



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“ADICCIÓN A FACEBOOK Y PROCRASTINACIÓN
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UN
COLEGIO PRIVADO DE LOS OLIVOS, LIMA 2019”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Melany Elizabeth Huanaco Rocha

Asesor:

Mg. Johnny Erick Enciso Ríos

Lima - Perú

2021

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS

El asesor Jhonny Erick Enciso Ríos, docente de la Universidad Privada del Norte, Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera profesional de **PSICOLOGÍA**, ha realizado el seguimiento del proceso de formulación y desarrollo de la tesis de los estudiantes:

- Huanaco Rocha, Melany Elizabeth

Por cuanto, **CONSIDERA** que la tesis titulada: ADICCIÓN A FACEBOOK Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UN COLEGIO PRIVADO DE LOS OLIVOS, LIMA2019 para aspirar al título profesional de: **LICENCIADA DE PSICOLOGÍA** por la Universidad Privada del Norte, reúne las condiciones adecuadas, por lo cual, **AUTORIZA** al o a los interesados para su presentación.

Mg. Johnny Erick Enciso Ríos
Asesor

ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS

Los miembros del jurado evaluador asignados han procedido a realizar la evaluación de la tesis de la estudiante: Huanaco Rocha Melany Elizabeth para aspirar al título profesional con la tesis denominada: “ADICCIÓN A FACEBOOK Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UN COLEGIO PRIVADO DE LOS OLIVOS, LIMA 2019”

Luego de la revisión del trabajo, en forma y contenido, los miembros del jurado concuerdan:

Aprobación por unanimidad

Aprobación por mayoría

Calificativo:

Excelente [20 - 18]

Sobresaliente [17 - 15]

Bueno [14 - 13]

Calificativo:

Excelente [20 - 18]

Sobresaliente [17 - 15]

Bueno [14 - 13]

Desaprobado

Firman en señal de conformidad:

Mg. Mauro Cerón Salazar
Jurado
Presidente

Mg. Tania Lip Marín de Salazar
Jurado

Mg. Nancy Negreiros Mora
Jurado

DEDICATORIA

Para mis padres quienes han sido un gran apoyo y me han acompañado incondicionalmente
en todas las etapas de mi vida.

Para mi esposo e hijo por ser una gran fuente de inspiración y parte importante en el logro
de mis metas profesionales.

AGRADECIMIENTO

Agradecer a DIOS por cada día bendecir mi vida con la hermosa oportunidad de estar y
disfrutar al lado de las personas que más amo.

Gracias a mis padres por ser los principales promotores de mis sueños

Gracias a mi esposo por siempre confiar en mí y mis capacidades, por siempre motivarme
a salir adelante y apoyarme para cumplir todos mis sueños profesionales.

Gracias a mi hijo por ser la fuerza que necesito día a día para seguir luchando.

Gracias a la vida por este logro, gracias a todas las personas que me apoyaron y creyeron
en la realización de esta tesis.

Tabla de contenidos

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS	2
ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
ÍNDICE DE TABLAS	8
RESUMEN.....	<u>9</u>
ABSTRACT.....	<u>10</u>
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	11
Realidad Problemática	11
Antecedentes nacionales e internacionales	13
Uso de Facebook	18
Facebook como red social	19
Uso, abuso y adicción al Facebook	20
Ventajas y desventajas del uso de Facebook	22
Uso de Facebook en la adolescencia	23
Procrastinación académica	24
Causas y consecuencias del comportamiento procrastinador	25
Enfoques teóricos-explicativos de la Procrastinación	25
Tipos de procrastinación	26
Procrastinación académica en el adolescente	27
Uso de Facebook y procrastinación académica	28
Formulación del problema	29
Objetivos	29
Hipótesis	29
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	32
Tipo de Investigación	32
Población y muestra	32
Criterios de inclusión y exclusión	33
Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos	36
Aspectos éticos	37
CAPÍTULO III: RESULTADOS	38

Análisis exploratorio de la variable de estudio	38
Análisis de correlación de las variables adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de secundaria	38
Descripción de los niveles de uso de Facebook	39
Descripción de los niveles de Procrastinación Académica	39
Análisis de correlación entre la adicción a Facebook y la dimensión autoregulación académica en estudiantes de secundaria .	40
Análisis de correlación entre la adicción a Facebook y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de secundaria	41
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	42
REFERENCIAS	48
ANEXOS	57

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la muestra según sexo y grado
Tabla 2	Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para las variables adicción a Facebook y Procrastinación
Tabla 3	Correlación entre adicción Facebook y Procrastinación Académica en estudiantes de secundaria
Tabla 4	Niveles de uso de Facebook en los estudiantes de Secundaria
Tabla 5	Niveles de Procrastinación Académica en los estudiantes de secundaria
Tabla 6	Análisis de correlación entre la Adicción a Facebook y la dimensión autoregulación académica
Tabla 7	Análisis de correlación entre la Adicción a Facebook y las dimensión de postergación de actividades

RESUMEN

El objetivo de la investigación fue relacionar la adicción a Facebook y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019. El diseño usado fue no experimental de corte transversal y el tipo de investigación fue descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 179 estudiantes de 1ro a 5to año de secundaria de ambos sexos. Los instrumentos usados fueron la Escala de Adicción a Facebook de Bergen-BFAS, adaptada y validada en Perú por Vallejos, Copez, Capa (2018) y la Escala de Procrastinación Académica-EPA de Busko (1998), adaptada por Álvarez en (2010) y validada en Perú por Domínguez, Villegas y Centeno (2014). Nuestros hallazgos señalan que existe una alta correlación y significativa ($Rho=0,702$; $p<0,010$.) entre a adicción a Facebook y la Procrastinación Académica en los estudiantes. Así mismo, se halló correlación entre la adicción a Facebook y la dimensión postergación de actividades ($Rho=0,522$; $p<0,01$) y también correlación entre la adicción a Facebook y la dimensión autorregulación académica ($Rho= -0,685$; $p<0,01$). Por otro lado, el 61,5% presentan un uso problemático de Facebook y 17,3% presentó un uso adictivo del Facebook; y el 74.3% de los estudiantes presentan un nivel moderado a alto de procrastinación académica.

Palabras clave: Adicción, Adicción a Facebook, Procrastinación Académica, autorregulación académica, postergación de actividades.

ABSTRACT

This research aimed to relate Facebook addiction and academic procrastination among high school students at a private school in the Los Olivos district of Lima city during the 2019 school year. The design used was non-experimental, cross-sectional and the type of research was descriptive-correlational. The sample consisted of 179 students from the 1st to 5th year of high school and was comprised of both sexes. The instruments used were the Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS), adapted and validated in Peru by Vallejos, Copez, and Capa (2018), and the Busko's Academic Procrastination Scale (APS), adapted by Alvarez (2010) and validated in Peru by Dominguez, Villegas, and Centeno (2014). Our findings indicated that there is a highly significant correlation ($\rho=0.702$; $p<0.010$) between Facebook addiction and academic procrastination in students. Likewise, a correlation was found between Facebook addiction and the dimension of postponement of activities ($\rho=0.522$; $p<0.01$) and also a correlation between Facebook addiction and the dimension of academic self-regulation ($\rho=-0.685$; $p<0.01$). Finally, 61.5% of the students presented a problematic use of Facebook and 17.3% showed an addictive use of Facebook, while 74.3% reported a moderate to high level of academic procrastination.

Keywords: Addiction, Facebook addiction, academic procrastination, academic self-regulation, postponement of activities

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

El desarrollo acelerado de la tecnología ha transformado la web 1.0, más estática, en una versión 2.0 más interactiva donde la actuación de los usuarios es activa, participativa y creadora con la capacidad de interactuar con otros en tiempo real (Días, Castillo-López, García-Castillo y García del Castillo, 2018).

Las redes sociales como Twitter, WhatsApp Instagram, Facebook, en los últimos años se han expandido como un fenómeno social (Josa, 2014); siendo Facebook la más visitada por los usuarios; esta es una plataforma de red social mediante la cual se puede estar en contacto permanente con un grupo de amistades e interactuar con ellos cualquier tipo de contenido. Según estudios recopilados por We Are Social (2017), en el mundo hay 2.789 millones de usuarios activos de redes sociales: un 37% de la población mundial. De ellos, un 91% utiliza el móvil para conectarse a las redes sociales. La generación que más horas pasa al día enganchada a las redes sociales está comprendida entre las edades de 14 y 18 años, con un promedio de hasta 3 horas diarias. Asimismo, una investigación efectuada por el Banco Mundial, en el Perú de cada 100 peruanos 38 accede al servicio de internet con fines diferentes, esta cifra aumenta en niños y adolescentes en edad escolar que no emplean el internet como una herramienta de aprendizaje y se encasillan horas y horas para acceder a juegos en red cuyo consumo excesivo encamina a la adicción. En el Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) indica que el 70,9% de los limeños usan internet, y los usuarios con mayor uso de la redes sociales e internet son adolescentes entre 12 y 17 años.

La gran preocupación es el uso incontrolado de las redes sociales por los alumnos que

pueden causar problemas o dificultades en la adaptación al hogar, colegio, social, personal, deterioro de las relaciones familiares, sociales, y un incremento de los problemas del rendimiento académico que se manifiesta con falta de atención y bajo rendimiento (Cuyún, 2013). El uso problemático de las redes sociales se da cuando las personas descuidan sus rutinas diarias para estar conectados a internet, o bien están horas al sueño nocturno; algunos usuarios llegan hasta pasar por alto sus comidas durante el día. Permanecer conectados a internet y hacer uso de las redes por más de 3 horas al día facilita el aislamiento, el desinterés por otros temas, reduce el rendimiento académico, baja el rendimiento laboral, facilita y aumenta los trastornos de conducta, así como el sedentarismo y la obesidad (Cía, 2013); esto tiene como consecuencia que el alumno postergue actividades significativas o procrastine con sus actividades y responsabilidades diarias. En el ámbito académico, la procrastinación es el hábito que genera malos resultados en calificaciones, malestar psicológico y emocional en los alumnos, se ha formado una práctica frecuente; según algunos estudios más de un 80% de estudiantes de colegios nacionales como particulares presentan altos niveles de procrastinación (Bernardo, 2014), así mismo Guzmán (2013) menciona que entre 80% y 95% de los estudiantes universitarios procrastinan en ocasiones, de estos, el 70% se considera a sí mismo como procrastinador y casi el 50% procrastina de manera consistente y problemática. En los estudiantes jóvenes, la procrastinación puede traer grave consecuencias en muchos aspectos importantes de su vida diaria, perturbando principalmente sus estudios teniendo como consecuencias la postergación de tareas diarias y responsabilidades importantes. Estos estudiantes se identifican por no planificar sus actividades en congruencia con el tiempo de entrega de las mismas, dejan las cosas para último momento, teniendo como consecuencia bajas notas que conllevan

al abandono de materias o retiro por bajas calificaciones. Por estos motivos se puede creer que ese tipo de estudiantes presenta un problema a nivel emocional o cognitivo y muchas veces académico. Esto puede ser problemático para los alumnos, cuya vida académica se caracteriza por tener fechas límite y plazos para llevar a cabo varias responsabilidades, en cuyo caso la conducta procrastinadora podría presentarse como una manera de conducirse en el centro educativo (Chabaud, Ferrand & Maury, 2010). Todo esto nos lleva a pensar que el problema de la procrastinación es un problema educativo y se ve influenciada por muchos factores siendo la más importante el uso de las tecnologías y las redes sociales.

Antecedentes nacionales

Mamani y Gonzales (2019) investigaron sobre la adicción a redes sociales y procrastinación y su objetivo fue relacionar la adicción a redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de una institución educativa privada de Lima-Este. Usaron el diseño no experimental, de corte transversal y de tipo correlacional. Los instrumentos usados fueron el Escala MEYVA para medir adicción a redes sociales y Escala de procrastinación Académica. La muestra fueron 180 estudiantes de secundaria de ambos sexos. Encontraron relación altamente significativa entre adicciones a redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .325^{**}$, $p < 0.01$). También encontraron relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y la procrastinación académica.

Condori, Mamani y Mamani (2016) en Juliaca elaboraron un estudio, cuya finalidad fue determinar la relación entre adicción a Facebook y procrastinación académica en una muestra constituida por 218 estudiantes de las facultades de arquitectura e ingeniería. La investigación es no experimental de corte transversal. Los instrumentos

que emplearon para la recolección los datos fueron el Cuestionario de Uso de Facebook de 20 ítems y la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de 16 ítems. Los resultados señalaron que existe relación directa y significativa ($\rho = 0.696^{**}$; $p < 0.01$), entre adicción a Facebook y procrastinación académica. Como conclusión, los investigadores sostienen que cuanto mayor sea la procrastinación académica, mayor es la presencia de adicción al Facebook.

Quiñones (2018) investigó en Trujillo, acerca de la relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales. Empleó una muestra constituida por 245 estudiantes universitarios, con edades entre 17 a 19 años que contaban con matrícula hábil en el periodo 2017 – I, de una casa superior de estudios. Se trató de una investigación no experimental de tipo correlacional, donde hicieron uso de la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) diseñada por Arévalo en el 2011 y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) elaborado por Ecurra y Salas en el 2014. Los resultados demostraron que a nivel descriptivo predominó procrastinación media en el 45.3% de participantes, seguido por el nivel bajo con 33.5% y nivel alto con 21.2%. A su vez, el investigador halló que existe una correlación muy significativa, positiva y en grado medio ($\rho = .377^{**}$, $p < 0.01$), entre las variables señaladas. Como conclusión el investigador establece que cuanto mayor adicción a redes sociales, mayor es el nivel de procrastinación en los participantes de su estudio.

Matalinares et al (2017) en Lima, desarrollaron un estudio descriptivo correlacional y no experimental con objetivo de analizar la relación entre las variables procrastinación académica y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de posgrado y pregrado. La muestra en específico estuvo constituida por 402 estudiantes de una universidad pública de la capital, con edades oscilantes entre 15 a 65 años. Como

instrumentos emplearon la Escala de procrastinación elaborada por Iparraguirre, Cangahuala y Javier en el 2014, y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) propuesto por Escurra y Salas en el 2014. Los resultados reportaron correlación significativa y directamente proporcional ($\rho = 0.379^{**}$; $p < 0.01$) entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica. Como conclusión los investigadores señalan que cuanto mayor sea el nivel de procrastinación mayor será la adicción a redes sociales.

Bernardo (2014) investigó sobre la Procrastinación académica en los escolares de secundaria de un colegio particular y nacional de Lima, y el objetivo fue determinar las diferencias de la Procrastinación en escolares de secundaria de un colegio particular con un colegio nacional de Lima; el tipo de investigación fue descriptivo-comparativo y diseño fue no experimental. Respecto a muestra fueron 600 alumnos del colegio particular y 600 del colegio nacional, de ambos sexos. El instrumento usado fue la Escala de Procrastinación académica (Álvarez, 2010). No hallaron diferencias estadísticamente significativas entre los estudiantes del colegio privado con el nacional.

Núñez (2014) en Lima, desarrolló un estudio no experimental de tipo descriptivo correlacional, cuya finalidad fue determinar la relación entre uso de redes sociales virtuales y procrastinación académica. La muestra estuvo constituida por 200 estudiantes de ambos sexos, pertenecientes al cuarto y quinto grado de secundaria de colegios públicos del distrito de Comas. Los instrumentos empleados por el autor fueron la Escala de procrastinación académica diseñada por Álvarez en el 2010 y la Escala de Uso de Facebook de Bergen. Los resultados dieron a conocer que no existe correlación estadísticamente ($p > 0.05$) significativa entre el uso de las redes sociales virtuales y procrastinación académica en los participantes de la investigación, del

mismo modo al analizar la asociación entre variables el estadístico Chi cuadrado señaló un valor no significativo ($p > 0.05$). De modo tal, el investigador concluye que el uso de redes sociales virtuales no se relaciona con la procrastinación académica en estudiantes de colegios de Comas.

Antecedentes internacionales

Chávez y Morales (2017) en México efectuaron un trabajo direccionado a conocer la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Se trató de una investigación de diseño no experimental y de tipo descriptiva, contó con una muestra conformada por 521 estudiantes de psicología de primer año de carrera, de ambos géneros y donde el 26,1% eran varones y el 73,9% mujeres, con edad promedio de 18 años, los cuales se ubicaban en la etapa de desarrollo adolescencia tardía. El instrumento empleado en la recolección de datos fue la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko en su versión adaptada por Álvarez en el 2010. Los resultados dieron a conocer que la procrastinación académica predomina en el nivel promedio para el 57.9% de estudiantes, seguido por el nivel bajo con 41.4% y por último el nivel alto con 0.7%. Como conclusión los investigadores refieren que la procrastinación académica se encuentra predominante en el nivel medio para universitarios mexicanos.

Ramos, Jadán, Paredes, Bolaños y Gómez (2017) realizaron un estudio en Ecuador, siendo la primera fase de dicha investigación la encargada de analizar la relación entre procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico. Esta fase del estudio comprende un diseño no experimental de tipo correlacional, empleando una muestra conformada por 250 estudiantes universitarios, donde 135 eran varones y 115 mujeres con edades entre 17 a 31 años. Como instrumentos de evaluación hicieron uso de la Escala de Adicción a Internet (EAIL) diseñado por Lam-Figueroa y colaboradores en el

2011 y la Escala de Procrastinación de Álvarez del 2010. Los resultados reportaron que la procrastinación académica se correlaciona con la adicción al internet ($r=0.50^{**}$, $p<0,001$), además que los estudiantes con alto rendimiento académico, presentan un menor comportamiento procrastinador ($p<0.001$) y de adicción al internet ($p=0.001$), frente a aquellos estudiantes con rendimiento académico inferior.

Torres (2016) en Colombia elaboró un estudio con objetivo de determinar la relación entre habilidades sociales y procrastinación académica. El estudio fue de diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional, la muestra fue no probabilística y estuvo conformada por 188 adolescentes en edad escolar entre los 13 a 18 años que pertenecían a una institución educativa de Santa Marta. Los instrumentos empleados por el investigador fueron la Escala de Habilidades Sociales (EHS) elaborado por Gismero en el 2002 y la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko en su versión adaptada por Álvarez en el 2010. Los resultados señalaron que las habilidades sociales guardan relación estadísticamente significativa e inversa ($\rho = -,221^{**}$; $p<0.01$) con la procrastinación académica. Del mismo modo, reportaron en la procrastinación que el 43% no establecen claramente sus objetivos, y el 26% presentaron el comportamiento de posponer. Como conclusión el investigador señala que a menores niveles de habilidades sociales, mayor será la procrastinación académica en los adolescentes participantes del estudio.

Prado et al (2017) desarrollaron un estudio no experimental de tipo descriptivo correlacional en Colombia, con el objetivo de identificar la relación entre uso problemático al Facebook y la variable necesidades psicológicas, en sus tipos: de afiliación, exhibición y juego. Emplearon una muestra conformada por 405 estudiantes universitarios de ambos sexos, de las facultades de ingeniería, humanidades, ciencias

naturales, económicas, ciencias políticas y derecho. Los instrumentos empleados por los investigadores fueron el Cuestionario de uso problemático a Facebook y la Escala Basic Need Satisfaction General -Scale (BNSF-S) de Johnston y Finney. Los resultados lograron identificar correlación estadísticamente significativa ($p < 0.01$) de tipo directa entre el uso problemático a la red social Facebook y las necesidades psicológicas: Afiliación ($r = 0.473^{**}$), de Juego ($r = 0.435^{**}$) y la de exhibición ($r = 0.378^{**}$). Como conclusión, los investigadores refieren que cuanto más sean las necesidades de afiliación, exhibición y juego mayor será el uso problemático de Facebook en los participantes de la investigación.

Oliva, Valdés, Gherardi, Bermúdez y Garza (2018) efectuaron una investigación en México, cuyo objetivo fue analizar el efecto percibido por universitarios sobre las variables uso de Facebook, consumo de alcohol y estrés, así como su relación. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional y de corte transversal, emplearon una muestra probabilística constituida por 110 universitarios de la ciudad de Nuevo León. Los instrumentos que emplearon fueron el Cuestionario de Identificación de Trastornos por Uso del Alcohol (AUDIT), el Cuestionario de Uso de Facebook y la Escala de Estrés Percibido. Los resultados reportaron que el 6,4% de participantes consideraban que el uso de Facebook ha venido afectado su consumo de alcohol. Del mismo modo señalaron correlaciones significativas entre el contenido de alcohol en Facebook con el consumo de alcohol ($r = 0,204$, $p < 0,05$), las horas en Facebook con el estrés percibido ($r = 0,189$, $p < 0,05$). Por otro lado, reportaron que las horas y días de uso de Facebook influyen en el estrés percibido por los jóvenes, la edad y el sexo sobre el consumo de alcohol ($R^2 = 30,9\%$, $p = 0,003$). Como conclusión, los investigadores señalan importante y necesario el considerar las redes sociales como una variable

significativa para ser incluida en futuras intervenciones en salud mental.

Uso de Facebook

Facebook a lo largo de la historia: El nacimiento de la red social Facebook se remonta al año 2004 donde Mark Zuckerberg estudiante de la Universidad de Harvard en ese entonces, ofreció un servicio únicamente para los estudiantes de dicha entidad educativa (Fandiño, Mangana, Martín, Molinos y Schoendorff, 2016). A lo largo del primer mes de creación Facebook ya contaba con suscripción de más del 50% de universitarios de Harvard, meses después este servicio electrónico se extiende hacia otras entidades educativas como Boston University, Boston College, entre otras (Fandiño et al. 2016; Carrizo, 2012). Al primer año de creación, Facebook ya contaba con más de un millón de usuarios, pero ese mismo año, las gestiones sobre dicha red social lograron incorporar a aproximadamente 11 millones de usuarios. Ya para el año 2006, Facebook logró introducirse en universidades del exterior, desarrollando una plataforma más llamativa, logrando en ese mismo año hacerse público, facilitando el acceso a toda la comunidad en el mundo (Mejía, 2012). Alrededor del año 2014, las investigaciones sobre esta red social la han posicionado como la de más uso a nivel mundial, contando con aproximadamente 1400 millones de personas que cuentan con un perfil en la misma (Dzodan, 2016). Finalmente, en el contexto peruano los estudios de CCR Bus sostuvieron que Facebook es la red social más popular en nuestro país, para tal investigación contaron con la participación de 800 personas de procedencia peruana que residían en Lima, con edades entre 18 a 65 años (Dzodan, 2016; Mejía, 2012).

Facebook como red social

En palabras de Merodio (2010) Facebook es considerada como un de las redes sociales

con mayor uso, donde se facilita la transmisión de contenido fotográfico y audiovisual, que de igual forma provee al usuario de una amplia gama de contacto social virtual, siendo usado también por empresas para fines publicitarios y/o promocionales. No obstante, esta red social brinda al usuario un espacio privado para la interacción virtual con otros usuarios conocidos o no conocidos para el individuo. Bajo esta perspectiva, Halligan (2013) señala que la red social Facebook consigue la conexión e interacción virtual entre amigos, familiares o personas desconocidas con intereses análogos, consiguiendo ser una de las redes con mayor impacto mundial. Facebook cuenta con diversidad de funciones y también de usos, facilitando a la persona un espacio individual virtual que permite manifestar sus características sociodemográficas, identidad, información profesional y/o laboral y la posibilidad de conocer personas nuevas o contactarse con personas ya conocidas (García, 2010; Zywica, 2008). Por su parte, Duque (2013) menciona que Facebook posee una naturaleza bidireccional, ya que facilita el intercambio de información entre dos o más partes, lo que constituye una regla fundamental de la comunicación. Del mismo modo, es masiva, ya que cuenta con gran cantidad de usuarios que han adquirido un perfil y se conectan de forma simultánea. Por otra parte, es instantáneo, pues se comparte la información en tiempo real no solo a nivel de mensajes textuales, sino también al compartir contenido multimedia. Es móvil, ya que su uso se pueda dar en la actualidad a través de aparatos móviles, hecho que ha aumentado en gran medida su comercialización. También es considerado como una red medible pues genera apoyo al marketing y a la mejora de estrategias de consumo de productos o servicios, además es indexable debido a su impacto y ecológico pues no genera daños ambientales y los recursos energéticos que emplean son mínimos. Finalmente, es gratuito por lo que existe bastante disposición

para el acceso a dicha red social, sin restricción de tiempos y horarios.

Uso, abuso y adicción al Facebook

El uso es considerado, como una determinada manera de consumo o acceso a una actividad que no repercute ni generan consecuencias inmediatas en el individuo, ni en su entorno. En este caso, el uso de Facebook contemplaría el acceso a esta red social en el que su frecuencia de acceso, permanencia y/o situación física, psicológica y/o social de la persona no repercute negativamente en sus diversas esferas de desarrollo (Echeburúa y Corral, 2010). Por otra parte, el abuso consiste en explicar cómo es que la frecuencia de acceso y/o consumo a una determina actividad o sustancia producen consecuencias desfavorables para el individuo y las personas que lo rodean, en tanto, si el acceso a Facebook conlleva a afectar el desarrollo de tareas del individuo, sus responsabilidades, entre otras actividades que alteren su dinámica, estaríamos hablando de un abuso (Asociación de Psiquiatría Americana [APA], 2000). Finalmente, según señalan Echeburúa y Requenses (2012) la adicción comprende una afición de tipo patológica que produce dependencia en el individuo, llevándolo a crear restricción en sus actividades de normal interés, interfiriendo notablemente en su vida personal, social, académica, ocupacional y de salud. La adicción contempla características, entre las que destacan la pérdida del control y la dependencia, controlada inicialmente por refuerzos positivos que implican un efecto de placer en el individuo, pero que en su curso se logran regular con refuerzos negativos como la sensación de alivio y/o tensión de tipo emocional (Echeburúa y Corral 2010). Por consiguiente, la adicción a Facebook comprende un tipo de adicción no convencional que 0 concebida como el acceso a un juego o mecanismo de comunicación que con el transcurrir del tiempo logra ser adictiva, generando en el individuo un ímpetu ante su acceso, perdiendo el interés por

actividades que con anterioridad desarrollaba y el generaban agrado. (Echeburúa, Labrador y Becoña, 2009). Desde otra perspectiva, Escurra y Salas (2014) consideran la adicción a Facebook dentro de las adicciones de tipo psicológicas, pues reúnen una serie de comportamientos repetitivos que se instalan como hábitos que producen estados de necesidad asociados a niveles elevados de ansiedad, en tanto, con objetivo de reducir dichos niveles de ansiedad es que se generan los comportamientos adictivos sin requerir de alguna sustancia psicoactiva. Del mismo modo, cabe precisar que en todo tipo de adicción adquiere presencia el síndrome de abstinencia. En síntesis, la Confederación Andaluza de Asociaciones de Madres y Padres del alumnado por la educación pública (2010) menciona algunos indicadores significativos que suelen relacionarse con la adicción al Facebook, entre los que se destacan el no dormir únicamente por conectarse a la red social, desatender a la familia o una reducción en el contacto físico con la misma, descuido en el aspecto físico y de salud a causa de pasar gran cantidad de tiempo en la red social, discusiones y/o conflictos causados por el uso en exceso de la red social, pensamientos constantes sobre la red social aun cuando se encuentre conectado, irritabilidad ante la falta de acceso o lentitud al acceder a la red social, pérdida de la noción del tiempo al conectarse a la red social, mentiras sobre el tiempo que usa en su acceso a la red social, aislamiento social, problemas en el rendimiento académico y/o laboral, sensación de euforia y/o acciones poco convencionales ante el acceso a la red social.

Ventajas y

desventajas del uso de Facebook

En función a lo descrito por Nuñez (2014) el uso de redes sociales como Facebook, pueden traer consigo una serie de ventajas y desventajas. Por un lado, dentro de las ventajas podemos encontrar las de tipo social, pues esta red facilita el aprendizaje de

normas y valores para un óptimo desempeño en la convivencia con otras personas, retomar con antiguas amistades y los vincula a una sociedad de tipo virtual en la que se logra una interacción con fines de amistad, generar contacto profesional, relaciones afectivas, debates, entre otros. Otro tipo de ventajas son las de trabajo y negocios, pues el uso de esta red social, ha venido facilitando el acceso al empleo, habiéndose creado a la fecha un sinnúmero de perfiles empresariales con plataforma laboral, de igual forma se han potenciado los negocios y ha incrementado la demanda de acceso a productos por dicho medio. Seguidamente, se encuentran las ventajas de información, debido a que Facebook actualmente cuenta con una serie de enlaces que nos brindan acceso a la información, material informativo, libros, entre otros elementos que generan interés como las noticias y hasta la vida personal de los contactos asociados (Nuñez, 2014). Por otro lado, dentro de las desventajas de esta red social se sitúa en primer lugar la exposición a la vida privada, suplantación de perfiles, déficit en el control de datos personales, adicciones, acceso a ser víctima de algún delito, amenazas, discriminación y violencia (Nuñez, 2014).

Uso de Facebook en la adolescencia

Echeburúa et al. (2009) consideran que el conectarse a una red social y estar pendiente de la misma, suele ser una problemática ampliamente relacionada con la edad, en tal sentido es muy común precisar que las personas con mayor acceso a esta red suelen hallarse en el periodo de vida adolescente quienes usualmente emplean mucho tiempo no solo para entablar interacción social en la red, sino para dedicarse a decorar y mostrar un perfil acorde a sus expectativas, hallándose de casos de personas con más de 18 horas realizando dicha actividad. Más tarde, Echeburúa y Corral (2010) señalan que lo primordial y atractivo de una red social como Facebook para el adolescente, son

las respuestas rápidas y refuerzos inmediatos, la interacción y las diversas actividades que contiene, las cuales son de muy fácil acceso y aprendizaje sobre todo en usuarios adolescentes. Por otra parte, diversos estudios han evidenciado que debido a la carencia y/o problemáticas por las que atraviesan los adolescentes en la actualidad, es que dicho grupo etario suele ser uno de los grandes consumidores de Facebook, por ejemplo Herrera, Pacheco, Palomar y Zavala (2010) señalan que la depresión y el déficit en las habilidades sociales suelen relacionarse con el uso de Facebook y generar adicción. Del mismo modo, las relaciones afectivas entre adolescentes suelen ser un tema por el cual se potencia su acceso, no obstante, Tarazona (2013) ha afirmado que el uso de Facebook predice muchas veces los celos en adolescentes y jóvenes. Adicionalmente, Meier y Gray (2013) consideran que la autopercepción suele relacionarse con el uso del Facebook, más aún el tiempo que los adolescentes dedican a la toma de fotografías, hecho que incrementa su permanencia en esta red social. Finalmente, es importante mencionar que entre las variables que generan riesgo a desarrollar una adicción a Facebook se encuentra, el déficit en la pertenencia a una familia, es decir las dificultades en las relaciones familiares suelen incrementar el riesgo a pasar tiempo en exceso en Facebook, siendo los adolescentes un grupo altamente vulnerable (Cerna y Plasencia, 2012).

Procrastinación académica

Desde una perspectiva general, la procrastinación es conceptualizada por Lay y Silverman (1996) como la propensión a dejar para después o posponer una determinada actividad, aún si se cuenta con la intención de desarrollarla, además de ello, el individuo suele ser consciente de las consecuencias que trae consigo el no cumplir con la actividad o tarea programada. A esta idea, Sánchez (2010) agrega que las personas

que procrastinan suelen manejar una cognición irracional, lo que los hace demorar y obstaculizar la realización de la tarea, perdiendo muchas veces la motivación por la actividad. En síntesis, la procrastinación señala un patrón de cogniciones y conductas, que postergan la realización de la actividad y suelen conducir a situaciones de estrés (Lay y Silverman, 1996; Sánchez, 2010).

Álvarez (2010) define propiamente la procrastinación académica como la postergación de actividades, toma de decisiones y responsabilidades en estudiantes dentro de un contexto académico y/o escolar. Chan (2011) define la procrastinación académica como un problema de autocontrol y de déficit en la organización con actividades escolares, influenciando muchas veces en la capacidad del individuo para la solución de problemas en el contexto académico y el desempeño en dicha área. Finalmente, Pardo, Perilla y Salinas (2014) consideran la procrastinación académica como la evitación de tipo voluntaria frente a responsabilidades y/o actividades académicas, que se originan debido a que los estudiantes realizan sus tareas en un tiempo postergado debido a la pérdida de motivación y a la idea de obligación que perciben en su desarrollo, la cual se sitúa como aversiva.

Causas y consecuencias del comportamiento procrastinador

Emmett (como se citó en Lozano y Bonora, 2015) hizo mención a una serie de acciones y/o pensamientos que ocasionan procrastinación, entre los que destacan el miedo a la imperfección, a lo nuevo, a ser juzgado, a cometer errores, a tener éxito, al cambio, al responder frente a diversas exigencias, a la demanda de responsabilidad, sentimientos, y al rechazo. Por otra parte, Ellis y Knaus (1977) pone en manifiesto que la procrastinación trae consigo estrés, frustración, ansiedad y evasión.

Enfoques teóricos-explicativos de la Procrastinación

Desde la perspectiva de Álvarez (2010) la procrastinación puede ser explicada bajo tres enfoques teóricos. El primero de ellos, corresponde al psicodinámico basándose en las concepciones teóricas de Freud, donde sostiene que existe un componente de angustia frente a la evitación de una determinada tarea, es decir, la angustia supone una alarma frente al “yo”, situándose amenazante y al ser detectada por el “yo” se desarrollan una serie de mecanismos de defensa que potencian la evasión de la actividad. Por su parte, Baker (como se citó en Solomon y Rothblum, 1984) enfoca en modelo psicodinámico y la procrastinación como un miedo al fracaso, centrándose en atender los motivantes de las personas que tienden a fracasar frente a una actividad pese a que cuentan con capacidades para su desarrollo, dicho investigador sostiene que el temor a fracasar suele darse producto de relaciones patológicas en la familia, siendo un inadecuado rol parental un potente facilitador de la frustración y la baja autoestima. Consecutivamente fue estudiado el enfoque conductual, siendo Skinner (1977) el autor que explica que la conducta de procrastinar se potencia ante la aparición de un refuerzo, es decir, la procrastinación se logra ante el éxito que se tuvo al realizarla, del mismo modo esta conducta es comprendida como una evitación o escape condicionado en el tiempo. Finalmente, el modelo cognitivo conductual, explica la procrastinación por Ellis y Knaus (1977) como un temor de concepto cognitivamente irracional que potencia la inadecuada realización de la tarea, es decir, las personas que procrastinan suelen mentalizar metas poco reales que los conllevan a crearse ideas de fracaso, hecho que refuerza la demora para iniciar las tareas y muchas veces imposibilita su total desarrollo. En este modelo también se ubica Wolters (2003) quien señala que la procrastinación responde a un procesamiento disfuncional de la información, relacionado con esquemas de incapacidad, temor, exclusión que se dan producto de la

reflexión cognitiva sobre comportamientos de aplazamiento, adquiriendo presencia de baja autoeficacia la cual suele relacionarse con negativos pensamientos automáticos.

Tipos de procrastinación

Álvarez (2010) estudia dos tipos de procrastinación, la primera de ellas hace referencia a la procrastinación general, entendida como una conducta de evitación frente a la realización de tareas desde un ámbito general, mientras que la procrastinación académica responde a un contexto específico el cual es el académico o escolar. Por otro lado, Knaus (2002) ubica la procrastinación desde diversos tipos: conductual, relacionada con la salud, la duda del sí mismo, al cambio, resistente, de cambio, de aprendizaje, organizacional, de toma de decisiones y la de promesas. Igualmente, Pardo et al. (2014) identifica tres tipos de procrastinación: familiar, emocional, y académica, entendida como una “evitación voluntaria de responsabilidades y actividades, causada porque los estudiantes realizan las tareas dentro de un tiempo determinado pero no poseen motivación a la hora de ejecutarlas, por percibir estas obligaciones como aversivas” (Quiñones, 2018, p. 34).

Procrastinación académica en el adolescente

La procrastinación académica se sitúa con mayor frecuencia como un problema que viene afectando la salud psicológica de estudiantes, manifestándose como un problema que arrastra dificultades en la organización del tiempo, subestimando muchas veces los recursos con los que cuenta el educando para el desarrollo de competencias (Akinsola, 2007). Operacionalmente en el ámbito educativo, la procrastinación suele manifestarse ante el incumplimiento de tareas en las fechas pactadas por maestros, a su vez los educandos suelen solicitar cambios en las fechas programadas para la realización de exámenes (Álvarez, 2010). Las ideas expuestas son reforzadas por Sánchez (2010)

quien señala que existe una significativa asociación entre la procrastinación y la inadecuada administración del tiempo en la vida adolescente. De acuerdo con Alegre (2014) al encontrar relación significativa e indirecta entre autoeficacia y procrastinación en adolescentes, sitúa a la conducta de procrastinar como un elemento ampliamente mediado por la motivación, la cual muchas veces necesita refuerzos externos para poder mantenerla o potenciarla en individuos con edad adolescente. Por otro lado, los estudios de Steel (2007) afirman que la procrastinación académica suele iniciarse en la educación de nivel secundaria, donde se hace manifiesta la demora injustificada e irracional para desarrollar las tareas en aproximadamente el 50% de escolares. Finalmente, Álvarez (2010) sostiene que el individuo que procrastina posee características como bajo autoconcepto, considerándose como poco capaz de desarrollar la actividad asignada, ante ello es importante señalar que los principales problemas ligados al autoconcepto son dados en población adolescente.

Uso de Facebook y procrastinación académica

Desde un punto de vista teórico, el componente que refuerza la relación entre el uso de Facebook y la procrastinación académica es la autorregulación, es decir, los estudiantes al no poder ejercer un control sobre el uso a Facebook suelen descuidar las tareas y/o trabajos escolares (Castro y Mahamud, 2017). Bajo esta perspectiva, Echeburúa y Corral (2010) señalan que las tecnologías de la información y las redes sociales como Facebook son un fuerte atractivo para adolescentes y jóvenes, caracterizándose por la respuesta y recompensa rápida a la interacción, hecho que motiva su uso, y posterga responsabilidades como el desarrollo de tareas académicas. Por otro lado, Hsin y Nam (2005) indican que el procrastinar es un proceso que responde a diferentes variables, ya sean de tipo emocionales, cognitivas y comportamentales, dentro de las emocionales

y/o afectivas puede darse a conocer la relación familiar la cual a su vez repercute de forma significativa en el acceso que el individuo adquiere frente a Facebook, pues como bien mencionan Cerna y Plasencia (2012) las dificultades en las relaciones familiares suelen incrementar el riesgo a pasar tiempo en exceso en Facebook y estas a su vez influyen en el comportamiento procrastinador. Del mismo modo, cabe señalar que un elemento importante y característico que se encuentra presente en el uso excesivo de Facebook y la procrastinación académica, suele ser la ansiedad, manifestándose por un lado en la necesidad de acceder a la red social y por otro lado por la sensación de no poder lograr la tarea asignada, hecho que viene acompañado de ideas irracionales que afectan el autoconcepto del individuo (Pulido, Berrenchea, Hugues, Quiroz, Velázquez y Yunes, 2013). Finalmente, con referencia al autoconcepto diversas investigaciones han evidenciado que un nivel bajo en dicha variable es característico en personas que hacen un uso desmedido de Facebook y en aquellos que procrastinan tareas académicas (Álvarez, 2010).

1.2. Formulación del problema

¿Qué relación existe entre la adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019

1.3.2. Objetivos específicos

Describir los niveles de uso a Facebook en estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019

Identificar los niveles de procrastinación académica en estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019

Determinar la relación entre la adicción a Facebook y la dimensión autoregulación académica en los estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019.

Determinar la relación entre la adicción a Facebook y la dimensión postergación de actividades en los estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019.

1.4. Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

H¹: Si existe relación significativa entre la adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019

H⁰: No existe relación significativa entre la adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019 ¹

1.4.2. Hipótesis específicas

H¹: Existe relación significativa entre la adicción a Facebook y la dimensión Autorregulación académica en estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019

H⁰: No existe relación significativa entre la adicción a Facebook y la dimensión Autorregulación académica en estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019

H²: Existe relación significativa entre la adicción a Facebook y la dimensión Postergación de actividades en los estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019

H⁰: No existe relación significativa entre la adicción a Facebook y la dimensión Postergación de actividades en los estudiantes de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

La investigación empleada en la presente investigación es de tipo descriptivo – correlacional porque se describirá y relacionará las variables adicción a Facebook y Procrastinación académica. El diseño usado investigación fue no experimental de tipo transversal (Hernández, Fernández y Batista, 2014).

2.2. Población y muestra

Población

La población estuvo conformada por 335 alumnos de 1ro a 5to de secundaria, de ambos sexos, comprendidos entre los 11 a 16 años de edad del colegio privado de Los Olivos, matriculados en el año 2019.

Muestra

El muestreo se determinó en forma no probabilística e intencional según lo mencionan Velázquez y Córdova (1999) ya que no se empleó el azar para seleccionar a los sujetos y únicamente participaron aquellos alumnos que cumplieran con los criterios de selección y tuviesen facilidades para la participación. Constituyéndose finalmente una muestra por un total 179 estudiantes de secundaria de un colegio privado de Los Olivos, asumiendo una confianza 95% y margen de error del 5%.

Tabla 1

Distribución de la muestra según sexo y grado

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Mujer	101	56,4
Hombre	78	43,6
Total	179	100,0
Grado		
Primer	49	27,4
Segundo	32	17,9
Tercero	24	13,4
Cuarto	28	15,6
Quinto	46	25,7
Total	179	100,0

2.3. Criterios de inclusión

Para la elaboración de la presente investigación se priorizaron estudios académicos relacionados al campo de la psicología de las adicciones, redes sociales –facebook- y procrastinación académica; además, que dichos estudios tengan resultados empíricos, incluyendo artículos de investigación como: capítulos de libros, revistas, tesis e investigaciones que impliquen búsqueda de información científica. No obstante, se incluyeron estudios con poblaciones semejantes a esta investigación, de ambos sexos, en la etapa de adolescencia y juventud temprana.

Por otro lado, para seleccionar a los participantes, se precisó entre los grados de primero a quinto de secundaria, de ambos sexos, que cuenten con el consentimiento informado y deseen participar de forma voluntaria.

Las principales fuentes investigados fueron con método cuantitativo y con diseño no experimental; además, en la búsqueda de fuentes se obtuvieron principalmente

de: Redalyc, Scielo, Alicia, Dialnet, y en repositorios de universidades privadas y públicas.

2.4. Criterios de exclusión

Se descartaron artículos e investigaciones mayores a 25 años de antigüedad y aquellos que no tenían relación con el presente trabajo.

Del mismo modo, se excluyó a estudiantes con el grado menor a 1ro de secundaria y mayores 5to de secundaria. También a los que no estuvieron presentes el día que se aplicó los respectivos cuestionarios y que no sean usuarios de Facebook, por lo tanto se excluyeron a alumnos que no cumplían con los criterios antes mencionados así como también a los que se rehusaban de participar.

2.5. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

2.5.1 Técnicas de Recolección de datos: la técnica usada es la de encuesta, ya que se encuestó mediante instrumentos psicométricos para alcanzar los objetivos de la investigación.

2.5.2 Instrumentos de Recolección de datos:

Escala de Adicción a Facebook de Bergen

Es una escala comprendida de 6 ítems y utiliza una escala de Likert. La valoración para cada ítem es de cinco puntos que van de muy rara vez, rara vez, alguna vez, casi siempre y siempre, puntajes que indican una gradiente de adicción al Facebook. Respecto a la confiabilidad de consistencia interna Andreassen (2012) reporta una alfa de Cronbach 0.82 y una estructura factorial (RMSEA= 0.046,

CFI=0.99). Se reporta un coeficiente de fiabilidad test-retest en tres semanas fue de 0.82. En Perú Vallejos-Flores, Copez-Lonzoy y Capa-Luque (2018) validaron la escala de Adicción a Facebook de Bergen – BASF, aplicaron el cuestionario *Fear of Missing Out* (FoMO) como medida de contraste ($r=.60$) o validez concurrente. La estructura interna fue determinada bajo el análisis factorial confirmatorio (AFC), reportando indicadores satisfactorios en la mayoría de índices de bondad de ajuste $\chi^2=23.9315$ (9), CFI=.994, TLI=.990, SRMR=.032, RMSEA=.061 (IC90%=.032, .092) confirmando la validez de constructo y además corroboraron que el instrumento es unidimensional. Respecto a los índices de confiabilidad trabajaron con el coeficiente alfa ($\alpha=.84$) concluyendo que el instrumento es confiable.

Escala de Procrastinación Académica (EPA).

Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) adaptada por Álvarez (2010). Consta de 16 ítems con cinco opciones de respuesta (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre y Siempre), asignándole a cada pregunta la puntuación de 1 (Nunca) a 5 (Siempre).

La Escala de procrastinación académica (EPA) se administra de manera Individual y colectiva. El tiempo de administración es aproximadamente entre 8 y 12 minutos.

Fue validada en nuestro país por Dominguez, Villegas y Centeno (2014) mediante el análisis factorial confirmaron (AFC) que EPA presento una estructura bifactorial. Respecto a la confiabilidad mediante el alfa de Cronbach obtuvieron 0.816 para la escala total; .821 para el factor Autorregulación académica, y .752

para el factor Postergación de actividades. Concluyeron que la escala mediante el AFC se quedó con 12 ítems. Los autores también precisan respecto a la corrección de la escala, señalando sobre el factor Autorregulación académica, al corregirse en escala invertida, mientras más alto es el puntaje, la autorregulación es menor y respecto Postergación de Actividades, mientras más puntúe la persona, mayor es su tendencia a postergar.

Chávez (2019) validó la escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas públicas de Comas, entre las edades de 11 a 18 años, respecto a la validez de constructo se realizó mediante el análisis factorial confirmatorio hallando indicadores de ajuste para las dos dimensiones propuestas, demostrando el ajuste adecuado y respecto a la confiabilidad por consistencia interna se obtuvo gracias al Alfa de Cronbach y Coeficiente de Omega cuyos valores se determinaron aceptables .

2.6. Procedimiento de recolección de Datos

La primera etapa fue realizar el proyecto y plantear los objetivos de la investigación. Luego se hicieron las gestiones con las autoridades de la institución educativa para solicitar los permisos correspondientes y enviar los consentimientos informados a los padres de familia de los estudiantes para que otorguen la autorización y se pueda realizar la investigación. La encuesta se llevó a cabo en varias semanas en las horas de tutoría, previa coordinación con la directora de la institución. Se descartaron pruebas incompletas, con borradores o ilegibles. Se realizó en primera instancia una base de datos en Excel y luego se

exportaron al SPSS para realizar los análisis correspondientes según los objetivos. Al final se realizó el informe final de la investigación.

2.7. Procedimiento de Análisis los Datos

Se realizó el análisis estadístico de recolección de datos en el programa SPSS; asimismo se analizó la prueba de normalidad mediante Kolmogorov-Smirnov (K-S) para poder determinar la utilización de estadísticos paramétricos o no paramétricos. Se determinó utilizar la correlación de Spearman, donde según la “[guía de asociación entre variables (Pearson y Spearman en SPSS), 2014]”, ésta correlación se utiliza en dos variables ordinales, donde los valores van de -1 a 1, siendo 0 el valor que indica no correlación.

2.8 Aspectos éticos

Se informó a los padres de familia de los alumnos mediante un consentimiento informado donde se explicó sobre la finalidad del estudio, riesgos, beneficios y confidencialidad, se les aseguro el anonimato de la participación de sus menores hijos. Así mismo se les entregó la autorización para que otorguen el permiso correspondiente.

A todos aquellos alumnos que se mostraron dispuestos a colaborar se les entregó los instrumentos en formato papel.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

3.1 Análisis exploratorio de la variable de estudio

La Tabla 2, muestra los resultados de la prueba de ajuste a la normalidad Kolmogorov-Smirnov (K-S). El valor p se muestra inferior al 0.05, por tanto los datos de las variables no se ajustan a la normalidad, lo que sustenta el uso de pruebas no paramétricas para el análisis de datos.

Tabla 2

Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para las variables adicción a Facebook y Procrastinación

VARIABLES	M	DS	K-S	P
Adicción Facebook	17,01	6,65	0,133	0,000
Procrastinación	33,64	5,72	0,130	0,000
Postergación Actividades	9,40	1,55	0,217	0,000
Autoregulación Académica	24,24	4,65	0,121	0,000
(p>0.05)				

3.2 Análisis de correlación de las variables adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de secundaria

En la tabla 3, se muestra el resultado de la correlación entre las variables adicción al Facebook y procrastinación académica, observándose una alta correlación ($\rho = 0,702$) y altamente significativa ($p=,000$). Esto quiere decir que a mayor adicción a Facebook mayor

procrastinación académica en estudiantes de secundaria. En este sentido, y de acuerdo a los resultados, puesto que la significancia obtenida es menor a 0.05, se corrobora la hipótesis general propuesta por el investigador.

Tabla 3

Correlación entre adicción Facebook y Procrastinación Académica en estudiantes de secundaria

	<i>Procrastinación Académica</i>	
	Rho	P
<i>Adicción a Facebook</i>	0,702**	0,000

3.3 Descripción de los niveles de uso de Facebook

En la tabla 4 observamos que un 61,5% presentan un de uso problemático del Facebook, un 21,2% presenta un uso habitual y finalmente el 17,3% de los estudiantes de secundaria presentan un uso adictivo del Facebook.

Tabla 4

Niveles de uso de Facebook en los estudiantes de Secundaria

Niveles de uso de Facebook	Frecuencia	Porcentaje
Uso Habitual	38	21,2
Uso Problemático	110	61,5
Uso Adictivo	31	17,3
Total	179	100,0

3.4 Descripción de los niveles de Procrastinación Académica

En la tabla 5 se describen los niveles de Procrastinación académica, se observa que el 50,3% presenta una procrastinación moderada, seguida por un 25,7% presenta una baja procrastinación y finalmente hay un 24% de los estudiantes presenta una alta procrastinación.

Tabla 5

Niveles de Procrastinación Académica en los estudiantes de secundaria

Niveles de procrastinación académica	Frecuencia	Porcentaje
Baja	46	25,7
Moderada	90	50,3
Alta	43	24,0
Total	179	100,0

3.5 Análisis de correlación entre la adicción a Facebook y la dimensión de autoregulación académica en los estudiantes de secundaria

En la Tabla 6 se observa que existe una correlación moderada inversa y altamente significativa entre la adicción a Facebook y la autoregulación académica ($Rho: -0,685; p=0,000$), esto quiere decir, que a mayor adicción a Facebook menor autoregulación académica. En este sentido, y de acuerdo a los resultados, puesto que la significancia obtenida es menor a 0.05, se corrobora la hipótesis específica propuesta por el investigador.

Tabla 6

Análisis de correlación entre la Adicción a Facebook y autoregulación académica

Autorregulación
académica

Adicción a Facebook	Rho	-0,685**
	p	0,000
	N	179

3. 6 Análisis de correlación entre la adicción a Facebook y la dimensión postergación de actividades en los estudiantes de secundaria

En la Tabla 7 se aprecia una correlación moderada y altamente significativa entre la adicción al Facebook y la postergación de actividades (Rho: 0,522; p= 0,000), esto nos quiere decir, que a mayor adicción a Facebook mayor postergación de actividades. En este sentido, y de acuerdo a los resultados, puesto que la significancia obtenida es menor a 0.05, se corrobora la hipótesis específica propuesta por el investigador.

Tabla 7

Análisis de correlación entre la Adicción a Facebook y la dimensión de postergación de actividades

Adicción a Facebook		Postergación de Actividades
	Rho	0,522**
	p	0,000
	N	179

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

En este último quinquenio la gran evolución ha sido de las tecnologías y de las redes sociales virtuales siendo Facebook el que presentó mayor auge con más de dos billones de usuarios activos por mes (Días et al., 2018).

Esta investigación tuvo como objetivo relacionar la adicción a Facebook y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de un centro educativo privado de Los Olivos, Lima 2019. Nuestros resultados señalan que existe una alta correlación entre adicción a Facebook y la procrastinación académica en los estudiantes de secundaria. Estos hallazgos confirman nuestra hipótesis de investigación que postulaba que existe relación significativa entre la adicción a Facebook y la procrastinación académica en los estudiantes de secundaria del centro educativo privado de Los Olivos ($\rho = ,702$) y altamente significativa ($p=,000$). Esto quiere decir que ha mayor adicción a Facebook mayor procrastinación académica se presenta en los estudiantes de secundaria del centro educativo privado. Nuestros resultados se asemejan a los de Mamani y Gonzales (2019) quienes estudiaron sobre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Lima Este, hallando relación altamente significativa ($\rho = .325^{**}$, $p < 0.01$) entre adicciones a redes sociales y

procrastinación académica y concluyeron que a mayor presencia de comportamientos de adicción a las redes sociales, mayor será la tendencia a optar conductas procrastinadoras en el ámbito académico. Respecto a nuestro objetivo de niveles del uso de Facebook encontramos que 61,5% presentan un nivel problemático del uso del Facebook, un 21,2% presenta un uso habitual y finalmente el 17,3% de los estudiantes de secundaria presentan un uso adictivo del Facebook. Estos hallazgos se parecen a lo reportado por Quiñones (2018) investigó en Trujillo, a cerca de la relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales. Los resultados demostraron que se obtuvo un nivel bajo de adicción a las redes sociales con 35.1%, un nivel medio con 38.8% y un nivel alto con 26.1%. En relación al objetivo descriptivo sobre los niveles de procrastinación académica en los estudiantes de secundaria, hallamos que el 50,3% presenta una procrastinación moderada, seguida por un 25,7% presenta una baja procrastinación y finalmente hay un 24% de los estudiantes presenta una alta procrastinación. Por otro lado Chávez y Morales (2017) en México efectuaron un trabajo direccionado a conocer la procrastinación académica en estudiantes universitarios, pudiéndose ver que el 57.9% muestran una Procrastinación media y el 41.4% reflejan un nivel bajo de la misma variable. Respecto al objetivo que fue establecido para relacionar la adicción al Facebook y las dimensiones de la procrastinación académica se encontró que existe relación positiva entre la adicción a Facebook y la dimensión postergación de actividades, esto quiere decir que a mayor adicción a Facebook mayor postergación de actividades. También se encontró relación positiva entre la adicción a Facebook y autoregulación académica, esto quiere decir a mayor adicción a Facebook mayor desregulación académica en los estudiantes de secundaria de un centro educativo de Los Olivos. Estos hallazgos se asemejan a lo reportado por Condori, Mamani y Mamani (2016) en Juliaca, elaboraron un estudio cuya finalidad fue determinar la relación entre adicción a Facebook y procrastinación académica,

donde se determinó que existe correlación directa y significativa entre la Adicción al Facebook y postergación de actividades en los estudiantes es decir, a mayor nivel de adicción a Facebook existe mayor nivel de postergación de actividades. Así mismo existe correlación indirecta y significativa entre la Adicción al Facebook y Autorregulación Académica en los estudiantes, es decir, a mayor nivel de adicción a Facebook existe menor nivel de autorregulación Académica. Estos resultados afirman nuestra hipótesis que señalaba que existe relación entre la adicción a Facebook y las dimensiones de la procrastinación académica.

Nuestros resultados nos dan un panorama importante para observar la relación entre la adicción al Facebook y su implicancia en un comportamiento preocupante en los colegios que es la procrastinación académica, ya que los alumnos pueden estar postergando las tareas o realizándolas a última hora de manera inconsciente tan solo por cumplir con la actividad evitando la desaprobación. Estos hallazgos también nos dan un panorama sobre el uso y adicción a Facebook ya que su uso es controversial y más en esta población de riesgo para las adicciones químicas como comportamentales como son las adicciones tecnológicas.

Por otro lado, en cuanto a las limitaciones de la presente investigación arraigan en la falta de estudios previos sobre la variable utilizada, “adicción a Facebook”; a nivel nacional e internacional son pocas las implicancias de dicha variable. Así mismo el muestreo que se utilizó en esta investigación de tipo no probabilístico por conveniencia fue una limitante debido a que no nos permitió obtener resultados más generalizados. Queda como reto seguir investigando y buscar las mejores estrategias para enseñar a los alumnos un uso adecuado de las redes sociales y enfocarse en su desarrollo académico.

4.2 Conclusiones

- Se encontró una correlación alta ($\rho = 0,702$) y altamente significativa ($p=,000$) entre adicción a Facebook y la procrastinación académica en los estudiantes de secundaria del colegio privado de Los Olivos.
- Se obtiene que 17.3 % de los estudiantes de secundaria del colegio privado de Los Olivos presenta adicción a Facebook, el 61,5% presentan un uso problemático y es importante señalar que el 21,2% presenta un uso habitual
- El 74.3% de los estudiantes de secundaria del colegio privado de Los Olivos presenta procrastinación académica de moderada a alta. Seguida por un 25,7% presenta una baja procrastinación
- Se encontró una correlación moderada inversa y altamente significativa entre la adicción a Facebook y la dimensión autoregulación académica ($Rho: -0,685$; $p= 0,000$) en los estudiantes de secundaria del colegio privado de Los Olivos.
- Se encontró una correlación moderada y altamente significativa entre la adicción a Facebook y la dimensión postergación de actividades ($Rho: 0,522$; $p= 0,000$), en los estudiantes de secundaria del colegio privado de Los Olivos.

4.3 Recomendaciones

De acuerdo a los hallazgos encontrados podemos sugerir las siguientes recomendaciones:

- Para la comunidad científica, desarrollar investigaciones similares que consideren un muestreo probabilístico para obtener resultados más generalizables.
- A partir de estos resultados sería beneficioso realizar otros estudios e investigaciones, correlacionando con otras variables o comparando con otros grupos de alumnos por sexo y edad a fin de conocer científicamente la realidad de los estudiantes en la actualidad.
- Organizar talleres para brindar información sobre el uso, abuso y adicción de las redes sociales dirigido a padres de familia con la finalidad de explicar las ventajas, desventajas y consecuencias de estas. Asimismo, explicar la importancia de establecer mecanismos que sean efectivos en cuanto a la supervisión del tiempo que dedican sus hijos a las redes sociales y desarrollar sesiones informativas para explicar en qué consiste la procrastinación académica y como pueden ayudar a sus hijos a poder evitarla por medio de la supervisión constante, acompañamiento en actividades

académicas, organización y planificación de tareas y fomentando hábitos y técnicas de estudio.

- Promover charlas para los docentes de la institución con el objetivo de brindar información sobre estrategias que pueden utilizar durante las clases para ayudar a los alumnos a potenciar y reforzar sus hábitos y técnicas de estudio para evitar la procrastinación académica e impulsar programas para que puedan fomentar de manera positiva el buen uso de las redes sociales. Asimismo, brindar información para que puedan identificar a los alumnos que están haciendo un mal uso de estas y puedan derivar a los estudiantes que requieran de ayuda especializada.
- Establecer sesiones a los alumnos para ayudarlos a crear hábitos de estudio, técnicas, estrategias para planificar y organizar actividades académicas y evitar la procrastinación académica y sobre el uso de las redes sociales, exponiendo las ventajas, desventajas y consecuencias a nivel personal, académico y familiar que traen si no se hace un uso adecuado de estas.

REFERENCIAS

- Akinsola, M. (2007). Correlates of academic procrastination and hematics achievement of university udergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Tecnology education*, 3(4), 363-370.
- Alegre, A. (2014). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de educación y psicología de la USIL*, 1(2). 57-82. Recuperado de <http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/29>
- Álvarez, R. (2010). *Procrastinación General y Académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana Universidad de Lima*. Recuperado de [http://fresno.ulima.edu.pe/sf%5Csf_bdfde.nsf/imagenes/EB6A141E1133656A052578260070D3F5/\\$file/09persona13ALVAREZ20BLAS.pdf](http://fresno.ulima.edu.pe/sf%5Csf_bdfde.nsf/imagenes/EB6A141E1133656A052578260070D3F5/$file/09persona13ALVAREZ20BLAS.pdf).
- Asociación de Psiquiatría Americana (2000). *DSM-IV-TR. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Barcelona: Masson.
- Bernardo, Y (2014) Procrastinación académica en los escolares de nivel secundaria de un colegio particular y de un colegio nacional de Lima. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/24070>

- Carrizo, M. (2012). *Las Redes Sociales como Factor Determinante de Tránsito en la Comunicación entre Adolescentes* (Tesis de Licenciatura). Recuperado de http://www.usal.edu.ar/archivos/di/carrizo_mercedes.pdf
- Castro, S. y Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima metropolitana. *Av. Psicol*, 25(2), 189 – 197. Recuperado de <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/354>
- Cerna, J. y Plasencia, F. (2012). *Influencia de la Red Social Facebook en la formación de la autoestima en las alumnas de 1º, 2º, 3º, 4º y 5º años de Educación Secundaria de la Institución Educativa Particular “María de Nazaret” de Cajamarca* (Tesis de licenciatura). Universidad privada del norte, Lima.
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. Recuperado de www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011chan_bazar.
- Chávez, J. y Morales, M. (2017). Procrastinación académica de estudiantes en el primer año de carrera. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 4(8). Recuperado de <http://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/154>
- Cía, A. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones

categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(4), 210-217. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036946004>

Condori, Mamani (2015) *Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la facultad de ingeniería y arquitectura de la universidad peruana unión, filial Juliaca*. Tesis para optar por el título profesional de psicología.

Condori, Y., Mamani, K. y Mamani, G. (2016). *Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura de la Universidad Peruana Unión, Filial Juliaca – 2015* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/177>

Confederación Andaluza de Asociaciones de Madres y Padres del alumnado por la educación pública (2010). *Las nuevas adicciones del siglo XXI*. Recuperado de https://www.codapa.org/wp-content/uploads/2010/10/m_nuevasadicciones.pdf

Cuyún, M. I. (2013). *Adicción a redes sociales en jóvenes (Estudio realizado con jóvenes de 14-16 años del Colegio Liceo San Luis de Quetzaltenango)*. Tesis para optar el Título de Psicóloga Clínica, Universidad Rafael Landívar, Facultad de Humanidades.

Dias, P., Cadime, I., del Castillo-López, A., García-Castillo, F. y García del Castillo, J. (2018). Excessive facebook use among portuguese university students: contributes of the adaptation of the Bergen facebook addiction. *Health and Addictions*, Vol. 18, No.1, 131-139.

Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S (2014) *Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada*. *Liberabit*, 20(2): 293-304. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>

Duque, M. (2013). *Anatomía de anuncios de alta impacto en Facebook: 10 características que se debe conocer del Facebook*. Recuperado de <http://www.mediainteractivegroup.com/blog/10-caracteristicas-que-debe-conocerdel-facebook-marketing-2/>

Dzodan, D. (18 de noviembre de 2016). Las cifras de Facebook en Perú: ¿cómo y cuántos somos en la famosa red social?. *Gestión*. Recuperado de <https://gestion.pe/tecnologia/cifras-facebook-peru-famosa-red-social-121073>

Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012). *Adicción a las Redes Sociales y Nuevas Tecnologías en Niños y Adolescentes*. Madrid, España: Pirámide.

Echeburúa, E., & Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96. Obtenido de <http://www.ehu.es/echeburua/pdfs/Adicci%C3%B3n%20a%20las%20redes%20sociales.pdf>

Echeburúa, E., Labrador, L. y Becoña, F. (2009). *Las adicciones con o sin droga*. Madrid: Pirámide.

Ellis, A y Knaus, W. (1977). *Overcoming procrastination*. New York: Signet Books.

Escurre, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.

Fandiño, C., Mangana, M., Martín, G., Molinos, P. y Schoendorff, P. (2016). *La red social*. Recuperado de

<http://www.memoriamediatica.eu/images/trabajos/amparoguerra2016/historiapropananda/La%20Red%20Social%20>

Flores, E. y Quispe, S (2019) Adicción a redes sociales virtuales y desarrollo de habilidades sociales en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria del distrito de Paucarpatá. Recuperado de

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10520/PSflhue.pdf?sequence=1>

García, F. (2010). *Las Redes Sociales en la vida de tus Hijos*. España: Villena Artes Gráficas.

Guzmán, D. (2013). Procrastinación. Una mirada clínica. Barcelona. Obtenido de https://drive.google.com/a/upeu.pe/file/d/0B_Rzkq9hb1dfWWxZTWowNmYwbnc/view

Halligan, B. (2013). *Inbound Marketing*. España: Danvers M. A.

Hernández, Fernández y Batista, (2014). Selección de la muestra. En Metodología de la Investigación (6ª ed., pp. 170-191). México: McGraw-Hill.

Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J. y Zavala, D. (2010). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6-18. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1339/133915936002.pdf>

Hsin, A. y Nam, J. (2005). Rethinking Procrastination: Positive effects of active procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of social Psychology*, 3, 245-264.

INEI. (2018). Población que utiliza internet incrementó frecuencia de uso. 2015, de Instituto Nacional de Estadística e Informática Recuperado de

<http://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/poblacion-que-utiliza-internet-incrementofrecuencia-de-uso-8275/>

Josa, R. (2014). El efecto Facebook y sus repercusiones psicológicas y pedagógicas en los estudiantes de los novenos años del Colegio Universitario UTN en el periodo académico 2013-2014. trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación en la especialidad de Psicología Educativa y Orientación Vocacional, Universidad Técnica del Norte, Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología, Ibarra. Obtenido d <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/4203/1/05%20FECYT%202103%20TESIS.pdf>

Knaus, B (2002). *The procrastination workbook*. Longmeadow: New Harbinger.

Lay, C. y Silverman, S. (1996). Trait Procrastination, Anxiety, and Dilatory Behavior. *Personality and Individual Differences* (21), 61-67.

Lozano, J. y Bonora, F. (2015). *Procrastinación ¿y si lo haces ya? No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy*. España: Fundación Confemetal.

Mamani, A y Gonzales, D (2019) Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este. Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1697>

Matalinares, M., Díaz, A., Rivas, L., Dioses, A., Arenas, C., Ornella, O., Baca, D., Uceda, J., Fernández, E. y Yaringaño, J. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales

- en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13), 63-81. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/321632179>
- Meier, E. y Gray, J. (2013). Facebook Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girls. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 10(10), 1-7. Recuperado de <http://www.cs.vu.nl/~eliens/serious/local/cyber/paperbodyimage.pdf>
- Mejía, O. (2012). *Uso de las Redes Sociales como Medio Comercial* (Tesis de Licenciatura). Recuperado de http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/16/16_1059.pdf
- Merodio, J. (2010). *Como empezar a promocionar tú negocio en redes sociales* (1ra ed.). México D.F.
- Núñez, A. (2014). *Uso de redes sociales virtuales y procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria de las instituciones educativas de Comas* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/18011>
- Oliva, E., Valdés, S., Gherardi, D., Bermúdez, J. y Garza, N. (2018). Use of Facebook, perceived stress and alcohol consumption among university students. *Ciencia & Saude Coletiva*, 23(11), 3675-3681. Doi: 10.1590/1413-812320182311.27132016
- Pardo, D., Perilla, L. y Salinas, C. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 14(1), 31-44. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5493101>

- Prado, K., Suarez, N., Rodríguez, I., Moreno, L., Serrato, D. y Rivera, L. (2017). Necesidades psicológicas y uso problemático de Facebook en una muestra de jóvenes universitarios. *Revista Katharsis*, 25, 53-71. Recuperado de <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>
- Pulido, M., Berrenchea, A., Hugues, J., Quiroz, F., Velásquez, M. y Yunes, C. (2013). Uso Problemático de las Nuevas Tecnologías de la Información en Estudiantes Universitarios. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 16(4), 1119-1129. Recuperado de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/43692>
- Quiñones, M. (2018). *Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/4371>
- Ramos, C., Jadán, J., Paredes, L., Bolaños, M. y Gómez, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios Pedagógicos* 43(3), 275-289. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v43n3/art16.pdf>
- Sánchez, M (2010). Procrastinación Académica, un problema de la vida universitaria. *Studiositas*, 5 (2), 87-94
- Skinner, B. (1977). *Ciencia y Conducta Humana*. Barcelona: Fontanella.
- Solomon, L. y Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31,503-509.

Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A MetaAnalytic and Theoretical. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.

Tarazona, L. (2013). *Variables Psicológicas Asociadas al uso de Facebook: Autoestima y Narcisismo en Universitarios* (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.

Torres, A. (2016). *Relación entre habilidades sociales y procrastinación en adolescentes escolares* (Tesis de maestría). Recuperado de <http://repository.ucc.edu.co/bitstream/ucc/940/1/Tesis%20Maestr%C3%ADa%20Relaci%C3%B3n%20entre%20habilidades%20sociales%20y%20procrastinaci%C3%B3n%20en%20adolescentes%20escolares.pdf>

Vallejos-Flores, M., Copez-Lonzoy, A y Capa-Luque, W. (2018)¿Alguien en línea? evidencias de validez de la escala Bergen Adicción al Facebook (BFAS) en español. *Health and Addictions*, Vol. 18, No.2, 175-184.

WE ARE SOCIAL. (2017). Población que utiliza el móvil para conectarse a redes sociales. 2017://www.wearesocial.gob.pe/prensa/noticias/poblacionque-utiliza-movil-paraconectarse-a-redesociales-8275

Wolters, C. (2003). Entendimiento de la Procrastinación del Self: regulación de perspectiva. *Revista de educación Psicológica*, 95(1), 179-187.

Zywica, J. (2008). *Los Rostros de usuarios de Facebook: Investigación de Mejoramiento Social y Compensación Social hipótesis; La predicción de Facebook y conexión de popularidad de sociabilidad y autoestima, y Los entresijos de la popularidad con las redes semánticas*. Chicago: Asociación Internacional de Comunicación

ANEXOS

ANEXO 1: ESCALA DE ADICCIÓN A FACEBOOK BERGEN

INFORMACION SOBRE REDES SOCIALES VIRTUALES

Ha continuación se presentan algunas preguntas. No hay respuestas CORRECTAS o INCORRECTAS, sino la expresión de tus acciones y/o opiniones. **Todos los datos son de carácter anónimo y confidencial.**

GRACIAS POR TU VALIOSA AYUDA Y POR EL TIEMPO DEDICADO

Sexo: Mujer Hombre Edad: ____ Grado: ____ Tienes Celular : Si No

BFAS

A continuación, encontrará algunas preguntas sobre su **USO** de Facebook.

Elija la alternativa de respuesta para cada pregunta que mejor te describa.

No olvide responder (**X**) todas las preguntas teniendo las siguientes alternativas.

1	2	3	4	5
Muy raramente	raramente	A veces	A menudo	Muy a menudo

	¿CON QUÉ FRECUENCIA DURANTE EL ÚLTIMO AÑO HAS	1	2	3	4	5
S1	...¿pasado buen tiempo pensando en Facebook o planeando su uso?					
W2	...¿sentido inquieto o preocupado cuando se le prohibió el uso de Facebook?					
M3	...¿usado Facebook con el fin de olvidar problemas personales?					
C4	...¿utilizado Facebook tanto que te ha traído consecuencias negativas en tus estudios?					
R5	...¿tratado de reducir el uso de Facebook sin éxito?					
T6	...¿sentido el impulso de usar Facebook cada vez más?					

ANEXO 2: ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

ESCALA DE EPA

A continuación se presenta una serie de enunciados *sobre su vida académica*.

Nº	ENUNCIADOS	Siempre	Casi Siempre	A veces	Casi Nunca	Nunca
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para último minuto.	S	CS	A	CN	N
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	S	CS	A	CN	N
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	S	CS	A	CN	N
4	Asisto regularmente a clases.	S	CS	A	CN	N
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	S	CS	A	CN	N
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	S	CS	A	CN	N
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan	S	CS	A	CN	N
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	S	CS	A	CN	N
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	S	CS	A	CN	N
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.	S	CS	A	CN	N
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobre.	S	CS	A	CN	N
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.	S	CS	A	CN	N

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la Investigación:

“ADICCIÓN A FACEBOOK Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UN COLEGIO PRIVADO DE LOS OLIVOS, LIMA 2019”

Objetivo de la Investigación

Determinar la relación entre adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de un colegio privado de Los Olivos

¿Qué se propone en este estudio?

Llenar los dos instrumentos de evaluación, debido que el de Facebook contiene seis preguntas y el de procrastinación académica contiene doce preguntas.

Tiempo requerido:

El tiempo estimado para contestar los instrumentos será de 30 minutos.

Riesgo y Beneficios:

El estudio no conlleva ningún riesgo y los resultados serán entregados al departamento psicológico de la institución.

Confidencialidad:

El proceso será estrictamente confidencial.

Participación Voluntaria:

La participación es estrictamente voluntaria.

Si desea que su hijo (a) participe, por favor llenar el talonario de autorización y devolver a la maestra del estudiante.

Nombre de la Investigadora:

Melany Elizabeth Huanaco Rocha

AUTORIZACIÓN

He leído el procedimiento descrito arriba. La investigadora me ha explicado el estudio y ha contestado mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) _____, participe en el estudio de Melany Elizabeth Huanaco Rocha sobre Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de un colegio privado de Los Olivos, Lima 2019.

FIRMA DEL PADRE O MADRE