdf
- Escorra, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit* 20(1). 73-91. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

- Fernandes, B. et al (2020). The impact of COVID-19 lockdown on internet use and escapism in adolescents. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. 7(3), 59-65. <http://dx.doi.org/10.21134/rpcna.2020.mon.2056>
- Fundacion Gadeso (2020). *Incremento exponencial del uso de tecnología entre los jóvenes de 10 a 15 años*. Menorca al día. <https://menorcaaldia.com/2020/05/17/incremento-exponencial-del-uso-de-tecnologia-entre-los-jovenes-de-10-a-15-anos/>
- GlobalWebIndex (2020). *¿Qué pasará con el consumo de redes sociales cuando termine el confinamiento?* ReasonWhy. <https://www.reasonwhy.es/actualidad/aumento-uso-redes-sociales-pandemia-coronavirus-futuro>
- González V. Merino, L. Cano, M. (2009). *Las e-adicción*. (2° ed.). Nexus Medica Editores.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Billieux, J., & Pontes, H. M. (2015). The evolution of internet addiction: A global perspective. *Addictive Behaviors*, 53, 193–195. <http://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.001>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGrwall Hill Education.
- Huaranga, E.; Yactayo, M. (2019) *Uso problemático de redes sociales, bienestar psicológico y soledad en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://hdl.handle.net/20.500.14005/9672>

- Inga, S. (2020) *Adicción a redes sociales, cansancio emocional y sentimiento de soledad en jóvenes universitarios*. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://hdl.handle.net/20.500.14005/10274>
- Ipsos (2020) *Uso de redes sociales entre peruanos conectados 2020*. Ipsos. <https://www.ipsos.com/es-pe/uso-de-redes-sociales-entre-peruanos-conectados-2020>
- Mendez, P. (2019) *Clima social familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes ingresantes a la carrera profesional de Ingeniería Civil de la Universidad Católica San Pablo Arequipa* [Tesis de maestría, Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9d962ad3-f40d-447a-ab43-6c4ca38aac1a/content>
- Michael, J.; Peplau, L. y Weeks, D. (1982) Perceived dimensions of attributions for loneliness. *Journal of Personality and social psychology*, 43 (5), 929-936. <https://peplau.psych.ucla.edu/wp-content/uploads/sites/141/2017/07/Michela-Peplau-Weeks-82.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2017). *Salud mental*. OMS. http://www.who.int/topics/mental_health/es/.
- Ortega, A. (2015). *Adicción a las redes sociales: El abuso de lo virtual*. Psicología y mente. <https://psicologiaymente.com/clinica/adiccion-redes-sociales>

- Padilla C, Ortega J. (2017) Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *Revista CASUS*, 2(1), 47-53. <http://dx.doi.org/10.35626/casus.1.2017.31>
- Paramo, O. (2018). *La adicción a las redes sociales: Problema cada vez mayor*. UNAM global. <http://www.unamglobal.unam.mx/?p=14238>
- Pérez, M. & Quiroga, A. (2019). Uso compulsivo de sitios de networking, sensación de soledad y comparación social en jóvenes. *Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 30(1), 68-78. <https://doi.org/10.5565/rev/redes.809>
- Perlman, D. (2004) European and Canadian studies of loneliness among seniors. *Canadian Journal on Aging*, 23 (2), 181-188. <https://doi.org/10.1353/cja.2004.0025>
- Perlman, D. y Peplau, L. (1982) *Theoretical approaches to loneliness*. Wiley.
- Pijpers, J. (2017) *Loneliness Among Students in Higher Education: Influencing Factors* [Tesis de maestría, VU University in Amsterdam]. Repositorio de la VU University in Amsterdam. https://www.huisartsenamsterdam.nl/wp-content/uploads/2017/07/Loneliness_Among_Students_in_Higher_Education_Influencing_Factors.pdf
- Real Sociedad Británica de Salud Pública (2020) *RSPH pide más apoyo de salud mental para los jóvenes encerrados*. RSPH. <https://www.rsph.org.uk/about-us/news/rsph-calls-for-more-mental-health-support-for-young-people-in-lockdown.html>
- Rook, K. (1984) Promoting social bonding. Strategies for helping the lonely and socially isolated. *American Psychology*, 39(12), 1389-1407. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.39.12.1389>

- Sánchez, M. (2009). *Determinantes sociales de la soledad en las personas mayores españolas: Dar y recibir apoyo en el proceso de envejecer* [Tesis de doctorado, Universidad de Salamanca]. Repositorio de la Universidad de Salamanca. <http://hdl.handle.net/10366/76320>
- Savci, M., & Aysan, F. (2016). Relationship between Impulsivity, Social Media Usage and Loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 106-115. <http://dx.doi.org/10.12973/edupij.2016.52.2>
- Small, G. y Vorgan, G. (2008). *El Cerebro digital: cómo las nuevas tecnologías están cambiando nuestra mente.* (1° ed.). Urano. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7084338>
- Sullivan, H. (1953) *The interpersonal theory of psychiatry.* (1° ed.). Norton & Co.
- Turel, O., & Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5), 512-528. <http://dx.doi.org/10.1057/ejis.2012.1>
- Villacís, G. (2020) Las redes sociales en tiempos de covid 19. *Portal de noticias USFQ.* <https://noticias.usfq.edu.ec/2020/05/las-redes-sociales-en-tiempos-de-covid19.html>
- Weiss, R. (1973) *Loneliness: The experience of emotional and social isolation.* The MIT Press.
- Xu, H., & Tan, B. C. Y. (2012). Why do i keep Checking Facebook: Effects of message characteristics on the formation of social networks services addiction. *International Conference on Information Systems*, 1(12), 812-823. https://www.researchgate.net/publication/287238166_Why_do_I_keep_chec

king_Facebook_Effects_of_message_characteristics_on_the_formation_of_
Social_Network_Services_addiction

Young, J. (1982) *Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application* (1° ed.). Wile.

Young, K. (1996). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder.
CyberPsychology and behavior 1(3), 237-244.
<https://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>

ANEXOS

ANEXO 01
MATRIZ DE CONSISTENCIA

“SOLEDAD Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR”

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>¿Cuál es la relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur, 2020?</p>	<p>General:</p> <p>Determinar la relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur, 2020.</p> <p>Específicos</p> <p>Identificar el nivel de soledad en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>Identificar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>Identificar la relación entre las dimensiones de soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p>	<p>General</p> <p>H_i Existe relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>H₀ No existe relación entre soledad y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>H₁ Existe relación entre las dimensiones de soledad y adicción a redes sociales en estudiantes</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Soledad</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - S. Emocional - S. Social <p>Variable 2:</p> <p>Adicción a redes sociales</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Obsesión por las redes sociales - Falta de control en el uso de redes 	<p>Enfoque cuantitativo</p> <p>Tipo correlacional</p> <p>Diseño no experimental</p> <p>Población</p> <p>Estudiantes de psicología de una universidad privada</p> <p>Muestra:</p> <p>253 estudiantes</p> <p>Instrumentos:</p> <p>V1:</p> <p>Escala de Soledad de Jong Gierveld</p>

	<p>Identificar la relación entre soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>Identificar la relación entre las dimensiones de soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.</p>	<p>de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>H₂ Existe relación entre soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur.</p> <p>H₃ Existe relación entre las dimensiones de soledad y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur.</p>	<p>sociales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uso excesivo de las redes sociales 	<p>V2:</p> <p>Cuestionario de adicción a las redes sociales (Escrura y Salas)</p>
--	--	---	--	---

ANEXO 02

CUESTIONARIO ARS

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

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

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

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

ANEXO 03

ESCALA DE JONG GIERVELD

Adaptación en Lima por Ventura-León, y Caycho en 2017

INSTRUCCIONES

Cada uno de los siguientes enunciados describe distintos estados emocionales. Lee cada uno de ellos y marca la opción que se parece más a cómo te sientes actualmente.

Si te sientes identificado con el enunciado, marca con una cruz en la columna **SI**

Si se parece en algo, marca con una cruz en la columna **MÁS O MENOS**.

Si no te sientes identificado en nada, marca con una cruz en la columna **NO**.

N°	ENUNCIADO	SI	MÁS O MENOS	NO
1	Siempre hay alguien con quien puedo hablar de mis problemas diarios.			
2	Echo de menos tener un buen amigo de verdad.			
3	Siento una sensación de vacío a mí alrededor.			
4	Hay suficientes personas a las que puedo recurrir en caso de dificultades.			
5	Echo de menos la compañía de otras personas.			
6	Pienso que mi círculo de amigos es demasiado limitado.			
7	Tengo mucha gente en la que puedo confiar completamente.			
8	Hay suficientes personas con las que tengo una amistad muy cercana.			
9	Echo de menos tener gente a mí alrededor.			
10	Me siento abandonado(a) frecuentemente.			
11	Puedo contar con mis amigos siempre que lo necesito.			

ANEXO 04

BAREMOS

VARIABLE 1: SOLEDAD

Percentiles	PUNTAJE DIRECTO			Decatipo
	Sol_Emoc	Sol_Social	Sol_Total	
1	0	0	0	1
2	0	0	1	1
3	0	0	1	2
4	0	0	1	2
5	0	0	2	2
10	1	0	3	3
15	2	1	4	3
20	3	1	5	4
25	3	1	5	4
30	3	2	7	4
35	4	2	7	5
40	5	2	7	5
45	5	3	8	5
50	6	3	9	6
55	6	4	10	6
60	7	4	10	6
65	7	5	11	6
70	8	5	12	7
75	8	5	13	7
80	9	5	13	7
85	9	6	14	8
90	10	6	14	8
95	10	8	17	9
96	11	8	18	9
97	12	8	18	9
98	12	9	18	10
99	12	9	20	10
Media	5.66	3.37	9.04	
D.E.	3.20	2.39	4.56	

CATEGORÍAS	Decatipo	PD
intenso sent. Soledad	9 y 10	15 a 22
moderado sent.soledad	6 a 8	9 a 14
leve sent. Soledad	3 a 5	3 a 8
ausencia de sent. Soledad	1 y 2	0 a 2

VARIABLE 2: ADICCIÓN A REDES SOCIALES

Percentiles	PUNTAJE DIRECTO				Eneatipo
	Obs_Redetes_Sociales	Falta_control_personal	Uso_Excesivo_redes	Ad_redes_total	
1	0	1	1	5	1
2	0	1	1	5	1
3	0	2	1	6	1
4	1	2	1	7	1
5	1	2	2	11	2
10	3	3	7	15	2
15	4	4	8	18	3
20	5	5	9	22	3
25	6	6	11	25	4
30	8	7	11	28	4
35	8	7	12	30	4
40	9	8	14	32	4
45	10	9	14	34	5
50	11	9	15	36	5
55	12	9	15	39	5
60	12	10	16	42	5
65	14	11	17	43	6
70	15	12	18	46	6
75	17	12	18	50	6
80	19	13	20	53	7
85	20	14	21	56	7
90	22	14	23	61	8
95	27	16	26	69	8
96	28	17	27	70	8
97	28	18	28	72	9
98	29	19	28	74	9
99	34	22	31	91	9
Media	11.81	9.20	14.61	37.57	
D.E.	7.51	4.46	6.39	17.89	

CATEGORÍAS	eneatipo	PD
clínicamente significativo	9	71 A 96
Riesgo alto	7 Y 8	53 A 70
riesgo moderado	4 , 5 , 6	25 A 52
riesgo leve	2 Y 3	11 A 24
sin riesgo	1	0 A 10

ANEXO 05

Consentimiento informado

Estimado(a)

participante:

Solicito su colaboración a través del llenado del presente cuestionario que pretende visualizar si existe relación entre soledad y adicción a las redes sociales en los estudiantes de psicología. Por otro lado, es importante considerar que su participación es voluntaria y anónima, además, sus respuestas serán tratadas de manera confidencial. Si desea participar, le solicito completar la selección destinada a su consentimiento. De antemano le agradezco por su participación y por la valiosa información brindada.

Atentamente:

Srta. Yris Magaly Chilet Villanueva, estudiante del último año de psicología de la Universidad Autónoma del Perú.

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 investigación. Por otro lado, sé que puedo suspender en cualquier momento mi participación sin dar explicación alguna.

SÍ ()

NO ()