

RELACIÓN ENTRE USO DE REDES SOCIALES Y HABILIDADES
SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE CÚCUTA.

ROCIO CAROLINA BLANCO URIBE
SANDRA MILENA BLANCO URIBE
ANA MILENA OVALLOS OVALLOS

UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR SEDE CÚCUTA
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
CÚCUTA
2018

RELACIÓN ENTRE USO DE REDES SOCIALES Y HABILIDADES
SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE CÚCUTA.

DOCENTE

Psi. MANUEL RIAÑO

TUTOR INVESTIGATIVO

Psi. SANDRA CARRILLO

UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR SEDE CÚCUTA

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

CÚCUTA

2018

Tabla de Contenido

Introducción	6
Formulación del Problema	8
Planteamiento del Problema	8
Justificación	11
Objetivos	13
Objetivo General	13
Objetivos Específicos	13
Marco Referencial	14
Marco Empírico o Antecedentes	14
Marco Teórico	22
Marco Conceptual	32
Marco Legal	33
Marco Contextual	37
Diseño Metodológico	37
Población	38
Tipo de Muestreo	39
Instrumentos	40
Hipótesis	41
Resultados	41
Discusión	50
Conclusiones	54
Recomendaciones	55
Referencias	55
Anexos	70

Lista de Figuras

Figura 1. Edad	42
Figura 2. Género	42
Figura 3. Semestre de la Población	45
Figura 6. Dificultades motoras en las habilidades sociales	46
Figura 7. Dificultades cognitivas en las habilidades sociales	48
Figura 8. Adicción a las redes sociales según sub-escala	49
Figura 9. Adicción a las redes sociales en los estudiantes de psicología	50
Figura 10. Adicción a las redes sociales según la edad	50

Lista de Tablas

Tabla 1. Promedio de las habilidades sociales Prueba Cognitiva	43
Tabla 2. Promedio de las habilidades sociales Prueba Motora	44
Tabla 3. Correlación habilidades sociales componente Motor Vs Adicción a Redes Sociale	46
Tabla 4. Regresión lineal Modelo predictivo Frente a la Correlación	48
Tabla 5. Correlación habilidades Cognitivas componente Motor Vs Adicción a Redes Sociales	49
Tabla 6. Regresión lineal Modelo predictivo Frente a la Correlación	50

Resumen

Objetivo. Analizar la relación existente entre el uso de las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Cúcuta. **Metodología.** Cuantitativa, de tipo descriptivo-correlacional, de diseño no experimental de corte transversal debido a que en este estudio no se tiene control sobre las variables a analizar y se ubica en un momento único en la línea del tiempo. La población escogida fueron estudiantes de primer, segundo y tercer semestre del programa de psicología, la muestra aleatoria simple de 114 estudiantes, recolección de datos a través del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) que evaluó el nivel de adicción, tipos de adicción y factores de vulnerabilidad en las redes sociales; y la Escala Multidimensional EMES de Expresión Social, adaptados para población colombiana en el componente cognitivo y motor. **Resultados.** Se encontró, que existe relación negativa entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes, lo que indica que a mayor adicción menor capacidad por parte de los mismos para expresar ciertas habilidades sociales. Las habilidades sociales de los estudiantes en lo referente al factor cognitivo se expresan de manera adecuada, sin embargo, presentan moderado temor a hacer y recibir peticiones y moderado temor a hacer y recibir cumplidos. Asimismo, se evidenció que las habilidades sociales de los estudiantes en lo referente al factor Motor son las que evidencian mayor dificultad a la hora de ser expresadas por los estudiantes. **Conclusión.** Se determinó que los estudiantes analizados en su mayoría presentan adicción general por las redes sociales, siendo el 54,4% adicción Alta y 42,1% adicción Moderada, recomendando sensibilizar a las directivas de la institución sensibilizar frente al uso adecuado de las redes sociales y manejo de habilidades en los contextos universitarios dirigidos a estudiantes de primer semestre.

Palabras claves: Redes sociales, Habilidades sociales, adicción a las redes sociales.

Introducción

En la actualidad las tecnologías de la comunicación y la información (TIC) tienen la finalidad de facilitar a sus usuarios aspectos como la comunicación, el acceso a la información y la búsqueda de material interactivo, en este sentido Peñaherrera, Campoverde, y Hidalgo (2017) argumenta que el uso indebido de estas herramientas tecnológicas puede conllevar a problemas psicológicos como la obsesión, la dependencia y el debilitamiento de las relaciones interpersonales producto de su uso excesivo.

Así mismo Villanueva, Feced, Calvo y Barranco (2017), indican que las redes sociales se transforman en elementos de placer primordial e indispensable para los jóvenes en la actualidad, creando una necesidad inminente a su uso, fomentando la creación de una falsa identidad y contribuyendo negativamente a la pérdida de contacto, tanto con el mundo exterior como con los vínculos interpersonales de sus núcleo familiar, social o educativo.

Teniendo en cuenta esto, Muñoz., Burgos Novoa y Toro (2017) argumentan que cualquier proceso de uso, inclinación o aprovechamiento de alguna actividad puede generar dependencia o adicción, esto sin la necesidad de que existan elementos químicos de por medio, por tanto la adicción puede ser entendida como una necesidad compulsiva e incontrolable de mantener un estímulo placentero la mayor parte del tiempo, en este caso las redes sociales actuales, lo cual genera dependencia y resta libertad al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud sus intereses, lo cual repercute en el desarrollo de actividades específicas como la interacción social, la comunicación personal y el despliegue de actividades académicas, lúdicas o recreativas Pérez, Quiroga, Alzugaray y Pérez (2017).

En este orden de ideas Domínguez, Martínez y García (2017) indican que la ciberadicción o la adicción a las redes sociales concretamente, se consolida cuando el niño, adolescente o adulto, deja de desarrollar actividades de índole social, en las cuales es necesaria la interacción, tanto comunicativa, emocional o física, afectando negativamente su vida cotidiana, rendimiento académico o la respuesta emocional percibida Por parte de sus pares o relaciones emocionales más cercanas.

De la misma forma Gamarra y Adriana (2017) describe que los riesgos más importantes del abuso de las redes sociales en cualquier entorno son además de la adicción, el acceso a contenidos inapropiados, el acoso o la pérdida de intimidad, la falta de motivación por intereses que antes eran placenteros, ya que en las redes se puede acceder a contenidos pornográficos o violentos, transmitir mensajes racistas, proclives a la anorexia, incitadores al suicidio o a la comisión de delitos, lo que genera una percepción negativa del entorno y posibilita la aparición de conductas y emociones inapropiadas a corto ,mediano y largo plazo en el individuo frente a su contexto familiar o social.

Así mismo, autores como Castro y De la Villa (2017) manifiestan que para los individuos jóvenes existe el inminente de riesgo de consolidar identidades ficticias, puesto que la interacción virtual permite un desenvolvimiento más libre y desprovisto de la presión social, razón por la cual se pueden generar patrones conductuales y emocionales histriónicos, narcisistas y afrontativos, atributos psicológicos que en la realidad no pueden ser expresados apropiadamente por la falta de control de la realidad, las emociones y los impulsos frente al terreno social a la luz de la realidad fuera del contexto virtual.

Finalmente se puede mencionar que la adicción a las redes sociales es un fenómeno en auge que afecta significativamente a los individuos en la actualidad, sin discriminar género,

estrato social o contexto específico, razón por la cual las repercusiones asociadas en cuanto al terreno psicológico o social deben ser estudiadas a profundidad con el fin de establecer mecanismos de intervención que permitan mitigar las problemáticas adyacentes, que sin lugar a dudas repercuten al individuo en todas sus áreas de desenvolvimiento personal, ya sea en el plano personal, familiar, académico o relacional.

Formulación del Problema

¿Cuál es la relación entre el uso de las redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Cúcuta?

Planteamiento del Problema

Para Pedrero, Ruíz, Rojo, Llanero, Pedrero, Morales, & Puerta (2017) la adicción a las redes sociales en los individuos es un fenómeno que afecta a todos los contextos en la actualidad, puesto que cada vez es más fácil adquirir equipos electrónicos sin importar las condiciones sociales de los individuos, en este sentido Montes (2016) expone que cerca de un 82% de la población mundial cuenta con acceso a internet al interior del hogar, lo cual facilita la adquisición de patrones de uso constantes a lo largo del tiempo, así el autor manifiesta que redes sociales como Facebook o Instagram son las más utilizadas por los individuos a nivel mundial puesto que según estudios de Basteiros, Robles, Juadros y Pedrosa (2016) cerca del 78% de la población mundial utiliza estas redes sociales cerca de 5 horas al día, lo cual es una cifra considerable dentro de los márgenes de funcionalidad y productividad académica y laboral.

Así mismo Aranda, Fuentes, García (2017) expresan que los jóvenes consideran a los equipos tecnológicos como una extensión de sus manos puesto que les conecta con el mundo

y les hace sentir integrados, sin embargo en algunos casos, esa dependencia ha derivado en adicción. En este sentido un estudio sobre conductas patológicas en Internet, realizado por la ONG Protégeles, que colabora en programas de la Comisión Europea, el 21,3% de los jóvenes está en riesgo de convertirse en adicto a las nuevas tecnologías y el 1,5% ya lo es no controlan su conducta, lo que afecta al trabajo y a las relaciones personales, frente a esto autores como Caro y Plaza de la Hoz (2017) mencionan que no es algo inusual encontrar que cerca del 30% de los menores tiene contactos virtuales con personas a las que no conoce, característica que debe ser tomada en cuenta como un factor de riesgo importante analizando aspectos como la ciberdelincuencia y el ciberacoso.

Por otra parte, Golpe Isorna, Gómez y Rial (2017) mencionan que problema más importante radica en la dependencia emocional que generan las redes sociales en los individuos en la actualidad, característica asociada al deterioro de la actividad social, el desapego emocional y la dificultad de desplegar habilidades y mecanismos de relación social e interpersonal, frente a esto los autores describen que cerca del 63% de los jóvenes en la actualidad presentan problemáticas relacionadas a la adquisición de habilidades sociales como la escucha activa en un 34% la empatía en un 51% y la comunicación asertiva en un 63% aspectos que repercuten su capacidad de interacción interpersonal significativamente.

En este sentido, desde la presente propuesta investigativa se buscara analizar cómo se presenta el uso de las redes sociales en estudiantes de primeros semestres del programa de psicología, determinando si este uso puede considerarse como una adicción consolidada, ya sea desde el punto de vista cognitivo o motor, resaltando que este tipo de adicciones pueden tener repercusiones de índole social así como problemáticas relacionadas a la interacción y a la expresión de las habilidades sociales de los individuos.

Por tanto, como contribución investigativa desde la psicología se busca en primer lugar comprender si el uso de las redes sociales de los estudiantes clasificaría como un problema de adicción y si esto afecta significativamente las habilidades sociales de los estudiantes, y en segundo lugar exponer cuales habilidades sociales son directamente afectadas tras el uso de las redes sociales, ya que es deber de la psicología como ciencia práctica encaminar acciones de prevención clínica y social que mitiguen las problemática de interacción, entendiendo que las relaciones interpersonales durante los primeros semestres universitarios consolidan aspectos vitales del desarrollo académico como las redes de apoyo, valores como la amistad, la tolerancia y el respeto y habilidades relacionadas al aprendizaje como la percepción, la atención y la memoria, parámetros que promueven la adaptación exitosa de los estudiantes al contexto académico y social universitario.

Finalmente y teniendo en cuenta la problemática central expuesta por los diversos autores, durante la presente propuesta investigativa se considera necesario establecer ¿Cuál es la relación entre el uso de las redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de psicología vinculados a una Universidad de Cúcuta ? esto con el fin de analizar si el fenómeno de la adicción a las diferentes redes sociales afecta significativamente la capacidad de expresión social de los estudiantes, esto desde habilidades como la comunicación, la atención, y la interacción social entendiendo que las habilidades sociales son atributos necesarios para la adaptación y la socialización frente al contexto y frente a las demandas del entorno a corto mediano y largo plazo, ya sea este familiar, académico o laboral.

Justificación

La presente propuesta de investigación busca establecer la relación entre las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes de una universidad privada de Cúcuta, esto con el fin de determinar si el uso excesivo de las redes afecta significativamente la capacidad de socializar en los estudiantes, en este sentido se presenta a continuación la justificación pertinente frente al proceso de investigación a realizar:

Para Peñaherrera, Campoverde y Hidalgo (2017) la adicción a las redes sociales es un fenómeno en crecimiento que afecta la capacidad de socialización de los individuos frente a sus entornos de desenvolvimiento, en este sentido es de vital importancia para la psicología comprender los mecanismos tanto emocionales como conductuales asociados a esta problemática, por tanto la presente propuesta investigativa busca conocer la relación existente entre el uso de las redes sociales y las habilidades interpersonales en estudiantes de una universidad privada de Cúcuta - Norte de Santander, determinando si existen niveles de adicción que repercutan en su interacción social, tal y como lo menciona Navarrete, Castel Romanos y Bruna, (2017) quien indica que el uso indebido de la redes sociales limita la expresión emocional, la capacidad de comunicación y atributos como la empatía y la adaptación al entorno, características importantes en la interacción interpersonal y en desarrollo de habilidades para la convivencia.

Teniendo en cuenta esto, el alcance y relevancia científica del presente estudio puede entenderse desde dos ópticas importantes, la primera radica en que comprender los fenómenos y las repercusiones psicológicas asociadas a la adicción virtual por las redes sociales y su impacto frente a los procesos de socialización interpersonal permiten analizar

de manera amplia los posibles mecanismos de acción que permitan la mitigación o mejoramiento de esta problemática, así mismo como segundo alcance los resultados obtenidos permitirán comprender la relevancia de este fenómeno al interior del contexto de Norte de Santander, entendiendo que son limitadas las investigaciones con rigurosidad científica sobre este campo que se pueden encontrar en la región.

En este orden de ideas, se plantea como metodología una propuesta investigativa a la luz del paradigma cuantitativo, realizada desde el tipo descriptivo correlacional, de diseño no experimental y de corte transversal, entendiendo que al análisis de los datos obtenidos permitirán la comprensión de los fenómenos y variables que se pretenden analizar durante la instancia investigativa del presente proyecto Hernández, Fernández y Baptista, (2010).

Ahora bien, desde el punto de vista investigativo la presente propuesta se fundamenta en analizar si existe una relación entre el uso de las redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de primeros semestres del programa de psicología, entendiendo que estas variables están directamente asociadas tanto a las características cognitivas y conductuales del sujeto como al contexto de desenvolvimiento, en este caso universitario, por tanto esta propuesta se enmarcara bajo el enfoque cognitivo conductual, el cual según (Caballo 1997; Citado por Tamez y Cruz 2017) es el modelo psicológico que mejor puede predecir e intervenir tanto pensamientos como conductas asociadas a un contexto o situación específica.

Por otra parte, es importante mencionar que el alcance practico de la propuesta está relacionada a las estrategias que desde la psicología se pueden implementar para mejorar los fenómenos psicosociales del contexto universitario, entendiendo que la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales son variables validas de análisis psicológico, por tanto los procesos investigativos en pro de comprender estos fenómenos representan una oportunidad

para la psicología de ampliar su marco de acción en escenarios tanto individuales como colectivos, sean estos familiares, académicos, laborales o de característica subjetiva como es el caso de las relaciones interpersonales, así como el análisis de las diferentes estrategias que puede implementar la universidad para fomentar la adaptación a su contexto garantizando así la adaptación al contexto, la permanencia y el éxito académico.

Finalmente es importante mencionar que la presente propuesta investigativa está enmarcada desde dos enfoques de la psicología, teniendo en cuenta el contexto en el que se desarrolla el fenómeno que se pretende analizar siendo estos el cognitivo conductual y el social, esto desde lo consultado en la página oficial del Colegio Colombiano de Psicólogos (COLPSIC).

Objetivos

Objetivo General

Analizar la relación existente entre el uso de las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Cúcuta a través del análisis estadístico correlacional.

Objetivos Específicos

Describir el uso de las redes sociales en los estudiantes de una universidad privada de Cúcuta según obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales, esto a través del Cuestionario ARS

Identificar las habilidades sociales de los estudiantes según las sub-escalas de análisis de dos variantes propuesto por Caballo (1987) EMES-C parte cognitiva y EMES-M parte motora.

Describir la relación entre en uso de las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes a través de análisis estadístico por medio del SPSS versión 23.

Marco Referencial

Marco Empírico o Antecedentes

Con el fin de abordar de manera profunda y explicativa la temática a trabajar en la presente propuesta investigativa es importante mencionar algunos estudios que abarcan esta temática en concreto, por tanto, un primer acercamiento es el propuesto por Herrera Pacheco, Lever, y Zavala (2016) quienes en su propuesta de investigación tuvieron como objetivo encontrar si existía relación alguna entre la adicción a Facebook, la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales, para esto utilizaron un diseño no experimental, de tipo transversal. Implementando el cuestionario adaptado de Young (1998, citado en Pulido y Gutiérrez, 2011) en el cual Participaron 63 alumnos de la Universidad Iberoamericana, de los cuales 60.3% eran mujeres y 39.7% hombres, y el mayor porcentaje de edad fue 22 años. El instrumento se complementó con variables sociodemográficas, así mismo se utilizó el cuestionario de Adicción a Facebook para Jóvenes, el Cuestionario de Evaluación de la Autoestima para Alumnos de Enseñanza Secundaria, el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia, la Escala de Depresión Geriátrica.

Así mismo, para Caldevilla (2010) en su investigación titulada Las Redes Sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual en su propuesta investigativa de óptica cualitativa encontraron que el fenómeno de las redes sociales ha revolucionado el concepto de relación social clásica y la inversión en tiempo libre, puesto que en ellas se busca contacto con aquellos con los que se pierde trato, se mantienen amistades, se actualiza acerca de la vida de los demás, y se conoce a gente nueva o incluso se encuentra trabajo. Sin embargo, las redes sociales despiertan un debate en torno a la privacidad, los riesgos de estas nuevas relaciones, la adicción a estar interconectado con cientos de amigos, el descenso de la productividad en el trabajo, etc.

Teniendo en cuenta esto en los resultados se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los adictos y los no adictos a Facebook, lo que permitió ver que existe una relación estadísticamente significativa entre la adicción a Facebook y la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. A partir de ese descubrimiento se dedujo que los adictos a Facebook son más propensos a la depresión, a tener menos habilidades sociales y a mostrar una autoestima más baja

Por otra parte, Liberato y Polín (2016), en su estudio determinaron si existe relación entre el riesgo de adicciones a las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este. Los participantes fueron 350 estudiantes universitarios del primer ciclo, de ambos sexos, cuyas edades oscilaron entre 16 a 20 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (CARS) de Ecurra y Salas (2014) y el Inventario de Adaptación de Conducta (IAC) de De la Cruz y Cordero, adaptado por Ruiz (1995).

Los resultados encontrados mostraron que existe una relación negativa y altamente significativa entre el nivel de riesgo de adicción a redes sociales y adaptación de conducta, así mismo en la dimensión obsesión por las redes sociales y adaptación de conducta se muestra una relación negativa y altamente significativa y finalmente en las dimensiones, falta de control en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales con adaptación de conducta indican una relación negativa y significativa respectivamente.

Así mismo, Fernández (2017) Con el propósito de analizar el comportamiento social y la orientación hacia el cybersexo de los usuarios de la red social Second Life, para identificar ventajas o desventajas de las relaciones sociales que establecen, así como en su estado psicológico, se realizó un estudio de corte etnográfico dentro del mundo virtual Second Life. Se rescataron y analizaron cuatro casos con edad promedio de 40 años (dos de reciente ingreso y dos con una antigüedad mayor a un año), el 100% con experiencia de sexo virtual. Con base en discursos entre el investigador y los sujetos de estudio se analizó si su incursión y permanencia en esta red (promedio 6.5 horas diarias) puede interpretarse como fortaleza o debilidad para su vida. Bajo la advertencia de que la incursión recurrente a cualquier red social puede interpretarse como un problema de conducta. El análisis incluyó el cybersexo como una de las búsquedas realizadas con frecuencia.

De igual manera, de Sánchez de Mera y Lázaro (2017) analizaron en su proceso investigativo cómo se desarrollan las habilidades sociales en adolescentes mediante el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación y si la adicción derivada del uso de servicios de mensajería tal como WhatsApp puede mejorar la capacidad que tienen para mejorar sus habilidades sociales. Se presenta un estudio de caso cuya muestra es un grupo de estudiantes de la ESO de varios institutos de la Comunidad de Madrid. Mediante el análisis

cuantitativo de los datos obtenidos se ha comprobado que no existe una relación directa entre los elementos que se estudiaron y por tanto los resultados mostraron que, al contrario de como se creía en la hipótesis inicial, no existe una relación directa entre las variables estudiadas. Entre las causas de este hecho se establece la necesidad de ampliar la muestra para encontrar todos los niveles de adicción al Whatsapp y de habilidades sociales.

Por otro lado, Alvarez, Amaya y Rauda (2016) Identificaron la influencia que ejercen las redes sociales en el proceso de socialización de los estudiantes de primer año de bachillerato del Instituto Nacional de San Bartolo, identificando y describiendo el uso y la forma en que las redes sociales afectan la interacción social, los participantes fueron 290 estudiantes de ambos sexos y de diferentes especialidades de primer año, que hacen uso frecuente de las redes sociales, seleccionados con el tipo de muestreo intencional, la investigación se realizó bajo el diseño de campo con un nivel de profundidad descriptivo que permitió analizar como es y se manifestó el fenómeno, teniendo un enfoque cuantitativo, el cuestionario, guías de observación y la escala de expresión social parte cognitiva, fueron los instrumentos utilizados para descubrir que las redes sociales son utilizadas principalmente para estar en contacto con amigos y conocidos, la edad promedio de iniciación en las redes fueron los 12 y 13 años, la red más utilizada fue Facebook, los efectos negativos encontrados fueron inadecuada administración del tiempo, baja inteligencia emocional y problemas de comunicación.

En este sentido, Damas y Escobedo (2017) determinaron la relación de adicción a las redes por internet y la afectación en las habilidades sociales: asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones en adolescentes. La muestra estuvo constituida por 220 adolescentes de primero a quinto de secundaria. Para la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos: El cuestionario de Adicción a las Redes Sociales elaborado por Ecurra y Salas

(2014) y el Test de Evaluación de las Habilidades sociales elaborado por el MINSA y el Instituto de Salud Mental Honorio Delgado (1998), citado por Bravo y Terrones (2017). La información obtenida fue procesada y analizada en el programa SPSS versión 21 y presentada en tablas de simple y doble entrada, para determinar la relación entre las variables se utilizó la prueba estadística Chi cuadrado. Concluyendo que: el 25.5% de adolescentes no presentan adicción, el 28.2% presentan adicción leve, el 22.3% adicción moderada y el 24.1% adicción severa. En habilidades sociales, el 57.3% presentó asertividad promedio, el 48.6% comunicación promedio, el 44.1% autoestima promedio y el 78.2% toma de decisiones promedio, existiendo una relación significativa entre adicción a las redes por internet y las habilidades sociales.

Por otra parte, Liberato y Polín , (2016) Analizaron la existencia de adicción a las redes sociales y si dicha adicción está relacionada con la baja autoestima y comunicación familiar en jóvenes universitarios de la Comunidad de Madrid (N=200) de entre 19 y 24 años. Se utilizó una adaptación del cuestionario MULTICAGE CAD-4, la Escala de Autoestima de Rosenberg y el cuestionario de Patrones de Comunicación Familiar-R. Los resultados pueden resumirse en los siguientes puntos: (1) El 53% de la muestra no da indicios en existencia de adicción, distribuyéndose el resto de la población entre las categorías restantes y disminuyendo está según se acerca a una adicción de tipo segura con un 8% de la población estudiada. (2) No hubo relación entre la condición de adicción a las Redes Sociales y las variables baja autoestima y comunicación familiar. Finalmente, se sugiere la necesidad de profundizar en el estudio de que un uso adecuado de las Redes sociales favorezca la autoestima, en el control parental, así como en la formación y alfabetización mediática de los padres y profesores.

Por su parte, Álvarez, Atalaya, Cuzcano, Pequeña, Ecurra, Rodríguez y Delgado (2016) estudiaron la relación entre las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes de una universidad pública y una particular de Lima Metropolitana. Se trabajó con una muestra de 1405 estudiantes universitarios, obtenida a través de un muestreo no probabilístico de tipo intencionado. Los resultados observados indican que existen correlaciones negativas y estadísticamente significativas entre los puntajes totales de la Escala de Habilidades Sociales y los del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales, así como en la mayoría de los factores de ambos instrumentos.

Por otro lado, Padilla y Ortega (2017) determinaron la relación entre la adicción a redes sociales y la sintomatología depresiva en estudiantes de psicología de una Universidad de Lima Norte. Investigación correlacional de corte transversal. Para el análisis estadístico se usó Chi-cuadrado. Se emplearon los siguientes instrumentos: Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y el Inventario de depresión de Beck-Adaptado (BDI-IIA). Un 38.3% de los encuestados reportó un nivel muy alto de adicción a las redes presentando un nivel severo de sintomatología depresiva. Se evidencia una correlación significativa entre las dimensiones de adicción a redes sociales y la sintomatología depresiva. Existe una relación directa en el aumento de los niveles de ambas variables en la muestra estudiada. Asimismo, cursar un ciclo de estudio inicial está asociado a la sintomatología depresiva severa. Las redes sociales podrían estar siendo utilizadas por este grupo poblacional para cubrir la baja autoestima, compensar la carencia de habilidades sociales y el aislamiento usualmente conectado a la sintomatología depresiva.

Por su parte Domínguez y Ybañez, (2016) determinaron la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de una institución

educativa privada. Se realizó un estudio descriptivo correlacional, donde la muestra estuvo representada por 205 estudiantes del 1ero al 5to grado de secundaria. Se utilizaron dos instrumentos: Lista de Chequeo de Habilidades Sociales - Goldstein y Escala de Actitudes hacia las redes sociales. Esta fue adaptada y validada para la población. Se concluye que la adicción a las redes sociales del Internet tiene una relación significativa ($p < .01$) con las habilidades sociales, lo que indica que, a mayor adicción a las redes sociales, se demuestra un bajo nivel de las habilidades sociales en los adolescentes.

En relación a esto Mendoza y Massiel (2017) comparo la adicción de redes sociales en los estudiantes del nivel secundario del colegio Particular Simón Bolívar e Institución Educativa Ofelia Velásquez de Tarapoto, 2016. La muestra fue probabilística por conglomerados o racimos, tuvo como participantes 400 estudiantes 200 de cada institución educativa, de ambos géneros, mayores de 13 años. De diseño no experimental descriptivo de tipo comparativo, Se evaluó la muestra con el cuestionario MEYVA de Mendoza y Vargas, compuesta por 41 ítems. Las propiedades psicométricas de los instrumentos indicaron que son válidos y confiables. Los datos fueron procesados en el paquete estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciencies). En las cuales se pudo ver en los resultados que existe diferencias significativas en los estudiantes del nivel secundario del colegio Particular Simón Bolívar e Institución Educativa Ofelia Velásquez de Tarapoto ($t = -2,497$; $p < .05$).

Así mismo, Rodríguez y Fernández (2014) determinaron si hay diferencias entre grupos de adolescentes de grado 7° de la ciudad de Bogotá, con diferentes tiempos de uso de las redes sociales en problemáticas de tipo internalizante, externalizante, la soledad percibida, el funcionamiento familiar y el sexo. El estudio con diseño ex post facto valoró el efecto del tiempo de uso de redes sociales a tres niveles (bajo, medio y alto) a través de un cuestionario

socio demográfico diseñado para tal fin: el LSRQ, el FACES III, CDI y el YSR. Participaron 96 estudiantes con un rango de edades entre los 11 y 15 años. Se encontró que, entre los participantes con un elevado tiempo de uso de las redes sociales, eran mayores los problemas de tipo externalizante (conducta agresiva, ruptura de reglas y problemas de atención). Se discute la necesidad de que en futuras investigaciones se enfatizen los factores positivos que para el desarrollo de los adolescentes puede tener el uso de las redes sociales a través de Internet. Palabras clave: Internet, redes sociales, adolescentes, conductas internalizantes, conductas externalizantes, cualidades positivas.

De igual forma, Barbosa, Beltrán y Fraile Albarracín analizaron la relación la relación entre impulsividad y la dependencia al internet y el teléfono móvil, en una muestra de 425 estudiantes con edades entre los 12 y 16 años, de los grados séptimo a undécimo de bachillerato de cuatro instituciones de la ciudad de Bogotá; para ello, se aplicaron la Escala de Impulsividad (UPPS), Cuestionarios de Parámetros de uso de internet y celular, así como el Test de dependencia al móvil (TDM) y el Test de dependencia a Internet (TDI).

Finalmente, Cantor, Pérez, y Carrillo, (2018), en su estudio realizado en Norte de Santander bajo el título “ redes sociales e identidad social” interpretaron la identidad social de los adolescentes en cuanto al uso de redes sociales y sus características como nativos digitales, utilizando una metodología cualitativa con enfoque hermenéutico aplicado en la ciudad de Cúcuta en adolescentes escolarizados de 14 a 18 años, concluyendo que las redes sociales son un medio en donde los adolescentes van obteniendo características de dichas plataformas que contribuyen al desarrollo de su identidad social en la era digital.

Marco Teórico

La presente propuesta investigativa se fundamenta en analizar si existe una relación entre el uso de las redes sociales y las habilidades sociales, entendiendo que estas variables están directamente asociadas tanto a las características cognitivas y conductuales del sujeto como al contexto de desenvolvimiento, por tanto el presente marco teórico analizará las dos variables de análisis a la luz de las pretensiones teóricas que se consolidan en torno al uso o adicción de las redes sociales y las habilidades sociales, teniendo en cuenta que los conceptos o constructos teóricos se caracterizan por ser validados tanto histórica como culturalmente. En este sentido las categorías conceptuales que se analizarán son: Habilidades Sociales, Uso de las redes sociales y habilidades sociales y adicción a las redes sociales.

Esto es importante puesto que para Álvarez et al (2016) las tecnologías de información y la comunicación están orientadas a facilitar aspectos de la vida cotidiana como lo son la comunicación y la transmisión de información, ya sea esta documental o multimedia, sin embargo, también puede evidenciarse que su uso indebido puede traer complicaciones relacionadas a la interacción social, el mal uso del tiempo libre y limitación de la expresión de las habilidades sociales, problemáticas cognitivas y conductuales asociadas a fenómenos como la adicción y la obsesión compulsión (Mendoza y Maldonado, 2017).

Así mismo, Montes (2016) argumenta que la adicción a las redes sociales es un fenómeno que afecta en gran medida a los individuos jóvenes puesto que son estos quienes presentan mayor afinidad y gusto por las nuevas tendencias digitales, ya que toda novedad tecnológica se transforma en un instrumento prioritario de placer para el individuo (Becoña, 2006), centrando su interés en aspectos o situaciones concretas de las que les es difícil salir, afectando sus áreas de desenvolvimiento y su capacidad de socialización.

Habilidades Sociales. En este sentido para (Lazarus 1996; Santamarina 1999; Portillo 2001 y Torbay et al 2001), citado por Morales, Benítez y Agustín, (2013) las habilidades sociales son un conjunto de características psicológicas, emocionales y conductuales que expresa el individuo frente a su contexto social, las cuales le permiten un adecuado desenvolvimiento frente a entornos como el familiar, laboral o académico, siempre con el objetivo de favorecer la interacción y mejorar la adaptación frente a un contexto determinado.

Así mismo, Caballo, Salazar, Rivera y Piqueras (2017) describen que las habilidades sociales son todas aquellas conductas evocadas por un individuo en un contexto interpersonal determinado, en el cual expresa sentimientos, actitudes, pensamientos y opiniones dirigidas al cumplimiento de sus deseos. Así mismo las habilidades sociales permiten la resolución de problemas, la toma de decisiones y la metacognición frente a situaciones demandantes en las cuales puedan estar inmersos los individuos (García y Mendez, 2017)

En este sentido Caballo, Salazar, Rivera y Piqueras (2017) indican que las habilidades sociales son el conjunto de estrategias cognitivas y conductuales seleccionadas por la persona según las demandas situacionales o contextuales, las cuales están dirigidas a mediar sobre los diferentes procesos de interacción social, mejorando la capacidad de socialización y la adaptación, siendo las estrategias comúnmente utilizadas la asertividad, la escucha, la empatía y la toma de decisiones.

Esto es importante puesto que la principal función de las habilidades sociales es la de permitir al individuo resolver conflictos de índole interpersonal, razón por la cual son un conjunto de habilidades significativas para el adecuado desenvolvimiento social de los individuos, siendo necesarias para su proceso de adaptación al medio. Por otro lado

Holguín., Higuita y Ceballos (2016) describen que la definición de las habilidades sociales no solo depende de las características funcionales que estas expresan, si no que en su definición debe tenerse en cuenta la etapa evolutiva de quien las evoca puesto que las exigencias y demandas del medio difieren según el grupo etario de los individuos puesto que no es lo mismo hablar de habilidades sociales, en la niñez, la adolescencia o la adultez respectivamente.

Otro aspecto importante a resaltar, es lo propuesto por Hidalgo y Abarca (2000) citado por Gonzales y Menacho (2014) y Braz, Cómodo, Del Prette, Del Prette & Fontaine (2013), quienes indican que las habilidades sociales son adquiridas a través de la experiencia y el aprendizaje, por lo que la niñez y la adolescencia son etapas del ciclo vital importantes para el desarrollo de estas habilidades y su despliegue frente al entorno social. Así mismo, los autores resaltan que las habilidades sociales como atributos cognitivos y conductuales pueden estar sujetas a los refuerzos sociales constantes, los cuales están influidos directamente por las características propias del entorno (Caballo, 1997).

Ahora bien, Catama y Aponte (2017) desde el punto de vista conductual la transición entre la adolescencia y la adultez supone la adquisición de habilidades sociales más complejas, entre las que se encuentran, la toma de decisiones, la comunicación asertiva, la escucha atenta y la empatía como mecanismo de interacción social, entendiendo que los cambios Bio-Piso-Sociales que se expresan en las diferentes etapas del ciclo vital realizan transformaciones significativas del rol de los individuos frente a su contexto social, esto desde el punto de vista personal a través de la percepción del contexto que les rodea, el interaccional en el cual se expresan las relaciones con otros y el social, el cual abarca un complejo sistema de interacciones multivariadas en el individuo.

Razón por la cual, es de vital importancia que los individuos en su adolescencia adquieran adecuadamente habilidades sociales específicas, las cuales le permitan movilizarse y adaptarse adecuadamente en su contexto circundante, consolidando a su vez relaciones interpersonales positivas, acordes tanto a su rol social como al contexto determinado en el cual se desenvuelve (Mejía, Servín, Crisantos, Gonzáles & Gonzáles 2016).

En este sentido es importante que sean definidas cada una de las habilidades sociales que se analizarán en la presente propuesta investigativa, entendiendo lo mencionado por Caballo, Salazar, Rivera y Piqueras (2017) quienes describen que las habilidades sociales están directamente vinculadas a la capacidad de socialización y adaptación de los individuos frente a determinadas situaciones, en este caso particular al uso de las redes sociales y su impacto en diferentes contextos, por tanto para los autores las principales habilidades sociales son la comunicación asertiva, la escucha activa y la empatía,

Teniendo en cuenta esto los autores describen que la comunicación asertiva es la capacidad de expresar de manera adecuada, condescendiente y respetuosa, una idea, pensamiento o juicio frente a una persona o situación concreta, siempre con el ánimo de promover cambios y transformaciones relevantes y significativas frente a un contexto determinado.

Esto es importante puesto Caballo (1986) citado por Goroskieta (2008) resalta que la comunicación asertiva permite a los individuos afrontar de manera adecuada los conflictos, mejorando las condiciones de convivencia, y promoviendo armónicamente los procesos de interacción social de los individuos, tal y como lo describe Bonilla y Guachilema (2016) quienes resaltan a la comunicación asertiva como uno de los principales atributos

psicológicos y verbales inmersos en la socialización, el alcance de metas y la configuración de ambientes y contextos provistos de un clima acorde para la interacción.

Por otra parte, en relación a las habilidades sociales Caballo, Salazar, Rivera & Piqueras (2017) expresan que la escucha activa es una técnica comunicacional en la cual se percibe de manera profunda y objetiva las expresiones verbales del otro, esto con el fin de reconocer y codificar los pensamientos e ideas que se quieren transmitir a través del acto comunicativo. En otras palabras, la escucha activa es la capacidad que tienen los individuos de focalizar la atención en una expresión verbal específica, con el fin de comprender el mensaje, codificarlo y evocar una respuesta coherente y armónica a las necesidades, sugerencias y peticiones de los demás.

Así mismo, Yerena y Pérez (2016) resaltan que la escucha activa implica un mecanismo de aprendizaje en el cual están inmersos factores como la atención, la percepción y la memoria, aspectos que contribuyen a la adecuada comprensión de los mensajes que se quieren transmitir a través de la comunicación verbal, esto con el fin de entenderla, analizarla, sintetizarla, criticarla, cuestionarla, e incorporarla o no, según el caso y la situación en particular en la cual se presentan dichos mensajes.

Ahora bien, autores como Caballo, Salazar, Irurtia, Olivares y Olivares, (2014) expresan que otra habilidad social importante para el adecuado proceso interaccional es la empatía entendida como la capacidad de entender las emociones y sentimientos de otros. Esto es importante puesto que la empatía permite al individuo interiorizar, sentimientos, ideas y pensamientos, mejorando la capacidad de interacción social y promoviendo otros atributos como la comunicación, la escucha y el asertividad en cuanto a comportamiento y emociones se refiere.

Así mismo, es importante mencionar la postura de Dongil y Cano (2014) quienes argumentan que las habilidades sociales se dividen en tres dimensiones importantes: 1). Dimensión Conductual; 2). Dimensión personal y Dimensión Situacional. Frente a esto los autores indican que la dimensión conductual se compone de todos los comportamientos que expresa un individuo en el entorno en el cual se encuentra inmerso, esto desde el punto de vista de la interacción, la comunicación, la toma de decisiones y la resolución de conflictos.

Así mismo, en cuanto a la dimensión personal se refieren al conjunto de características y atributos individuales que los sujetos manifiestan frente al entorno y situaciones determinadas, a través de los sentimientos, las emociones, las ideas y las creencias frente a fenómenos específicos. Finalmente, en lo relacionado a la dimensión Situacional, se resalta que las habilidades están enfocadas directamente a la comprensión de las diversas situaciones, modelos de afrontamiento, capacidad de análisis contextual, toma de decisiones y solución de posibles conflictos, puesto que las relaciones interpersonales y la interacción son el eje fundamental de esta dimensión.

Uso y Adicción de las Redes Sociales. El uso y adicción de las redes sociales ha sido motivo de interés creciente en los últimos años, entendiendo el auge e impacto de las TIC, los teléfonos celulares y el internet está en constate aumento, en este sentido autores como (Echeburúa, Labrador y Becoña, 2009 y Peñaherrera, Campoverde y Hidalgo 2017) resaltan que aún es tema de discusión, sobre si el uso constante de las redes sociales o el internet pueda ser considerado un trastorno adictivo, entendiendo que la clasificación de signos y síntomas de los diferentes trastornos de la conducta aun no contempla este tipo de adicciones desde el punto de vista clínico, con el cual se analizan e intervienen los demás tipos de adicción actualmente clasificados.

Sin embargo, autores como Escurra y Salas (2014) describen que en la actualidad se puede evidenciar que tanto niños, adolescentes y adultos son susceptibles a desarrollar conductas y manifestaciones adictivas frente a las redes sociales, resaltando que entre las manifestaciones clínicas de la adicción se encuentran los comportamientos impulsivos, como hiperactividad o alerta relacionada a las notificaciones de los equipos celulares o Smartphones, interacción constante a través de las redes sociales en situaciones poco adecuadas, descuido de actividades importantes entre las que se encuentran actividades laborales, académicas o emocionales entre otras, lo cual genera sintomatología ansiosa, impulsiva o irritable, aspectos clínicos que pueden suscitar un nivel de dependencia en el individuo.

Esto es importante puesto que autores como (Marks, 1990; Fredy, 2001 y Potenza, 2006) resaltan que las adicciones de índole psicológico suelen caracterizarse por comportamientos estereotipados y repetitivos, los cuales el sujeto pasa por alto, pero que generan un fuerte deseo y ansiedad, resultando significativamente placenteros una vez que son complacidos los deseos del sujeto.

Frente a esto Montes (2016) resalta que inicialmente, las conductas de adicción a las redes sociales empiezan como hábitos sutiles que poco a poco van tomando una connotación conductual mucho más marcada, la cual solo puede ser satisfecha a través de un uso constante, lo cual poco a poco se va tornando en un círculo vicioso de conducta adictiva, puesto que en la búsqueda del placer se recurre al uso constante del estímulo que lo genera, antes te caso las redes sociales, dando paso a un comportamiento plenamente adictivo Villanueva, Feced, Calvo y Barranco, (2017).

En este sentido las redes sociales pueden ser entendidas como herramientas dirigidas a facilitar y promover la comunicación entre los individuos, por tanto desde esta óptica la comunicación debería ser una de las principales fortalezas en el siglo XXI, tal y como lo mencionan autores como Barrio y Reyes (2017) quienes indican que las redes sociales fueron en un primer momento pensadas como mecanismos de interacción humana a través de un entorno virtual, esto con el fin de transmitir información, compartir mensajes, datos fotografías y demás elementos informativos que permitieran al individuo estar conectado positivamente tanto con su entorno circundante como con otras personas, ya sean estos amigos, compañeros de trabajo o familiares.

Sin embargo, un elemento que inicialmente fue pensado de manera positiva y proactiva a contribuido negativamente en el contexto social, generando una serie de problemáticas que irradian múltiples áreas de desenvolvimiento humano, siendo paradójicamente una solución iatrogénica, ya que en vez de mejorar la comunicación a creado barreras comunicacionales cada vez más notorias.

Tal y como lo describe Delgado, Ecurra, Atalaya, Constantino, Cuzcano, Rodríguez y Álvarez, (2016) quienes en investigaciones psicológicas recientes han encontrado que el uso constante de las redes sociales ha afectado significativamente la capacidad de los individuos de relacionarse adecuadamente con los demás, notándose un grave deterioro en cuanto a las habilidades sociales se refiere, puesto que los autores indican que habilidades como la atención selectiva, la escucha activa y la comunicación asertiva, son algunos de los atributos que se han ido perdiendo con el paso de los años y la incursión de las redes sociales en los hábitos de vida cotidianos.

Frente a esto Santamaría, Catalán y Macías (2016) resaltan que son cada vez más los individuos que emocionalmente se ven afectados por el uso excesivo de las redes sociales, puesto que su uso inapropiado afecta significativamente la capacidad de expresión emocional entre los individuos, ya que aspectos importantes como el contacto visual, la escucha atenta, la imaginación, creatividad y tiempo de calidad es cada vez más reducido, llegando al punto de interactuar más a través de medios virtuales que físicos, lo que a la larga genera un distanciamiento importante a nivel emocional y conductual entre el individuo y el medio que le rodea.

Esto es importante porque esta problemática no solo sucede en el terreno emocional, ya que el contexto familiar, laboral y educativo también se han visto sumamente afectados por el mal uso que le dan los individuos a las redes sociales tal y como lo menciona Peñaherrera, Campoverde y Hidalgo (2017) quienes resaltan que los individuos que dan un uso excesivo y prolongado uso a estas herramientas suelen ser poco sociables, limitadamente productivos y normalmente son los que en mayor medida experimentan problemáticas relacionadas a la atención, la percepción, la memoria y el aprendizaje en cuanto a contextos educativos se refiere.

Otro aspecto importante es que a nivel individual su uso constante puede estar asociado a patrones de comportamiento dependientes y obsesivos lo que puede ser entendido como una característica propia de una manifestación adictiva, puesto que Montes (2016) manifiesta que todo aquello que genera placer e interés difícilmente controlable y que afecta directamente la calidad de vida y el adecuado desenvolvimiento personal y social puede ser considerado una adicción, tal y como sucede con las redes sociales en la actualidad.

Por tanto, Moll y Odriozola, (2014) citado por Montes (2016) desde un punto de vista global indican que el uso indiscriminado a las redes sociales o su adicción si es preciso debe considerarse un problema de salud pública, el cual debe ser abordado desde la multidisciplinariedad puesto que sus repercusiones se extrapolan a todas las áreas de desenvolvimiento personal del individuo tal como se mencionó anteriormente , siendo estas el área personal, familiar, laboral o académica, afectando directamente la capacidad de interacción de comunicación, de escucha y de atención frente a las situaciones presentes en la realidad, las cuales en muchos casos son obviadas, minimizadas o por el contrario maximizadas a través de las redes sociales, puesto que no es un secreto que la realidad que se percibe virtualmente en muchos casos supera en importancia a la realidad situacional y contextual en la cual está inmerso el individuo.

Finalmente, desde el modelo cognitivo conductual se puede dar solución a la problemática manifestada, entre el uso de las redes sociales y las habilidades sociales, entendiendo que el uso desproporcionado de las redes sociales puede afectar significativamente habilidades como la comunicación, la escucha y la empatía Caballo (1986) sin embargo elaborar estrategias de entrenamiento y hábitos conductuales de uso apropiado de estas habilidades puede contribuir al mejoramiento de la dinámica interaccional de los individuos, esto desde las dimensiones conductual, personal y situacional, tal y como lo describe Dongill y Cano (2014) quienes indican que ciertos hábitos, pautas y destrezas sociales pueden influir positivamente en la capacidad de interacción de los individuos frente a su entorno social, por tanto ejecutar acciones dirigidas a fomentar esquemas de pensamiento proactivo frente a la interacción social, permitirá a los individuos mejorar su capacidad de interacción, frente al uso de habilidades sociales de primer orden, como lo son la

comunicación, la escucha y la empatía, abriendo la posibilidad de mejorar en el proceso habilidades secundarias como la resolución de conflictos y la toma de decisiones (Caballo, Salazar, Rivera & Piqueras 2017).

Marco Conceptual

A continuación, se definirán los principales conceptos relacionados a la presente propuesta investigativa, esto con el fin de delimitar teóricamente cada una de las variables de análisis que se tendrán en cuenta durante el proceso de investigación, en este sentido se expondrán los principales autores y teóricos principales que han abordado la problemática de interés que se pretende estudiar.

Redes sociales. Para Pedrero, Ruíz, Rojo, Llanero, Pedrero, Morales, & Puerta, (2017) las redes sociales son comunidades virtuales en las cuales los individuos pueden interactuar, compartir información y estar actualizados sobre las situaciones específicas de un contexto determinado. Por otro lado, Peñaherrera, Campoverde y Hidalgo (2017) mencionan que las redes sociales son estructuras virtuales que permiten la comunicación, el traspaso de datos y la interacción en tiempo real de personas o entidades a través de una plataforma orientada a la vinculación constante de actores sociales variados.

Habilidades Sociales. Las Habilidades sociales para Goldstein, Sprefkin, Gershaw & Klein (1989) son un conjunto de atributos individuales que facilitan y promueven a interacción social de los individuos con sus pares, en este sentido están encaminadas a mejorar la capacidad de comunicación, escucha, toma decisiones y empatía.

Así mismo, Casados (2002) describe que las habilidades sociales con competencias que tienen los individuos en el terreno emocional y conductual, las cuales le permiten al individuo

interpretar las situaciones y contextos en los que se encuentra inmerso, mejorando así su capacidad de interacción con el medio que le rodea.

Adicción a las redes sociales. Para Echeburúa y De Corral, P. (2010). la adicción a las redes sociales son la vinculación emocional y conductual a las aplicaciones virtuales de mensajería instantánea, las cuales limitan la capacidad del individuo de poder desenvolverse adecuadamente en su entorno circundante, descuidando aspectos como la comunicación, la escucha y el desarrollo de actividades específicas como el trabajo, los estudios o las relaciones personales.

De igual manera, Montes (2016) menciona que la adicción a las redes sociales son un fenómeno multifactorial que posibilita la aparición de diversas problemáticas relacionadas a la interacción social, las habilidades sociales y el aprendizaje, razón por la cual se considera un problema de tipo psicológico, emocional y conductual.

Marco Legal

La presente propuesta de prácticas estará regida por las leyes y reglamentos del Marco Normativo de la Ley General de Educación ley 115 de 1994, la Ley de Educación Superior ley 30 de diciembre 28 de 1992 y la Ley número 1090 de 2006 Código deontológico del psicólogo; de los cuales serán definidos a continuación en sus capítulos y artículos más relevantes a la temática trabajada.

Ley General de Educación Superior (Ley 115 de 1994). En el artículo 1o. Objeto de la ley, que define la educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos, y de sus deberes. La presente Ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las

necesidades e intereses de la persona, de la familia y de la sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público.

De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, se define y desarrolla la organización y la prestación de la educación formal en sus niveles preescolar, básica (primaria y secundaria) y media, no formal e informal, dirigida a niños y jóvenes en edad escolar, a adultos, a campesinos, a grupos étnicos, a personas con limitaciones físicas, sensoriales y psíquicas, con capacidades excepcionales, y a personas que requieran rehabilitación social.

Ley de Educación Superior (Ley 30 de diciembre 28 de 1992). Artículo 1° La Educación Superior es un proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, se realiza con posterioridad a la educación media o secundaria y tiene por objeto el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica o profesional.

Artículo 2° La Educación Superior es un servicio público cultural, inherente a la finalidad social del Estado.

Artículo 3° El Estado, de conformidad con la Constitución Política de Colombia y con la presente Ley, garantiza la autonomía universitaria y vela por la calidad del servicio educativo a través del ejercicio de la suprema inspección y vigilancia de la Educación Superior.

Artículo 4° La Educación Superior, sin perjuicio de los fines específicos de cada campo del saber, despertará en los educandos un espíritu reflexivo, orientado al logro de la autonomía personal, en un marco de libertad de pensamiento y de pluralismo ideológico que tenga en cuenta la universalidad de los saberes y la particularidad de las formas culturales existentes en el país. Por ello, la Educación Superior se desarrollará en un marco de libertades de enseñanza, de aprendizaje, de investigación y de cátedra.

Artículo 5° La Educación Superior será accesible a quienes demuestren poseer las capacidades requeridas y cumplan con las condiciones académicas exigidas en cada caso.

Código deontológico del psicólogo Ley número 1090 de 2006. Artículo 1°. Definición.
La Psicología es una ciencia sustentada en la investigación y una profesión que estudia los procesos de desarrollo cognoscitivo, emocional y social del ser humano, desde la perspectiva del paradigma de la complejidad, con la finalidad de propiciar el desarrollo del talento y las competencias humanas en los diferentes dominios y contextos sociales tales como: La educación, la salud, el trabajo, la justicia, la protección ambiental, el bienestar y la calidad de la vida. Con base en la investigación científica fundamenta sus conocimientos y los aplica en forma válida, ética y responsable en favor de los individuos, los grupos y las organizaciones, en los distintos ámbitos de la vida individual y social, al aporte de conocimientos, técnicas y procedimientos para crear condiciones que contribuyan al bienestar de los individuos y al desarrollo de la comunidad, de los grupos y las organizaciones para una mejor calidad de vida.

Es fundamental que siempre en el contexto educativo se debe tener conocimientos en las normatividades establecidas a nivel internacional, nacional, departamental, regional e institucional en cuanto al manejo de las Tic al interior de los contextos educativos.

Artículo 1°. Objeto. La presente ley determina el marco general para la formulación de las políticas públicas que regirán el sector de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones, su ordenamiento general, el régimen de competencia, la protección al usuario, así como lo concerniente a la cobertura, la calidad del servicio, la promoción de la inversión en el sector y el desarrollo de estas tecnologías, el uso eficiente de las redes y del espectro radioeléctrico, así como las potestades del Estado en relación con la planeación, la gestión, la administración adecuada y eficiente de los recursos, regulación, control y vigilancia del mismo y facilitando el libre acceso y sin discriminación de los habitantes del territorio nacional a la Sociedad de la Información.

Artículo 6°. Definición de TIC. Las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (en adelante TIC), son el conjunto de recursos, herramientas, equipos, programas informáticos, aplicaciones, redes y medios, que permiten la compilación, procesamiento, almacenamiento, transmisión de información como voz, datos, texto, video e imágenes.

Artículo 39. Articulación del plan de TIC. El Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones coordinará la articulación del Plan de TIC, con el Plan de Educación y los demás planes sectoriales, para facilitar la concatenación de las acciones, eficiencia en la utilización de los recursos y avanzar hacia los mismos objetivos.

Apoyará al Ministerio de Educación Nacional para:

Fomentar el emprendimiento en TIC, desde los establecimientos educativos, con alto contenido en innovación.

Poner en marcha un Sistema Nacional de alfabetización digital.

Capacitar en TIC a docentes de todos los niveles.

Incluir la cátedra de TIC en todo el sistema educativo, desde la infancia.

Ejercer mayor control en los cafés Internet para seguridad de los niños.

Marco Contextual

La presente propuesta investigativa se desarrollara al interior de la Universidad Simón Bolívar es una institución de educación Superior sin ánimo de lucro, dedicada a la formación integral en los campos de las ciencias, las humanidades y la tecnología; al desarrollo de la investigación científica, la internacionalización y la promoción del desarrollo humano, cultural e ideológico, fundamentada en el ideario del Libertador Simón Bolívar de un ser ético, culto, autónomo y líder, constructor de una sociedad democrática, justa, solidaria y sostenible. Está ubicada en la Cl. 15 #142, barrio la playa Cúcuta, Norte de Santander.

Diseño Metodológico

La metodología utilizada para la presente propuesta investigativa está enmarcada bajo los principios empíricos y metodológicos ofrecidos por Hernández, Fernández y Baptista (2010); A continuación, se definirán cada uno de los apartados específicos a tener en cuenta durante el proceso investigativo:

Enfoque Investigativo

La presente propuesta investigativa se llevará a cabo a través de un enfoque Cuantitativo, puesto que se pretende describir las habilidades sociales y el uso de redes sociales de estudiantes adscritos a una Universidad de Cúcuta Norte de Santander.

Tipo de estudio. Se seleccionó un tipo de estudio descriptivo-correlacional ya que el objetivo investigativo está orientado a establecer la relación existente entre dos variables de análisis, **Variable 1:** Uso de Redes Sociales y **Variable 2:** Habilidades Sociales. Este proceso será realizado a través de la prueba estadística Pearson, y análisis descriptivo de frecuencias y tablas de contingencia o cruce de variables.

Diseño de Investigación

Para la presente investigación se contempló el diseño No Experimental debido a que en este estudio no se tiene control sobre las variables a analizar ya que son intrínsecas a la población objeto de estudio.

Corte Investigativo. Se seleccionó para esta investigación un Corte transversal puesto que la recolección de los datos se ubica en un momento único en la línea del tiempo, específicamente segundo periodo del año 2018.

Población

Teniendo en cuenta las necesidades y limitaciones propias del contexto a intervenir junto a las variables externas se contempla inicialmente el trabajo con estudiantes universitarios del programa de psicología en edades comprendidas entre los 17 y los 25 años, entre los cuales habrá hombres y mujeres; A continuación, se describirá la proporción porcentual de la población objeto de estudio:

Semestre	N Total de Estudiantes	N Por Muestreo
Primer Semestre	35	26
Segundo Semestre	67	48
Tercer Semestre	51	40
Total	153	114

Tipo de Muestreo. Se utilizó para la presente propuesta investigativa el tipo de muestreo probabilístico aleatorio simple a 95% de confianza teniendo en cuenta que la población seleccionada son estudiantes de primero, segundo y tercer semestre del programa de psicología.

Alfa de Cronbach y consistencia interna de los ítems de un instrumento de medida.

Welch y Comer (1988) describen que el método de consistencia interna basado en el alfa de Cronbach permite estimar la fiabilidad de un instrumento de medida a través de un conjunto de ítems que se espera que midan el mismo constructo o dimensión teórica, en este sentido mencionan que cuando un instrumento en su construcción y validación estadística presenta un alfa de Cronbach cercano a 1 mayor es la consistencia interna de los ítems analizados.

Teniendo en cuenta esto durante la presente propuesta investigativa se pretende validar el **Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)** que en el contexto peruano presento un Alfa de 0.95 y que frente al análisis de construcción de cada una de las preguntas no difiere en cuanto a constructo y contenido, lo cual no afecta la interpretación de los ítems por parte de los lectores de la prueba, por tanto según George y Mallery (2003, p. 231) cuando se

pretende validar una prueba a un contexto diferente del que fue realizado se debe tener en cuenta tanto su puntaje en el alfa como la construcción de los ítems, sin embargo indican que cuando el lenguaje y construcción de los ítems (constructo y contenido) son comprensibles por los nuevos sujetos de prueba y corresponden adecuadamente al lenguaje empleado por la prueba original, simplemente debe ser validado a través de prueba estadística de confiabilidad, lo que sugiere que los ítem originales no deben ser alterados para la aplicación de pruebas piloto.

Ahora bien, desde el punto de vista de la validación por juicio de expertos Corral de Franco (2009) describe que para análisis estadísticos de consistencia interna o Alfa de confiabilidad son necesarios los aportes de mínimo 3 expertos.

Instrumentos

Para la presente propuesta investigativa se realizará a partir de la aplicación de instrumentos de índole cuantitativa los cuales serán analizados a través del paquete estadístico de las ciencias sociales SPSS V23. A continuación se definirán los instrumentos que se implementarán para el proceso investigativo:

Escala Multidimensional EMES de Expresión Social. La Escala Multidimensional EMES de Expresión Social, de Caballo (1987), tiene como objetivo la evaluación de la habilidad social. La Escala Multidimensional de Expresión Social se centra en dos tipos de conductas producidas en las situaciones de relación social:

Conductas motoras (EMES-M)

Conductas cognitivas (EMES-C)

Sin embargo, es importante mencionar que la presente investigación busca analizar las habilidades sociales de primer orden, razón por la cual se utilizara el apartado de conductas motoras EMES-M de 64 Items.

Cuestionario Diagnóstico de la adicción a las redes sociales. El Cuestionario Diagnóstico de la adicción a las redes sociales creado por Martínez (2011) y adaptado por Mayaute y Blas (2014) El cuestionario está formado por 24 preguntas las cuales buscan evaluar el nivel de adicción, tipos de adicción y factores de vulnerabilidad como baja autoestima, timidez, dificultad de estar solo, bajo control de impulsos, dificultad en las relaciones interpersonales y deseo de construir una red de amigo. El cuestionario posee alta fiabilidad ya que la autora se basó en normas de psicometría para elaborarlo.

Hipótesis

Hipótesis Nula. No existe relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes.

Hipótesis Alterna. Existe relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes

Resultados

Datos Sociodemográficos

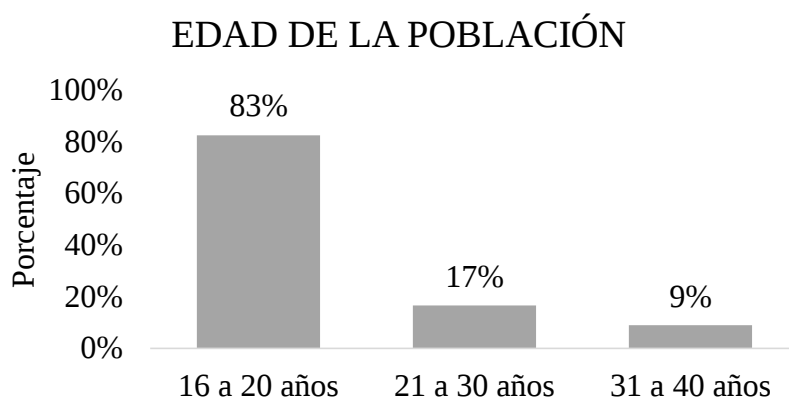


Figura 1. Edad

El total de la población es de 114 Estudiantes (100%) de los cuales el 83% se encuentran en un rango de edad entre los 16 y los 20 años, así mismo el 17% corresponde a los estudiantes en edades entre los 21 y los 30 años y finalmente el 9% hace referencia a los estudiantes con edades entre los 31 y los 40 años.

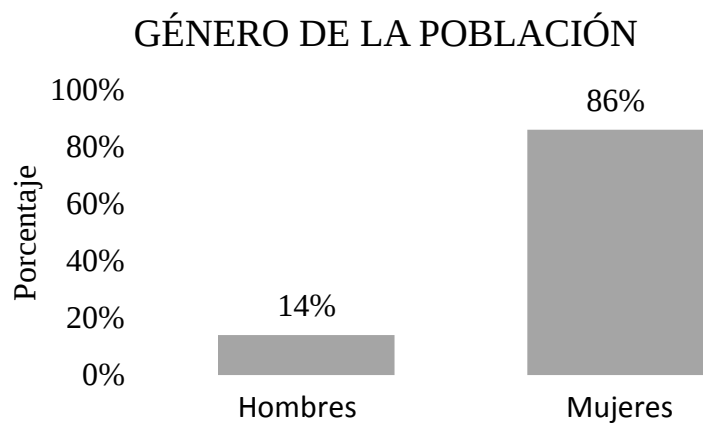


Figura 2. Género

El total de la población es de 114 Estudiantes (100%) de los cuales el 14% pertenecen al género femenino y el 86% pertenece al género masculino.

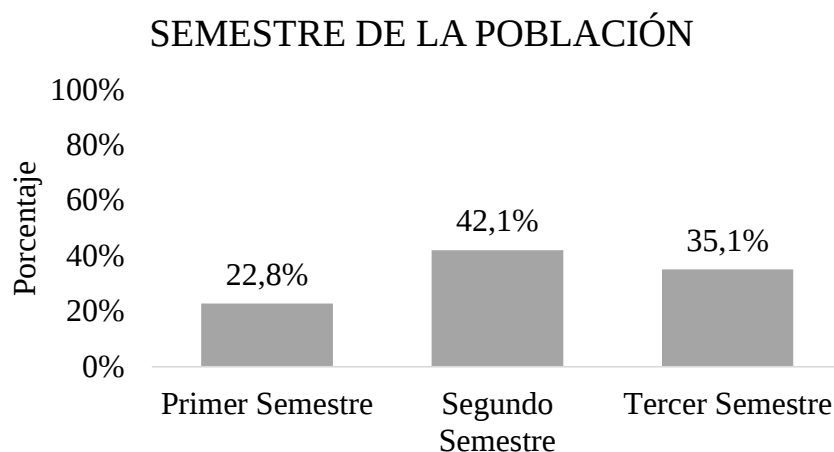


Figura 3. Semestre de la Población

El total de la población es de 114 Estudiantes (100%) de los cuales el 22,8% son de primer semestre, el 42,1% de segundo semestre y finalmente el 35,1% de tercer semestre respectivamente.

Objetivo 1. Habilidades sociales

Tabla 1.

Promedio de las habilidades sociales Prueba Cognitiva

FACTORES COGNITIVOS ASOCIADOS A LAS HABILIDADES SOCIALES		
FACTOR	PROMEDIO	RESULTADO
FACTOR 1	14,6	Bajo
FACTOR 2	5,8	Bajo
FACTOR 3	5,6	Moderado
FACTOR 4	6,4	Moderado
FACTOR 5	5,5	Bajo
FACTOR 6	3,9	Bajo
FACTOR 7	5,1	Bajo
FACTOR 8	4,3	Bajo
FACTOR 9	4,7	Bajo
FACTOR 10	4,2	Bajo
FACTOR 11	3,1	Bajo
FACTOR 12	3,3	Bajo

En la tabla se aprecian los valores correspondientes a los promedios por factor (12 factores) de la prueba de habilidades sociales parte cognitiva encontrando que los factores 1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 y 12 presentan una expresión baja, frente a los factores 3 y 4 que presentan una expresión moderada.

Tabla 2.

Promedio de las habilidades sociales Prueba Motora

FACTORES MOTORES ASOCIADOS A LAS HABILIDADES SOCIALES		
FACTOR	PROMEDIO	RESULTADO
FACTOR 1	14,9	Moderado
FACTOR 2	16,5	Moderado
FACTOR 3	7,0	Moderado
FACTOR 4	10,6	Moderado
FACTOR 5	8,7	Moderado
FACTOR 6	10,5	Moderado
FACTOR 7	4,1	Bajo
FACTOR 8	7,5	Moderado
FACTOR 9	5,5	Moderado
FACTOR 10	5,4	Moderado
FACTOR 11	3,5	Moderado
FACTOR 12	2,9	Moderado

En la tabla se aprecian los valores correspondientes a los promedios por factor (12 factores) de la prueba de habilidades sociales parte Motora encontrando que los factores: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11 y 12 se expresan de manera moderada a nivel general, mientras que el factor 7 se expresa de manera baja.

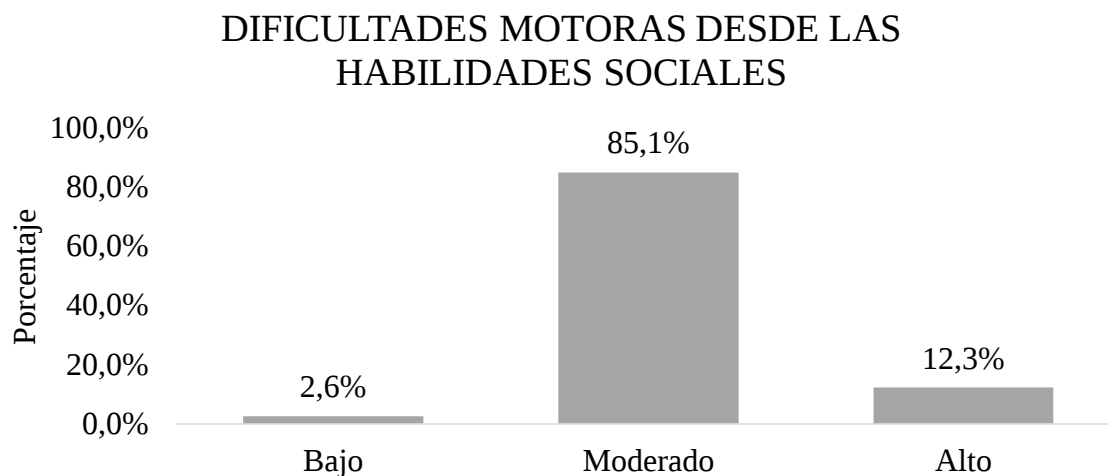


Figura 6. Dificultades motoras en las habilidades sociales

El total de la población es de 114 Estudiantes (100%) de los cuales el 2,6% presenta bajas dificultades motoras desde las habilidades sociales, frente al 85,1% que presenta moderadas dificultades y el 12,3% de los estudiantes que presentan dificultades motoras altas.

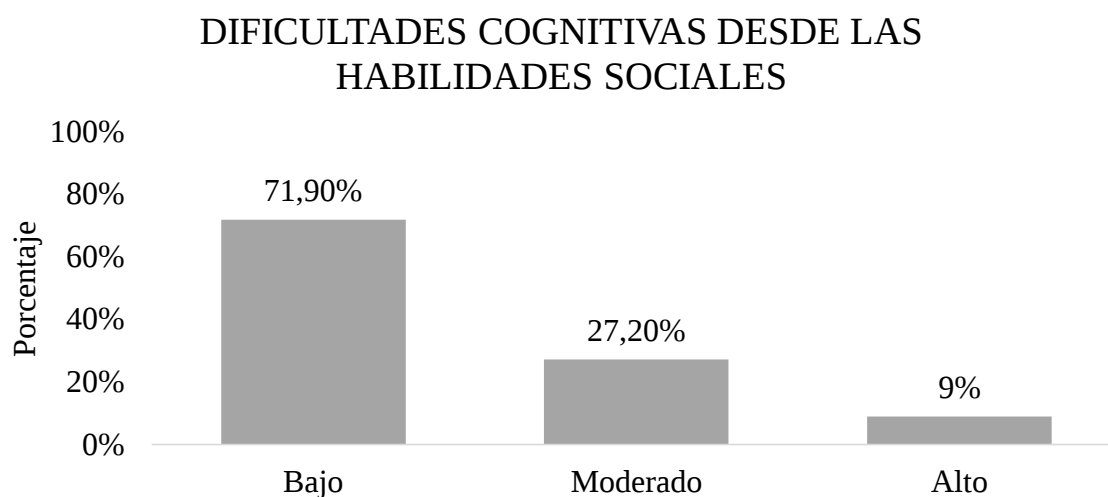


Figura 7. Dificultades cognitivas en las habilidades sociales

El total de la población es de 114 Estudiantes (100%) de los cuales el 71,9 % presenta bajas dificultades cognitivas desde las habilidades sociales, frente al 27,2% que presenta moderadas dificultades y el 9% de los estudiantes que presentan dificultades cognitivas altas.

Objetivo 2. Adicción a las Redes Sociales

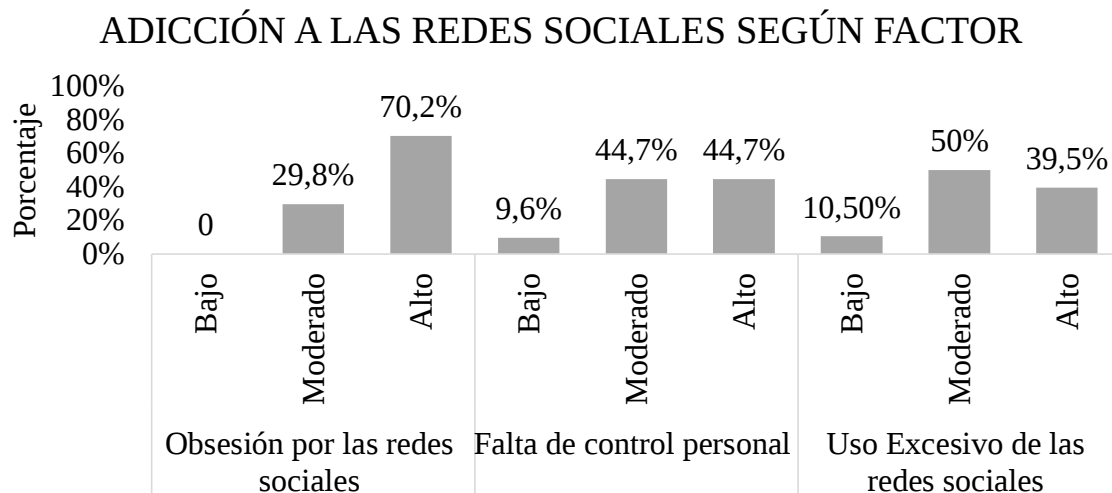


Figura 8. Adicción a las redes sociales según sub-escala

El total de la población es de 114 Estudiantes (100%) de los cuales en cuanto al factor 1: Obsesión por las redes sociales el 0% presento baja obsesión, el 29,8% manifestó moderada obsesión, por último, el 70,2% indico presentar alta obsesión por las redes sociales. Por otro lado, en cuanto al factor 2: Falta de control personal el 9,6% presento bajo control, el 44,7% indico moderada falta de control y el 44,7% alta falta de control personal. Finalmente, en lo relacionado al factor 3: Uso excesivo de las redes sociales el 10,5% indico bajo uso excesivo, frente al 50% que manifestó moderado uso excesivo con relación al 39% de los estudiantes quien presentan alto uso excesivo de las redes sociales

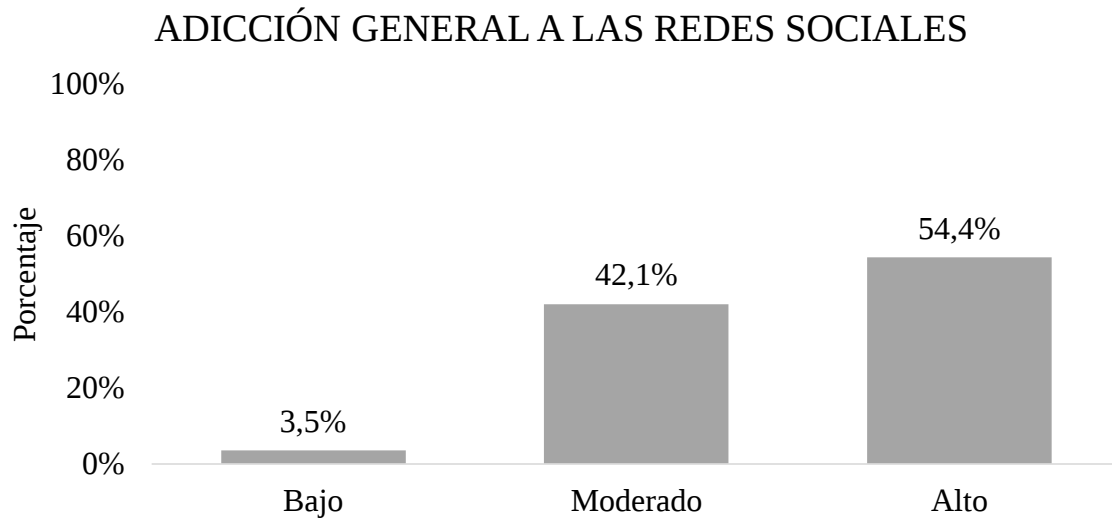


Figura 9. Adicción a las redes sociales en los estudiantes de psicología

El total de la población es de 114 Estudiantes (100%) de los cuales el 3,5% presenta baja adicción por las redes sociales frente al 42,1% que presenta moderada adicción y finalmente el 54,4% que presenta alta adicción a las redes sociales.

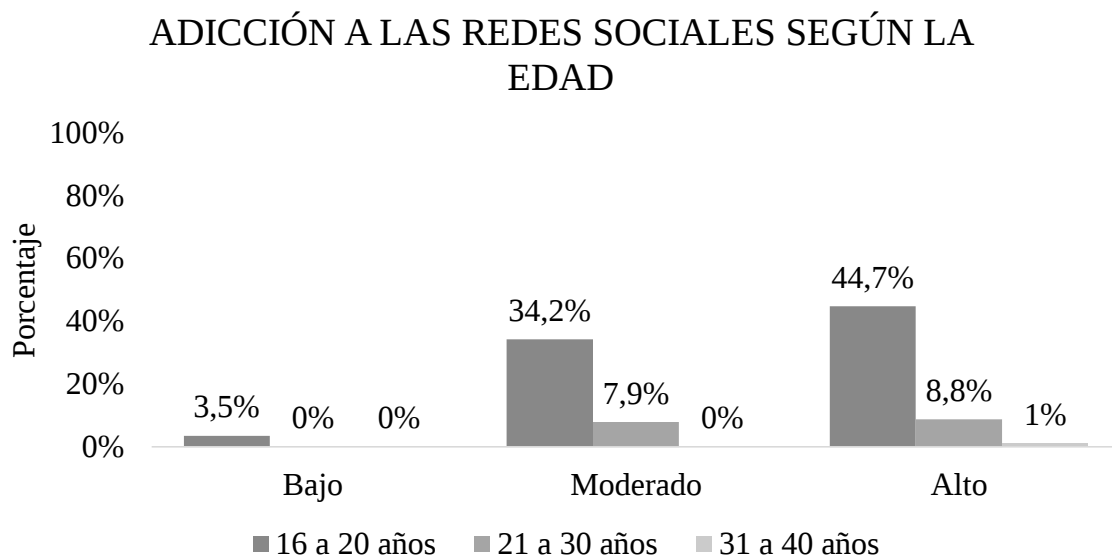


Figura 10. Adicción a las redes sociales según la edad

El total de la población es de 114 Estudiantes (100%) de los cuales en cuanto a baja adicción el 3,5% de los estudiantes tiene entre 16 y 20 años, así mismo en lo referente a la

adicción moderada se encuentra que el 34,2% tienen edades entre los 16 y los 20 años, frente al 7,9% quienes tienen edades comprendidas entre los 21 y los 30 años, del mismo modo en lo referente a la alta adicción por las redes sociales el 44,7% de los estudiantes tienen entre 16 y 20 años frente al 8,8% quienes tienen entre 21 y 30 años y el 1% de los estudiantes que supera los 30 años de edad.

Objetivo 3. Relación entre la adicción a redes sociales y habilidades sociales.

Tabla 3.

Correlación habilidades sociales componente Motor Vs Adicción a Redes Sociales

ANÁLISIS DE CORRELACIÓN		Adicción a las redes sociales
Habilidades motoras	Correlación de Pearson	-0,251**
	Sig. (bilateral)	,007

Análisis de Correlación. Se encuentra que SI existe relación estadística entre la adicción a redes sociales y las habilidades sociales desde el componente motor ya que la significancia es menor < 0.05 siendo (0.007). Por otra parte, se resalta que el coeficiente de correlación es de (- 0,251) lo que indica una correlación negativa baja. Este tipo de correlación expresa que a mayor adicción a las redes sociales menor será la expresión de las habilidades sociales motoras en los estudiantes, sin embargo, la fuerza en esta correlación es baja.

Tabla 4.

Regresión lineal Modelo predictivo Frente a la Correlación

Resumen del modelo				
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,251 ^a	0,063	,055	19,899

Análisis Regresión lineal. Se encuentra que la adicción a redes sociales influye sobre las habilidades sociales motoras en un 6.3% lo que representa un coeficiente o fuerza de correlación bajo.

Tabla 5.

Correlación habilidades Cognitivas componente Motor Vs Adicción a Redes Sociales

ANÁLISIS DE CORRELACIÓN		Adicción a las redes sociales
Habilidades Cognitivas	Correlación de Pearson	-,257**
	Sig. (bilateral)	,007

Análisis de Correlación. Se encuentra que SI existe relación estadística entre la adicción a redes sociales y las habilidades sociales desde el componente Cognitivo ya que la significancia es menor $< a 0.05$ siendo (0.007). Por otra parte, se resalta que el coeficiente de correlación es de $(- 0,257)$ lo que indica una correlación negativa baja. Este tipo de correlación expresa que a mayor adicción a las redes sociales menor será la expresión de las habilidades sociales cognitivas en los estudiantes, sin embargo, la fuerza en esta correlación es baja.

Tabla 6.
Regresión lineal Modelo predictivo Frente a la Correlación

Resumen del modelo				
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,253 ^a	,064	,056	33,233

Análisis Regresión lineal. Se encuentra que la adicción a redes sociales influye sobre las habilidades sociales cognitivas en un 6.4 % lo que representa un coeficiente o fuerza de correlación bajo.

Discusión

La presente propuesta investigativa buscaba establecer la relación existente entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en un grupo de estudiantes de la facultad de psicología de una universidad privada del departamento de Norte de Santander, de los cuales la mayor parte correspondían a estudiantes jóvenes entre los 16 y los 20 años (83% de la población), estudiantes de 21 a 30 años (17% de la población) y mayores de 30 años (9% de la población), en este sentido se evaluaron tanto a hombres como mujeres siendo las mujeres el 86% de la población.

Teniendo en cuenta esto, se encontró que en relación al conjunto de habilidades sociales relacionadas al factor cognitivo se expresan en su mayoría de manera adecuada ya que la distribución de los promedios por factor muestran que existe muy buena expresión de estos factores en el terreno social encontrando que no existen dificultades asociadas a temor a la expresión frente a superiores, temor a la desaprobación de los demás al expresar sentimientos negativos y al rechazar peticiones, preocupación por la expresión de sentimientos positivos y la iniciación de interacciones con el sexo opuesto, temor a la evaluación negativa, temor a

una conducta negativa por parte de los demás al hacer una conducta positiva, preocupación por la expresión de los demás en la expresión de sentimientos, preocupación por la impresión causada en los demás, temor a expresar sentimientos positivos, temor a la defensa de los derechos y asunción de posibles carencias propias, esto es importante ya que autores como Eceiza, Arrieta y Goñi (2008) describen que el componente cognitivo relacionado a las habilidades sociales suele estar menos expuesto frente a la interacción social, lo que permite que la estructura cognitiva de los individuos se desarrolle positivamente frente a gustos, preferencias y objetivos sociales establecidos por el sujeto y los estereotipos impuestos por el contexto social, a diferencia de la conducta social visible la cual está más propensa a ser evaluada de manera constante por los demás. En este sentido los pensamientos asociados a las relaciones interpersonales suelen ser prospectivos y adaptativos en cuanto a interacción social se refiere, razón por la cual la estructura cognitiva del sujeto tiende a ser positiva y las habilidades sociales desde lo cognitivo expresarían gran capacidad para iniciar procesos de socialización en contextos sociales determinados.

Sin embargo a través del estudio se encontró que existen factores que no logran ser expresados por los estudiantes de manera adecuada, siendo afectados moderadamente en cuanto a interacción social se refiere, encontrándose entre ellos, el temor a hacer y recibir peticiones y el temor a hacer y recibir cumplidos, Frente a esto Massa, Casamayor y Testa (2018) indican que este tipo de hallazgos desde lo cognitivo suelen entenderse desde la respuesta social inmediata, ya que los cumplidos o halagos de forma bidireccional proponen al sujeto responder o esperar respuesta instantánea generando expectativas positivas lo cual supone una exposición social que es difícil de manejar si se carece de habilidades sociales específicas en el sujeto que le permitan manejar este tipo de situaciones.

Por otra parte, en cuanto a las habilidades sociales relacionadas al factor motor se encontró que la iniciación de interacciones, hablar en público o enfrentarse a superiores, la defensa de los propios derechos, la expresión de molestia desagrado o enfado, la expresión de sentimientos positivos hacia el sexo opuesto, la expresión de molestia y enfado hacia familiares, la aceptación de cumplidos, tomar la iniciativa en las relaciones con el sexo opuesto, hacer cumplidos, la preocupación por los sentimientos de los demás y expresión de cariño hacia los padres se encuentran moderadamente afectados lo que influye de manera significativa a los procesos de interacción social de los estudiantes, entendiendo que los factores motores están directamente vinculados a las acciones que ejecutan los individuos en un contexto determinado en pro de la socialización y las relaciones interpersonales.

Esto es importante resaltarlo ya que Inchausti, García, Ortuño y Gaínza (2017) resaltan que para que las habilidades sociales sean adecuadamente expresadas deben ser manejadas por el individuo desde su capacidad motora para ejecutarlas o llevarlas a la práctica, lo cual supone un factor complejo en el cual están inmersos atributos psicológicos como el autocontrol, la autoestima, la tolerancia a la frustración y la resiliencia, aspectos que deben ser trabajados por el individuo de manera constante a través de situaciones específicas a lo largo del ciclo vital.

En este sentido, a nivel general los resultados muestran que más del 90% de los estudiantes evaluados tienen dificultad a la hora de ejecutar habilidades sociales específicas desde el punto de vista motor, lo que indica que en la práctica no logran expresar de manera adecuada sus sentimientos o emociones, tales como emprender acciones concretas que favorezcan su interacción social desde las diferentes esferas sociales en las que se encuentran inmersos ya sea la familia, la academia o el trabajo.

Sin embargo, los resultados demostraron que los estudiantes evaluados presentan en más de un 70% baja dificultad de establecer pensamientos proactivos frente a las habilidades sociales, esto es un elemento importante a la hora de comprender las interacciones sociales, ya que las dificultades que pueden surgir en los procesos de interacción social de estos individuos no están relacionados al pensamiento, sino a la dificultad que suscita el hecho de emprender acciones determinadas a un fin social específico.

Por otra parte, se evaluó en los estudiantes pertenecientes al programa de psicología la posible adicción a las redes sociales, en donde se encontró que existen niveles entre moderados y altos de acción a las redes sociales, lo cual no supone un hallazgo sorprendente teniendo en cuenta el estudio realizado por Andreassen, Billieux, Griffiths, Kuss, Demetrovics, Mazzoni y Pallesen (2017) y contrastado con la OMS, quienes en un estudio a gran escala comprobaron que cerca de un 74% de la población mundial que accede al internet o las redes sociales sufre algún tipo de adicción a estas tecnologías, resaltando que los estudiantes evaluados en el contexto Norte-Santandereano presentan estadísticas elevadas en factores como la obsesión por las redes y falta de control frente al impulso de usarlas, lo cual es perfectamente entendible desde los postulados de la triada cognitiva frente a la adicción propuesta por Beck; citado en Padilla y Ortega Blas (2017), quienes resaltan que factores como la obsesión y la falta de control son elementos psicógenos que conllevan al individuo a desarrollar procesos adictivos frente a un elemento, sustancia o situación específica y particular en el individuo.

Analizado esto, era importante establecer si la adicción a las redes sociales encontrada en los estudiantes estaba de alguna manera relacionada a la expresión de las habilidades sociales en los estudiantes ya sea desde el punto de vista cognitivo o motor, encontrando que

existe una relación estadística de expresión negativa entre la adicción a las redes y las habilidades motoras y cognitivas, lo que indica que a mayor adicción a las redes sociales menor capacidad de expresión de las habilidades sociales, sin embargo se logró comprobar que la relación entre estas dos variables es muy débil, determinando que la influencia de la adicción sobre las habilidades sociales es de apenas un 6.4%, esto es importante ya que no solo se le puede atribuir la baja capacidad interaccional de los individuos al uso excesivo de las redes sociales, ya que pueden existir otros factores tanto sociales como psicológicos que influyan de forma determinante en la expresión de este tipo de habilidades a nivel social.

Conclusiones

Se encontró que las habilidades sociales de los estudiantes en lo referente al factor cognitivo se expresan de manera adecuada, sin embargo, presentan moderado temor a hacer y recibir peticiones y moderado temor a hacer y recibir cumplidos.

Se evidencio que las habilidades sociales de los estudiantes en lo referente al factor Motor son las que evidencian mayor dificultad a la hora de ser expresadas por los estudiantes, sin embargo, no se presentaron problemáticas asociadas al rechazo de peticiones provenientes del sexo opuesto.

Se determinó que los estudiantes analizados en su mayoría presentan adicción general por las redes sociales siendo el 54,4% adicción Alta y 42,1% adicción Moderada.

Se logró determinar que a adicción a las redes sociales se debe en gran medida a la obsesión que estas causan en los estudiantes ya que el 70,2 % de los estudiantes evaluados presentaron alta obsesión por estas.

Se logró analizar que la adicción a las redes sociales no discrimina entre rangos de edad siendo estos comprendidos entre los 16 y los 34 años respectivamente.

Finalmente se determina que Existe relación negativa entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes, lo que indica que a mayor adicción menor capacidad por parte de los mismos para expresar ciertas habilidades sociales, sin embargo la fuerza de la correlación entre estas variables es baja, puesto que la influencia de la adicción a las redes sociales solo afecta en un 6.4% a las habilidades sociales.

Recomendaciones

Extender el análisis de los resultados obtenidos a través de estudios cualitativos que permitan identificar las causas asociadas a la adicción a redes sociales y a la dificultad de expresar habilidades sociales específicas.

Promover estudios longitudinales que permitan identificar si existen cambios en la adicción a redes o las habilidades sociales durante el desarrollo de la carrera de psicología.

Establecer desde la Universidad procesos de sensibilización frente al uso adecuado de las redes sociales y manejo de habilidades frente al contexto dirigido a estudiantes.

Referencias

Alvarado Fuentes, H. C. (2016). *Comunicación asertiva como determinante en el clima organizacional y su incidencia en la consecución de objetivos en las empresas del sector público* (Tesis de grado). Universidad Militar Nueva Granada Recuperado de <https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/14422/ALVARADOF>

UENTESHEDYCAROLINA2016.pdf.pdf;jsessionid=7C360D8F07C1A67906A707E9EE77A014?sequence=1

Álvarez, D., Atalaya-Pisco, M. C., Cuzcano, A., Pequeña, J., Escurra, L., Rodríguez, R. E., & Delgado, A. E. (2016). Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Person*, (19). Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147149810004>

Álvarez, J., Amaya, M., & Rauda, A. (2016). *Estudio diagnóstico sobre la influencia de las redes sociales en el proceso de socialización de estudiantes entre 15 y 17 años de edad que cursan el primer año de bachillerato del Instituto Nacional de San Bartólo en el año 2016* (Tesis Doctoral). Universidad de El salvador. Recuperado de <https://docplayer.es/91514221-Universidad-de-el-salvador-facultad-de-ciencias-y-humanidades-departamento-de-psicologia.html>

Andreassen, C., Billieux, J., Griffiths, M., Kuss, D., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2017). Adicción a internet, redes sociales y videojuegos: La relación entre el uso adictivo de las redes sociales y los video juegos y síntomas de trastornos psiquiátricos: un estudio transversal a gran escala. *RET. Revista de toxicomanías*, (81), pp. 1-2. Recuperado de <https://www.cat-barcelona.com/ret/81/adiccion-internet-redes-sociales-videojuegos>

Aranda, M., Fuentes, V., & García, M. (2017). " No sin mi Smartphone": Elaboración y validación de la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS). *Revista Terapia psicológica*, 35(1), 35-45. Recuperado de

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082017000100004

Barbosa, Y., Beltrán, L., & Fraile, S. (2015). *Impulsividad, dependencia a internet y telefonía móvil en una muestra de adolescentes de la ciudad de Bogotá*. (Tesis de grado).

Fundación universitaria los Libertadores. Recuperado de <https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/151/YERALDINBARBOSAMORENO.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Basteiros, J., Robles, A., Juarros, J. & Pedrosa, I. (2016). Adicción a las redes sociales: creación y validación de un instrumento de medida. *Revista de Investigación y Divulgación en Psicología y Logopedia*, 1(3), pp. 2-7. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/258934148_Adiccion_a_las_redes_sociales_creacion_y_validacion_de_un_instrumento_de_medida_Social_networks_addiction_development_and_validation_ofanassessment_instrument

Bravo, N. y Terrones, G. (2017). *Eficacia de un programa de habilidades sociales en adolescentes de un albergue de Cajamarca* (Tesis de grado). Universidad privada Antonio Guillermo Urelo. Recuperado de repositorio.upagu.edu.pe/.../TESIS%20DE%20HABILIDADES%20SOCIALES.docx?

Braz, A., Cómodo, C., Del Prette, Z., Del Prette, A., Fontaine, A. (2013). Habilidades sociales e intergeneracionalidad en las relaciones familiares. *Apuntes de Psicología*, 31 (1), pp. 77-84. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/305/285>

- Barrio, J. y Reyes, M. (2016). *La influencia de los medios sociales digitales en el consumo. La función prescriptiva de los medios sociales en la decisión de compra de bebidas refrescantes en España* (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de <https://eprints.ucm.es/42339/1/T38702.pdf>
- Bonilla, G., & Guachilema, F. (2016). *Estrategias de Comunicación Asertiva de los docentes del Instituto Tecnológico Superior Rumiñahui y efectos emocionales en los estudiantes de primero A tercer año de Bachillerato* (Tesis de grado), Universidad Técnica de Ambato. Recuperado de <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/20320>
- Caballo, V. (1997). Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. (Libro versión online). Recuperado de <https://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>
- Caballo, V., Salazar, I., Rivera, M. & Piqueras, J. (2017). “Desarrollo y validación de un nuevo instrumento para la evaluación de las habilidades sociales. El cuestionario de habilidades sociales”(CHASO). *Revista Psicología Conductual*, 25(1), pp. 5-24. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/316582949_Desarrollo_y_validacion_de_un_nuevo_instrumento_para_la_evaluacion_de_las_habilidades_sociales_el_Cuestionario_de_habilidades_sociales_CHASO
- Caballo, V., Salazar, I., Iruña, M., Olivares, P., & Olivares, J. (2014). Relación de las habilidades sociales con la ansiedad social y los estilos/trastornos de la personalidad.

Psicología Conductual, 22(3), pp. 401-423. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Vicente_Caballo/publication/269762295_Relacion_de_las_habilidades_sociales_con_la_ansiedad_social_y_los_estilos_trastornos_de_la_personalidad/links/5517bfb40cf2d70ee278dba5/Relacion-de-las-habilidades-sociales-con-la-ansiedad-social-y-los-estilos-trastornos-de-la-personalidad.pdf

Caldevilla, D. (2010). Las Redes Sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Revista comunicación de las ciencias de la información* (33), pp. 45-68. Recuperado de <http://revistas.ucm.es/index.php/DCIN/article/viewFile/dcin1010110045a/18656>

Caro, C. & Plaza de la Hoz, J. (2017). Intervención educativa familiar y terapia sistémica en la adicción adolescente a Internet. Fundamentación teorica. *Revista española de psicorientación y psicopedagogía Reop.* 27 (1), pp. 99-113. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=338246652007>

Catama, K. y Aponte, A. (2017). Diferencias en habilidades sociales y asertividad en niños y adolescentes colombianos víctimas de maltrato. *Revista de Psicología Enfoques*, 2(1), pp. 50-83. Recuperado de <http://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/EFQ/article/view/210>

Cantor, M., Pérez, E. y Carrillo, M. (2018). *Redes sociales e identidad* (trabajo de grado). Universidad Simón Bolívar. Recuperado de revistas.udes.edu.co/site/index.php/aibi/article/download/477/pdf

- Casados, F. (2002). Modelo de afrontamiento de Lazarus como heurístico de las intervenciones psicoterapéuticas. *Revista Apuntes de psicología*, 20(1), pp. 1-18. Recuperado de http://copao.cop.es/files/contenidos/VOL20_3_5.pdf
- Castro, A. & De la Villa, M. (2017). Uso problemático de redes sociales 2.0 en nativos digitales: análisis bibliográfico. *Revista Salud y Drogas*, 17(1), pp. 73-85. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/839/83949782008.pdf>
- Colegio Colombiano de psicólogos (2006). *Ley 1090 de 2006. Código deontológico y bioético del psicólogo*. Recuperado de <http://www.colpsic.org.co/quienes-somos/ley-1090-de-2006/182>
- Damas, F.& Escobedo, L. (2017). Adicción a las redes por internet y habilidades sociales en adolescentes. (Tesis de grado). Universidad de Trujillo. Recuperado de <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/7659/1750.pdf?sequence=3>
- Delgado, A., Ecurra, L., Atalaya, M., Pequeña, J. Cuzcano,. A., Rodríguez, R. y Álvarez, D. (2016). Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Persona*, 19 (1), pp. 55-75. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147149810004>
- Domínguez, G., Martínez, A., & Ceballos, M. (2017). Educar la virtualidad. Pixel-Bit. *Revista de Medios y Educación*, (50), pp. 187-199. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/368/36849882013.pdf>
- Domínguez, J. & Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Revista Propósitos y*

- Representaciones*, 4(2), pp. 181-230. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5693203>
- Dongil, E. y Cano, A. (2014). Habilidades sociales. Sociedad Española para el estudio de la ansiedad y estrés. Recuperado de http://www.bemocion.mscbs.gob.es/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf
- Eceiza, M., Arrieta, M., & Goñi, A. (2008). Habilidades sociales y contextos de la conducta social. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1), pp. 11-26. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/175/17513102/>
- Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista Adicciones*, 22(2), pp. 1-5. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/2891/289122889001/>
- Echeburúa, E., Labrador, F. J., & Becoña, E. (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en jóvenes y adolescentes*. Madrid: Pirámide
- Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>
- Fernández, N. (2017). Redes sociales virtuales, ¿fortalezas o debilidades? un análisis psicosocial relacionado con el cybersexo y la soledad. Virtual social networks, strengths or weaknesses? A psychosocial analysis in relation to cybersex and loneliness. *Revista Hamut'ay*, 3(2), pp. 42-54. Recuperado de <http://revistas.uap.edu.pe/ojs/index.php/HAMUT/article/view/1309/1287>

- García, A., & Méndez, C. (2017). El entrenamiento en habilidades sociales y su impacto en la convivencia escolar dentro de un grupo de primaria. *REXE-Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 16(30), pp. 151-164. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/2431/243150283009/>
- Goldstein, A., Sprefkin, R., Gershaw, N. & Klein, P. (1989). Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: un programa de enseñanza. (Libro versión online). Barcelona: Martínez Roca. Recuperado de cefire.edu.gva.es/pluginfile.php/.../Psicologia_HHSS_autocontrol_adolescencia.pdf?...
- Gonzales, C. y Menacho, I. (2014). Las habilidades sociales y emocionales en la infancia (Trabajo de grado). Universidad de Cádiz. Recuperado de https://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/16715/Trabajo%20Final%20de%20Grado_Cristina%20Gonz%C3%A1lez%20Correa.pdf
- Golpe, S., Isorna, M., Gómez, P., & Rial, A. (2017). Uso problemático de Internet y adolescentes: el deporte sí importa. *Revista Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (31), pp. 52-57. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3457/345750049010.pdf>
- Gómez, F. (2016). La Comunicación. *Revista Salus*, 20(3), pp. 5-6. Recuperado de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/fcs/vol20n3/vol20n3.pdf>

- Goroskieta, V. (2008). Habilidades sociales (libro versión online). Escuela Nicasio Landa. Recuperado de https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/BBF448C9-11C6-48B3-A574-558618E4E4F2/138615/Cap_04_97122.pdf
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista P. (2010). Metodología de la investigación. DF, México: Editorial The McGraw-Hill.
- Herrera, M, Pacheco, M., Palomar, J., & Zavala, D. (2016). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), pp. 6-18. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/1339/133915936002/>
- Holguín, G., Higueta, J., & Ceballos, L. (2016). *Diseño e implementación de un programa de entrenamiento en habilidades sociales en un grupo de adultos mayores del centro gerontológico "Dejando huellas" del municipio de Santa Fe de Antioquia* (Tesis doctoral). Universidad de Antioquia. Recuperado de http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/463/1/HolguinGloria_Disenoiimplementacionprogramaentrenamiento.pdf
- Inchausti, F., García, N., Prado, J., Ortuño, J., & Gaínza, I. (2017). Entrenamiento en habilidades sociales orientado a la Metacognición (MOSST): Marco teórico, metodología de trabajo y descripción del tratamiento para pacientes con esquizofrenia. *Papeles del Psicólogo*, 38(3), pp. 204-215. Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2840.pdf>

- Lazarus, R., & Lazarus, B. (1996). *Passion and reason: Making sense of our emotions* (Libro version online). Recuperado de <https://global.oup.com/academic/product/passion-and-reason-9780195104615?cc=us&lang=en&#>
- Liberato, I. y Polín, J. (2016). *Riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta en estudiantes de 1er ciclo de una universidad privada de Lima este, 2016*. (Tesis de grado) Universidad peruana Unión. Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/479/Irma_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Loro, A. (2015). *La adicción a las redes sociales en jóvenes, relacionada con la baja autoestima y la comunicación familiar* (trabajo de grado). Universidad Pontificia Comillas de Madrid. Recuperado de <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/1089/TFM000133.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Massa, S., Casamayor, A., & Testa, S. (2018). Desarrollo de Habilidades sociales y cognitivas a través de Sistemas Inteligentes. In *XX Workshop de Investigadores en Ciencias de la Computación (WICC 2018)*. Universidad Nacional del Nordeste. Recuperado de <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/67065>
- Mejía, C., Servín, A., Crisantos, C., Gonzáles, F. & Gonzáles, A. (2016). Desarrollo y validación de la escala para evaluar el nivel de habilidades sociales. *Educación y Salud Boletín Científico de Ciencias de la Salud del ICSA*, 4(8). Recuperado de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/281>

- Mendo-Lázaro, S., León, B., Castaño, F., Polo, M., & Palacios, V. (2016). Evaluación de las habilidades sociales de estudiantes de Educación Social. *Revista de Psicodidáctica*, 21(1), pp. 139-156. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5295482>
- Mendoza B, & Maldonado, V. (2017). Acoso escolar y habilidades sociales en alumnado de educación básica. *Ciencia ergo-sum. Revista científica multidisciplinaria de prospectiva* 24(2), pp. 109-116. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10450491003>
- Mendoza, N. & Massiel, E. (2017). Adicción a Redes Sociales en los Estudiantes del Nivel Secundario del Colegio Particular Simón Bolívar e Institución Educativa Ofelia Velásquez de Tarapoto, 2016. 8Tesis de grado). Universidad peruana Unión. Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/719/Noemi_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=6&isAllowed=y
- Ministerio de educación nacional (1992). Ley 30. Ley de educación superior. Recuperado de https://www.cna.gov.co/1741/articles-186370_ley_3092.pdf
- Montes, A. (2016). Adicción a las Redes Sociales. Recuperado de <https://es.slideshare.net/alejandramontessotelo/adiccin-a-las-redes-sociales-60894130>
- Montes, A. (2017). *Hábitos de uso y Riesgos de Adicción a Internet en Adolescentes* (Trabajo de grado). Estudiantes del Centro Pre Universitario de La Universidad Católica de Santa María. Recuperado de

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSM_de53f69e5ed3cb97ed1d35e76329a314

Morales, Benítez y Agustín, (2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de zona rural. Revista electrónica de investigación educativa Redie 15 (3). Recuperado de <https://redie.uabc.mx/redie/article/view/564/820>

Muñoz, C., Burgos, S., Novoa, P., & Toro, C. (2017). Adicción a Internet: ¿cuál es la realidad en estudiantes de medicina de Latinoamérica?. Revista Educación Médica 18 (3), pp. 151-224. Recuperado de <http://www.elsevier.es/es-revista-educacion-medica-71-articulo-adiccion-internet-cual-es-realidad-S1575181317300256>

Navarrete, D., Castel, S., Romanos, B., & Bruna, I. (2017). Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica. *Psicología y Salud*, 27(2), pp. 255-267. Recuperado de https://web.a.ebscohost.com/abstract?direct=true&profile=ehost&scope=site&auth_type=crawler&jrnl=14051109&AN=125024467&h=7BuuxyEhROtWQhHxiqpDX9P8CF4dAt%2fPSaURa9CWKBnJ%2f0QlHFTMb7mMw0b6bkjvTk2Ebs7Fkqsflz8j%2b%2baqdQ%3d%3d&crl=c&resultNs=AdminWebAuth&resultLocal=ErrCrINotAuth&crlhashurl=login.aspx%3fdirect%3dtrue%26profile%3dehost%26scope%3dsite%26auth_type%3dcrawler%26jrnl%3d14051109%26AN%3d125024467

Tamez, A. & Cruz, J. (2017). Integración de modelo cognitivo-conductual y terapia centrada en soluciones en un caso de falta de asertividad y baja autoestima. Revista

- Electrónica de Psicología Iztacala, 20(1), 338. Recuperado de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/58937>
- Padilla, C., & Ortega, J. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *Casus. Revista de Investigación y Casos en Salud*, 2(1), pp. 47-53. Recuperado de <http://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/31>
- Pardo, A. (2017). Empatía. *Revista Universitas*. Recuperado de <https://losverticesdeltiempo.files.wordpress.com/2016/02/empatc3ada.pdf>
- Peñaherrera, D., Campoverde, M., & Hidalgo, M. (2017). Las redes sociales y la influencia en la vida de los adolescentes. *Revista Recimundo*, 1(1), pp. 47-72. Recuperado de <http://recimundo.com/index.php/es/issue/view/10/showToc>
- Pedrero, E., Ruíz, M., Rojo, G., Llanero, M., Pedrero, J., Morales, S. & Puerta, C. (2017). Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC): abuso de Internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC. *Adicciones. Revista versión online* 30 (1). Recuperado de <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/806>
- Pérez, M., Quiroga, A., Olivares, P., & Pérez, J. (2017). Uso abusivo de Tecnologías de la Información y la Comunicación: experiencia de intervención en prevención de adicciones en San Luis. *Revista Virtualidad, Educación y Ciencia*, 8(14), pp. 182-188. Recuperado de <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/vesc/article/view/17344>
- Potenza, M. (2006). Should addictive disorders include nom-substance related conditions. *Addictions*, 101 (1), pp. 142-151. Recuperado de <https://www.uv.es/~choliz/AdiccionJuego01.pdf>

- Pulido, M. & Gutiérrez, D. (2010). Validez y confiabilidad del cuestionario de uso problemático de Internet (CUPI). *Revista problemas sociales de salud y comportamiento* 3 (1). Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-07802011000100003
- Rodríguez, A. & Fernández, A. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Revista Acta colombiana de psicología*, 17(1), pp. 131-140. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79831197013>
- Sánchez de Mera, D. y Lázaro, P. (2017). La adicción al Whatsapp en adolescentes y sus implicaciones en las habilidades sociales. *Revista Tendencias pedagógicas* (29), pp. 121-135. Recuperado de <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/viewFile/7087/7455>
- Sánchez, M., & Urdaneta, M. (2017). Habilidades de comunicación y el desarrollo del pensamiento crítico en estudiantes del Instituto Universitario de Tecnología Readic. *Revista Quórum Académico*, 13(2), pp. 273-289. Recuperado de <http://www.produccioncientifica.luz.edu.ve/index.php/quorum/article/view/22248/21964>
- Santamaría, C., Cálalan, D. y Macías, J. (2016). Utilización de las redes sociales sobre temas de salud en población universitaria de México = Use of social networks about health topics in university population in México. *Revista Rescs*, 7 (1). Recuperado de <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/RECS/article/view/3165>

Yerena, M., & Pérez, A. (2016). Comunicación oral y escrita. Pearson Educación.

Anexos

Devenir Histórico (Línea de Tiempo) Variables de análisis

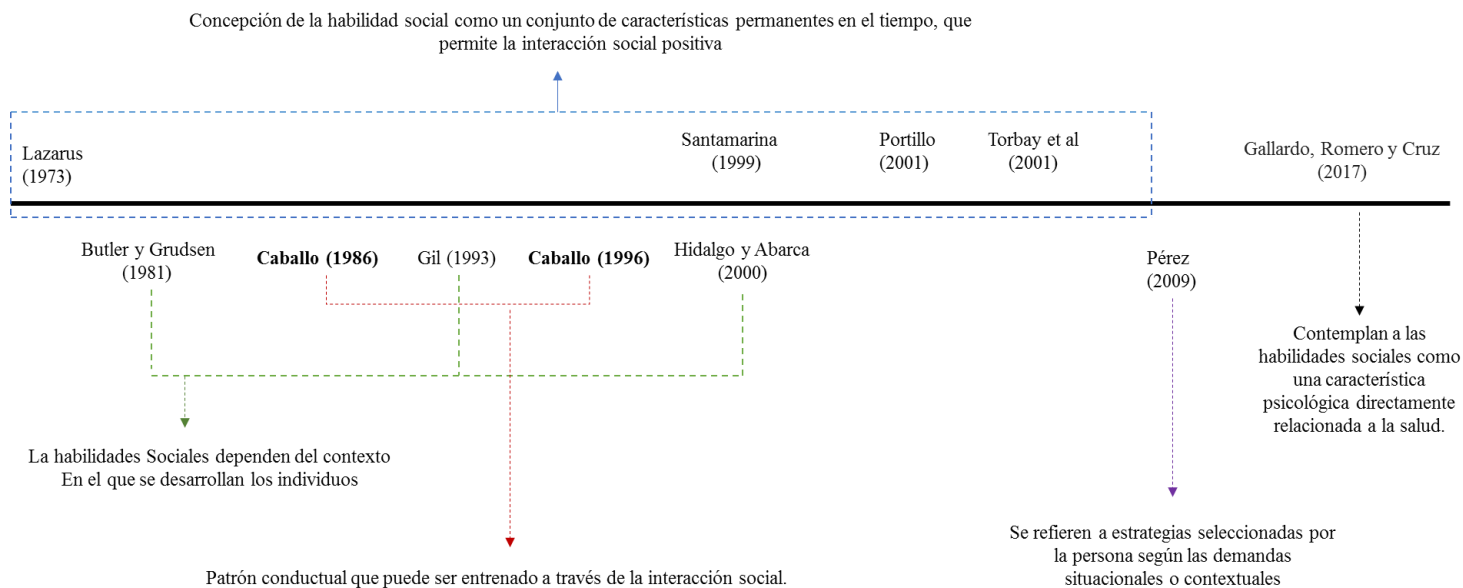


Figura 1. Devenir Histórico concepción habilidades sociales
Fuente: Elaboración propia

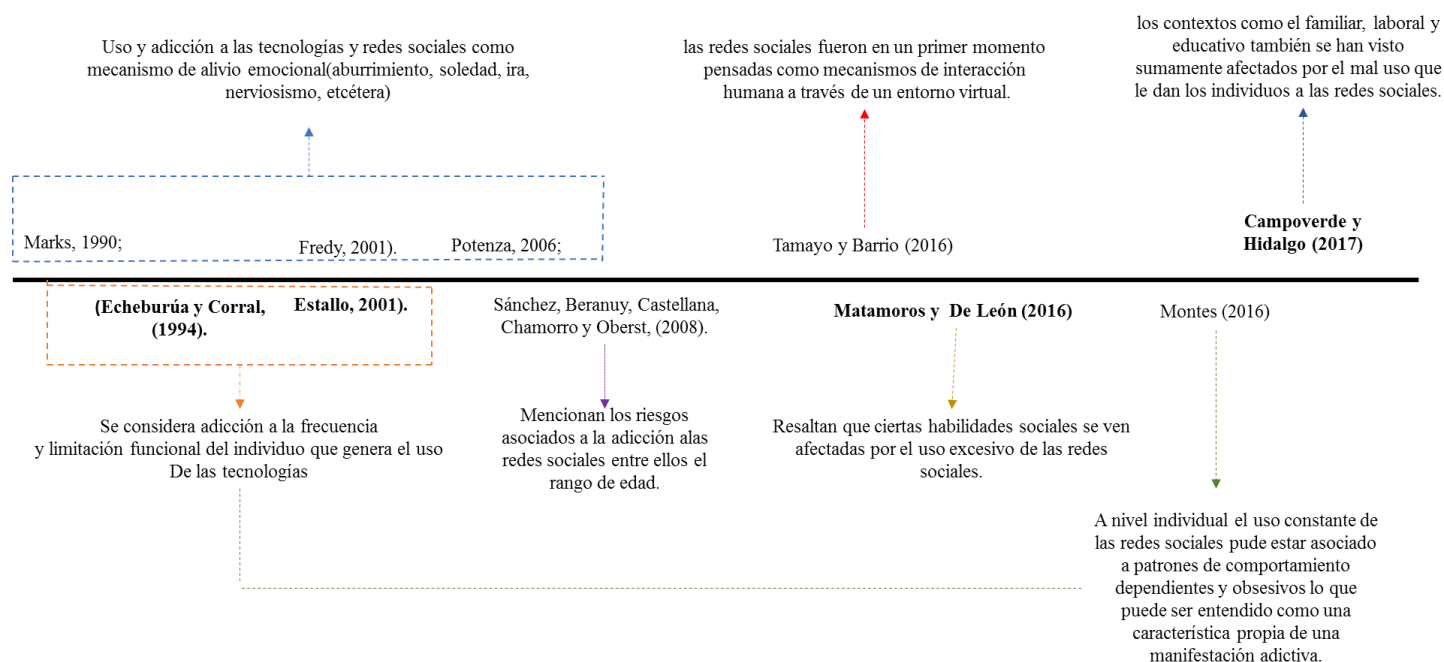


Figura 2. Devenir Histórico concepción uso y adicción de redes sociales

Fuente: Elaboración propia