

# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



CARRERA DE PSICOLOGÍA

“RELACIÓN ENTRE LA ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y LAS HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LOS TRES ÚLTIMOS CICLOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA, 2020”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

**Autoras:**

Miriam Alexandra Cahua Bardales  
Alessandra Rebeca Espinoza de la Cruz

**Asesor:**

Mg. Nancy Alfonsina Negreiros Mora

Lima - Perú

2022

## **DEDICATORIA**

Dedicamos este trabajo a nuestros familiares quienes siempre nos han apoyado incondicionalmente.

## AGRADECIMIENTO

Agradecemos a Dios sobre todas las cosas.  
A nuestra familia, amigos, seres queridos y asesora quien nos motivó y encaminó en todo el  
proceso.

## Tabla de contenidos

<b>DEDICATORIA .....</b>	<b>2</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>3</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS .....</b>	<b>5</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS .....</b>	<b>6</b>
<b>RESUMEN .....</b>	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>8</b>
<b>CAPÍTULO II. MÉTODO.....</b>	<b>29</b>
<b>CAPÍTULO III. RESULTADOS .....</b>	<b>35</b>
<b>CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES .....</b>	<b>43</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>54</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>60</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> .....	36
<b>Tabla 2</b> .....	37
<b>Tabla 3</b> .....	38
<b>Tabla 4</b> .....	39
<b>Tabla 5</b> .....	40
<b>Tabla 6</b> .....	41
<b>Tabla 7</b> .....	42
<b>Tabla 8</b> .....	60
<b>Tabla 9</b> .....	64
<b>Tabla 10</b> .....	66
<b>Tabla 11</b> .....	67
<b>Tabla 12</b> .....	68
<b>Tabla 13</b> .....	68

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> .....	35
<b>Figura 2</b> .....	35

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. La propuesta metodológica en la que se sustenta el trabajo es de tipo básica, no experimental, cuantitativa, correlacional de corte transversal. Para esto se investigó una muestra de 186 estudiantes de psicología comprendidos entre los ciclos 8vo, 9no y 10mo de una universidad privada de Lima Metropolitana, en donde se les aplicó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero (2010). Los resultados fueron analizados a través del programa estadístico SPSS 26 y el grado de correlación se analizó a través de la fuerza de correlación de Spearman. Se concluyó que existe relación significativa, negativa y débil entre ambas variables estudiadas, siendo que se obtuvo un  $p=0.000$  ( $p=0,01$ ) y un Rho de  $-0.366$ , seleccionando así la hipótesis alterna de la investigación.

**Palabras clave:** adicción a las redes sociales, habilidades sociales, adicción, asociación

## CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial los estudiantes universitarios en estas últimas décadas tienden a procrastinar sus tareas debido al abuso de redes sociales, lo que afecta sus actividades básicas de alimentación y descanso por prestar atención al celular; que no solo afectan estas áreas, sino también la parte académica con la poca participación en clase por la posible inseguridad o temor de responder erróneamente. Según la doctora Marina Díaz-Marsa (ABC, 2019), los estudios científicos indican que usar 7 de las 11 redes sociales más comunes generan mayor riesgo de sufrir depresión y ansiedad [...] asimismo, ha definido al uso excesivo de las redes sociales como una adicción conductual, que repercute en el ámbito académico, actividades sociales y relaciones interpersonales.

En tanto, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura realizó un análisis y reflexión sobre la práctica del internet dentro de la población mundial, afirmando que existe una disminución del empleo científico del internet. En la investigación, se resalta el incremento del uso de las redes sociales sobre todo en los países en vía de desarrollo, los que generan daños colaterales en la conducta de los usuarios y la cantidad de tiempo que pueden invertir en las redes. Es por ello que se promovieron medidas para la protección de los valores universales, al determinar ventajas y consecuencias del uso de internet (UNESCO, 2011).

Un estudio realizado en España por parte de Castro & De La Villa Moral (2017) con base en las redes sociales y su práctica inadecuada puntúan que, en relación con la autoestima y las habilidades sociales, la mayoría de los usuarios son personas dentro de la adolescencia o juventud. En primer lugar, demuestran que con relación a la autoestima la mayoría de los jóvenes se ven arrastrados a estas redes debido a su facilidad de aceptación social, logrando así satisfacer necesidades sociales. Adicionalmente, al hacer un uso reiterado de las redes

sociales demuestran un alto índice en deficiencia de habilidades sociales. Ya que, a través de estas controlan su interacción con el resto de las personas, compensan sus miedos o ansiedades viéndolo como un refugio de sus relaciones disfuncionales. Como mencionan los autores, independiente del contexto, la población más vulnerable llega a ser los jóvenes o adolescentes, puesto que teniendo en cuenta que se encuentran en una etapa de búsqueda de identidad, son más propensos a buscar encajar en grupos trascendiendo sus características personales y moldeándose en función al grupo elegido; esto trayendo como consecuencia una variación en la forma de interacción y por ende en sus habilidades sociales y autoestima.

Por otro lado, Lasida & Pérez (2011) en un estudio en diferentes países de América Latina, manifiestan que las redes sociales en su complejidad demuestran una herramienta para la síntesis de los participantes del medio educativo, demostrando su ventaja y facilidad a la hora de evidenciar efectividad en los procesos educativos, principalmente en los jóvenes, ya que dinamizan el proceso de comunicación entre el docente y alumnos, a diferencia de plataformas educativas convencionales. No obstante, las redes sociales también podrían ser vista como una amenaza para la educación debido a su uso de comunicación entre pares y de entretenimiento, es así como, recomiendan enfocar el uso de estas de tal manera que no disminuyan el alcance académico, sino que más bien lo refuercen y que pueda servir de puente con el mundo laboral. Ya que la particularidad de horizontalidad de las redes sociales puede abrir muchas puertas comunicativas, es importante no perder de vista el beneficio que se puede obtener del correcto uso de estas herramientas.

Por consiguiente, para determinar que el estudiante esté yendo a la par con las exigencias del medio, un indicador de una correcta formación, sobre todo en estudiantes universitarios se evidenciaría en el desarrollo de aspectos básicos como comprender, escuchar y entablar una conversación con otra persona; así como también tratar de identificar sus

intereses y tomar iniciativas, para poder realizar una acción en concreto, además de construir vínculos afectivos intensos (Rodríguez, Cacheiro & Gil, 2014, pp. 168-169), situación que polarizándolo al contexto actual, se ve en desventaja por la práctica excesiva de redes sociales.

Siendo así que, el uso de las redes sociales no es manejado particularmente de manera idónea en el común poblacional latinoamericano, al ser una red de comunicación homogénea, provee la interacción de manera individual, dando paso a la falsa seguridad que otorga una herramienta que facilita la interacción social, además de su inmediatez, se han vuelto un método práctico para transmitir información de manera continua; por lo que ha supuesto cierto riesgo para ciertas habilidades de comunicación básica y otras habilidades humanas, logrando evidenciar un decrecimiento sobre todo en los jóvenes, ya que al ser una generación nativa digital se siente en el dominio de poder manejarla.

Polarizando esta problemática a nuestro contexto, dentro del Perú, según el Instituto Nacional de estadística e Informática (2011) "a través de una Encuesta Nacional de Hogares, observó que un 43.3% de mujeres y un 38.6% de varones entre 11 y 20 años de edad usan Internet" (Domínguez & Ybañez, 2016, p. 186), siendo que la mayoría de la población son personas dentro de la etapa escolar y universitaria, se puede inferir que son la población con mayor riesgo de poder desarrollar una adicción o en todo caso hacer un mal uso de las redes sociales debido a la facilidad con la que consumen internet.

Adicionalmente, según el Instituto de Encuestas de Opinión del Sector Público (IPSOS, 2019) evidenció que la mayoría de la población adolescente y joven dentro del Perú urbano destina su tiempo a la red social YouTube (41%) y a chatear en redes sociales (38%), dejando de lado actividades como hacer ejercicio y entablar tiempo con su familia. Cabe resaltar además que IPSOS (2020) realizó una encuesta para determinar qué red social es más

utilizada dentro de la comunidad peruana urbana, determinando que el 96% de peruanos pertenecen a la red social Facebook y 42% a Instagram, evidenciando la gran acogida que tienen estas redes sociales de contacto dentro de la población peruana, especialmente por su facilidad de acceso.

De esta manera, dentro del territorio, en la ciudad de Trujillo, la problemática del uso inadecuado de redes sociales se ha estudiado de manera correlacional con las habilidades sociales, las cuales han provisto cierta secuencia de causalidad. Debido a que en esta ciudad se encontraba un alto índice de violencia e impulsividad en los jóvenes, se buscó relacionarla con la falta de bienestar del clima familiar de tal manera que los jóvenes se refugiaban en sus redes sociales, logrando efectuar estados de bienestar al utilizarlas, convirtiéndolas así en una adicción; trayendo como consecuencia, la falta de toma de decisiones e interacción con el entorno (Domínguez & Ybañez, 2016).

Ante esto, no es ajeno entonces inferir que las habilidades sociales se ven limitadas en gran medida al uso excesivo de estas redes sociales que podrían desencadenar una adicción. En Lima Metropolitana, un estudio realizado por Delgado, Ecurra, Atalaya, Pequeña, Cuzcano, Rodríguez & Álvarez (2016) en el afán de estudiar la relación entre el uso excesivo de redes sociales y habilidades sociales ya que investigaciones arrojaron repercusiones negativas de las primeras en los jóvenes; demostraron que ciertas aptitudes o habilidades sociales, como iniciar o mantener una conversación, expresarse con el sexo opuesto, etc., se veían correlacionadas con el uso reiterado o excesivo de las redes sociales, sin tener en cuenta el tiempo que determinaban a estas. Además, se evidenció como particularidad a jóvenes con características introvertidas o ansiosas. Dentro del contexto Lima, se entiende que, si bien la población joven presenta pocas habilidades comunicativas, lo que los hace vulnerables a caer dentro del uso reiterativo de redes sociales posiblemente por la falsa seguridad que les ofrece.

Por otro lado, en la Universidad Privada del Norte sede Trujillo, se ha evidenciado que el uso de redes sociales de alguna manera interviene en sus valores, siendo que, ante el uso mayor de redes sociales, su capacidad de apertura al cambio y autopromoción se ven disminuidas. Esto debido a que es en la edad juvenil en que se ven incentivados por nuevas experiencias, que son brindadas por las redes sociales virtuales (Gutiérrez & Paredes, 2019). No obstante, el tiempo invertido en estas nuevas experiencias de búsqueda e interacción, facilitarían el aislamiento y, por ende, el desligamiento de interacciones con el entorno.

En la población de estudio se pudo observar que utilizan las redes sociales en clase como distractor más no como herramienta de apoyo, revelando poca interacción interpersonal, descuido de las actividades académicas y disminución en la participación. Así mismo, cuando el docente exhortó a los estudiantes que pararan con el uso del celular en clase, ellos mostraron molestia e incomodidad. Incluso se observó en los estudiantes que, ante la falta de conexión a internet, se mostraban preocupados al no tener acceso a las redes sociales.

En relación con las habilidades sociales, se observó que los estudiantes evitan expresar opiniones contrarias o generar mayor debate en clase, adoptando una actitud pasiva. Además, mostraron dificultad para solicitar alguna necesidad o requerimiento adicional a personas fuera de su círculo cercano. En esta misma línea, se observó que algunos estudiantes mostraron resistencia a trabajar con otras personas que no pertenecieran a su grupo de confianza.

Dentro de las definiciones que hacen referencia a la adicción a las redes sociales Caballo, Salazar y Carroble (2014), refieren que la adicción es un malestar significativo de índole clínica y que está caracterizado por un periodo de tolerancia y abstinencia, llegando en un momento la necesidad de dedicarle más tiempo del que le dedicaba antes, causando un

deseo o esfuerzo por controlar su uso. Sin embargo, ello conlleva a que decaigan las actividades sociales y recreativas.

Así también, Navarro y Rueda (2007), lo definen como una dependencia psicológica en donde el individuo pasa mayor tiempo o invierte tiempo en las redes sociales, causando en ellos incomodidad y fastidio si es que no se encuentran conectados a ellas. Siendo que en sí el usuario de estas redes es incapaz de notar sus patrones de conductas que engloban una adicción, por ello, se vuelve bastante tedioso el generar un cambio, afectando algunas o varias áreas de su vida.

Como menciona Ecurra & Salas (2014), la adicción a las redes sociales no son un trastorno propiamente dicho, sin embargo, toma como referencia los indicadores de adicciones a sustancias, en donde divide a la adicción a las redes sociales en tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes. Asimismo, la característica que presenta una persona con adicción a las redes sociales es la *saliencia*, lo que significa que es una persona dominada por sus pensamientos o conductas para realizar uso de estas redes sociales. Además, otra de las características de la adicción a las redes sociales es el deterioro de las relaciones en el ámbito familiar, social y personal; ya que la dependencia a las redes desliga a la persona de sus responsabilidades y entorno. Esto trae consigo que la persona se aísle y reduzca sus interacciones, lo que modificaría su estado de ánimo, así como el humor. Cabe resaltar que, si la persona es forzada a dejar el uso de las redes, trae consigo una fuerte molestia que podría generar peleas y una alta urgencia de regresar a ellas debido a la necesidad de saber qué es lo que se está perdiendo (Fernández, 2013). Además, aquellos jóvenes que presenten inseguridades o se encuentren aislados de su círculo social, son más propensos a caer en esta adicción (Challco, Rodríguez y Jaimes, 2016).

Por su parte, autores refieren que la adicción a las redes sociales repercute en la interacción y manejo de situaciones cotidianas, ya que no permite una buena regulación emocional y conductual. Así mismo, al verse afectadas las habilidades sociales, tales como el poder expresarse, emitir límites, negociar, dificultad de crear lazos, dificultad de manejar la agresividad, retraimiento social, entre otros, facilita a que la persona pueda mantener el ciclo de la adicción (Arnaboldi, Passarella, Conti y Dunbar, 2015). Si bien es cierto, las redes sociales son un espacio para la interacción, también repercuten negativamente en las habilidades sociales, siendo que estas se ven reducidas en la presencialidad. Esto se debe a que su abuso conlleva a la limitación del contacto, generando así una baja espontaneidad en la comunicación, forzando las emociones, disminuyendo la asertividad y la capacidad de establecer relaciones funcionales (Echeburúa y Requesens, 2012). Así mismo, se aprecia un alto grado de impulsividad y agresividad como una de las respuestas emocionales del abuso de las redes sociales, dificultando la generación de relaciones interpersonales (Alonso y Romero, 2017).

Cuando hablamos de habilidades sociales, existen muchas definiciones que explican esta variable. Por ejemplo, Caballo (1996) menciona que las habilidades sociales son un conjunto de conductas del individuo que se dan en contextos particulares de interacción con el objetivo de dar a conocer sus necesidades, sentimientos u opiniones, adaptándose al contexto sin dañar al otro. Así mismo, estas habilidades facilitan la solución de conflictos y reducen su aparición futura. Adicionalmente, Johnson y Johnson (1997) menciona que la particularidad de estas conductas es que son aprendidas, además de que las personas las utilizan dentro de su ambiente en situaciones de interacción, para que así puedan alcanzar el objetivo que se proponen.

Es importante mencionar que en la siguiente investigación se toma el concepto de Gismero (2010), quien manifiesta que las habilidades sociales son una serie de comportamientos o conductas que pueden ser expresado de dos maneras: verbal o no verbal. Con ellas, el individuo es capaz de demostrar sus necesidades, opiniones, sentimientos y demás, sin dañar resto, ni demostrar nerviosismo o inseguridad. Además, como resultado trae el auto reforzamiento de la conducta y posibilidad de encontrar un reforzado externo. Sin embargo, aun siendo las habilidades sociales conductas asertivas a la interacción social, la autora menciona que una persona puede saber desenvolverse bien en un determinado contexto, pero puede que, en otra situación específica, por más que posea las habilidades sociales, no podrá desenvolverse de manera eficaz.

Por otro lado, existen teorías que explican el desarrollo de las habilidades sociales, dentro de las cuales se encuentra la Teoría Cognoscitiva-Social de Bandura (1986), esta afirma que el ser humano es capaz de aprender por imitación en un determinado contexto social ya que es ahí en donde interacciona, retiene y mira todo aquello que lo rodea. Además, toma como ejemplo los modelos y las consecuencias que podría acarrear ciertas conductas. Bandura (1986) se adentró mucho en la explicación de las conductas violentas y violencia familiar, por lo que atribuía que los comportamientos agresivos podrían ser desencadenados por el contenido transmitido en la televisión. Es así como en su libro expone que para que las personas puedan controlar las situaciones que involucren sus pensamientos y acciones, reglas y vean como se encuentran sus objetivos y de esta manera regular sus emociones y conducta, de esta manera da mucha importancia a la autorregulación ya que las persona no actúan porque la sociedad lo demanda, sino que está motivada por normas y valores que ellos mismos dan a sus propios actos.

Otra de las principales teorías que explica el origen de las habilidades sociales es la sociohistórica de Vygotsky (1978), esta postula que todas las habilidades del ser humano tienen su inicio en el ambiente en el que se desarrolla, es decir en el contexto social. Siendo la infancia donde se vienen a dar estos procesos mayormente, debido a que es la familia el primer contacto que tiene el niño. Adicionalmente, hace hincapié en que serían dos los factores por los cuales un niño puede desarrollarse, en un primer contacto con su entorno y luego haciendo una introspección. Como menciona el autor de esta teoría, sería el ambiente en donde interactúa una persona, lo que determinaría que tan desarrollada se encuentran sus competencias. Puede que, en primera instancia, si el ambiente socializador fue fructífero, el individuo generará mayores herramientas para enfrentar el entorno; sin embargo, ante una situación contraria, provocaría déficit en las habilidades básicas para el desarrollo de un individuo.

Finalmente, otra de las teorías resaltantes es la del aprendizaje de Skinner (1938). Dentro de la teoría de Skinner se explica que las consecuencias de los actos de una persona se encuentran condicionados al medio en que se desarrollan. Tomando su teoría de E-R-C, se explicaría que la conducta estaría siendo mediada en base a los reforzadores que pueden ser positivos o negativos para que una conducta se mantenga en el tiempo. Por lo cual, las habilidades sociales serían adquiridas mediante este proceso de reforzamiento lo que incrementarían su conducta, o en todo caso la extinguirían. Se desliga entonces que es el organismo o individuo propio que ante los premios y castigos que va generando ciertas competencias, ya que al ser su ambiente un reforzador o extinguidor, esto se evidenciaría en su manejo de las contingencias y en cómo afronta las interacciones en sociedad.

Hasta el momento, se entiende que las habilidades sociales son esenciales para el individuo, sin embargo, no todas las personas presentan un nivel óptimo de habilidades

sociales, ya sea porque no fueron reforzadas, según la teoría de Skinner o no fueron enseñadas a temprana edad como lo explica en la teoría Vygotsky. Ante esto, autores han argumentado cuales serían las consecuencias de no tener desarrollado un adecuado nivel de habilidades sociales. Por ejemplo, Vallés y Vallés (1996) mencionan que, si bien puede repercutir en distintas esferas de la vida de las personas, en corto plazo se puede visualizar en el rendimiento académico; sin embargo, a un largo plazo las consecuencias pueden ser aún más graves como puede ser inseguridad, autoestima baja y inhibición social (Santos, 2012). Ante esto se desprende que, si se desea aspirar a una correcta salud mental, se debe tener en cuenta las habilidades sociales ya que regirán en cierta medida el desenvolvimiento de la persona en distintos campos de su vida. Por otro lado, teniendo en cuenta las distintas consecuencias que pueda ocurrir a un uso excesivo de las redes sociales, encaja con el deterioro de las habilidades sociales.

Por lo que, sabiendo la importancia de estas, es menester hacer una exploración relevante para determinar en qué medida llegan a ser deterioradas y desencadenar en conductas perjudiciales como depresión, ansiedad o conductas de riesgo. Adicionalmente, Raffo y Zapata (2000) mencionan que una de las consecuencias también puede ser la timidez, debida muchas veces por la necesidad de aprobación. Siendo que este individuo, al temor de ser rechazado, evita los contactos sociales. Lo que convertiría a esta persona en una población de riesgo ya que podría ser víctima de caer en conductas de riesgo o tener problemas con la autoestima.

Para establecer las dimensiones de las habilidades sociales se hizo uso de la clasificación realizada por Gismero (2010) quien evaluó las habilidades sociales dentro de 6 dimensiones, las cuales se detallan a continuación: Autoexpresión de situaciones sociales, esta dimensión expone la capacidad o habilidad que tiene un individuo de expresarse en

situaciones sociales, laborales, etc. De manera espontánea y sin temor. Tener una alta puntuación en este factor implicaría la facilidad en que tiene para interactuar en distintos contextos además de hacer preguntas sin miedo de expresar sus sentimientos y opiniones. Defensa de los propios derechos como consumidor, esta dimensión refleja la capacidad que tiene el individuo de defenderse de manera asertiva ante desconocidos en distintas situaciones de consumo. Expresión de enfado o disconformidad, esta dimensión expone la capacidad que tiene un individuo de expresar sus sentimientos negativos o estar en desacuerdo con otras personas, sin lastimar al otro, ya que un bajo índice de esta dimensión significa no exponerse o defenderse ante conflictos por miedo a qué digan los demás. Decir no y cortar interacciones, esta dimensión refleja la dificultad para cortar interacciones que ya no se quieren seguir manteniendo (como conversaciones, o interrumpir a vendedores, etc.). Es esencial esta habilidad ya que permite terminar con situaciones que podrían lastimar a corto o largo plazo. Hacer peticiones, esta dimensión refleja la expresión de peticiones a otros individuos de algo que queramos ya sean amigos, familiares o en situaciones de consumo. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: Esta dimensión hace referencia a la facilidad en que se puede iniciar interacciones con el sexo opuesto y que se den de manera espontánea.

En Ecuador, Rodríguez (2019) en su tesis titulada "Uso de redes sociales como elemento inhibitor de habilidades sociales en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Caranqui en el año lectivo 2018-2019" utilizada para obtener el título de Licenciada en Ciencias de la Educación Especialidad Psicología Educativa y Orientación vocacional, realizada a estudiantes de primero, segundo y tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Caranqui en la ciudad de Ibarra (Ecuador), evidenció como problemática la falta de interacción entre estudiantes y cómo las redes sociales tenían mayor partido en la

comunicación de las necesidades de ellos, por esto, se planteó como objetivo analizar el uso que los estudiantes le brindan a las redes sociales y como estas inhiben las habilidades sociales con la meta de realizar un programa preventivo de talleres basados en el marco teórico elegido. La investigación fue cuantitativa, no experimental, transaccional y descriptivo; para la recolección de información utilizaron un cuestionario de elaboración propia que relacionaban el uso de redes sociales y habilidades sociales. Los resultados demuestran que dentro de las redes sociales más utilizadas por los estudiantes se encuentra Facebook, invierten más de 2 a 3 horas de su tiempo en ellas y son usadas particularmente para entretenimiento; en contraste, las habilidades sociales de los estudiantes se encontraron medianamente desarrolladas, esto debido a que no demostraron niveles óptimos en ciertas dimensiones como por ejemplo las cognitivas, que refiere el no poder emitir opiniones y juicios críticos, o las emocionales que abarca reacciones más superficiales, control de emociones y expresión de las mismas. Ante esto, la autora concluye que efectivamente las redes sociales funcionan como un elemento inhibidor de habilidades sociales, especialmente las cognitivas e instrumentales, siendo que las demás no alcanzan a desarrollar su potencial; además, menciona que, debido a la particularidad recreativa de estas, es usado con mayor facilidad por los estudiantes. Ante esto recomendó a la institución plantear actividades estudiantiles que enfoquen el uso de redes sociales a meros propósitos académicos. Esta tesis es sustancial para la investigación ya que muestra el efecto que puede dejar las redes sociales en las habilidades sociales desde la dimensión de uso de las redes, siendo un indicador previo a la adicción.

Adicionalmente, en Ecuador Borrero (2019) en su tesis titulada "Adicción a la red social Facebook, y su influencia en el desarrollo de las habilidades sociales, en estudiantes de primer a tercer año de bachillerato, del Colegio Nacional Andrés Bello, en el norte de Quito,

en el año 2019", sustentada para obtener el título de Psicóloga General, tuvo como población de estudio a estudiantes del primer a tercer año de bachillerato de un colegio nacional en Quito, para lo cual su objetivo general fue identificar la relación entre el uso de la red social Facebook y las habilidades sociales en estos estudiantes, ya que dentro de su contexto encontró como uno de las problemáticas fundamentales el hecho que percibieron en su contexto que existe posiblemente una adicción al internet sobre todo, a la red social Facebook y que posiblemente se vea repercutido en las habilidades sociales de la población estudiada. Para la medición de las variables, utilizaron la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (2010) y la Escala de Adicción a Facebook de Bergen (BFAS). El enfoque de dicha investigación fue cuantitativo, transversal y de tipo correlacional. Los resultados obtenidos evidenciaron que existe una relación negativa de -0.4 entre la adicción a la red social Facebook y las habilidades sociales. Por lo que concluyó que, ante un alto grado de adicción, las habilidades sociales se ven menguadas resultando en estudiantes con baja habilidad social. Esta tesis es importante para la investigación, ya que evidencia que la presencia de adicción puede afectar al desarrollo de habilidades sociales en estudiantes, hecho que comparte con la población que se desea estudiar.

A continuación, en Colombia, Carmona, Mesa y Patiño (2019) en su tesis titulada "Riesgo de adicción a redes sociales e internet y su relación con las habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de 9 a 11 grado de instituciones educativas públicas y privadas del Municipio La Ceja" utilizada para conseguir el grado de Especialista en adicciones que tuvo como población a estudiar a los estudiantes de 9 a 11 grado de instituciones educativas públicas y privadas que pertenezcan al Municipio de La Ceja, tuvo como objetivo describir el riesgo de la adicción a redes sociales e internet con las habilidades sociales además del bienestar psicológico en la población antes mencionada. Esto debido a

que en su realidad se encontró la problemática de que en la realidad colombiana se conoce muy poco de las adicciones comportamentales además de la ludopatía, siendo que dicho estudio no solo sirva de análisis sino también que sugiera medidas de prevención. Se utilizaron como instrumento la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RS), Escala de habilidades sociales de A. Goldstein y la Escala de bienestar psicológico para Adolescentes. Para esto, la investigación fue cuantitativa, descriptiva, no experimental, utilizando un muestreo aleatorio. Los resultados arrojaron una correlación positiva de .230 lo que evidenciaría que, a mayor nivel de manejo de habilidades sociales, hay mayor probabilidad de riesgo de adicción a redes sociales e internet.

Por su parte en México, Hernández, Aldape, Pineda y López (2018) en su investigación titulada "Redes sociales y habilidades sociales en alumnos de la Preparatoria 6 de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas", publicada como artículo en la Revista Educación Básica, realizada en la Preparatoria Número 6 del Estado con una población de 850 estudiantes de bachillerato, a través de un enfoque cuantitativo, transversal y relacional. El motivo de la investigación es responder por qué existe un proceso de individualización en las generaciones actuales que hacen uso del internet y redes sociales lo que lo lleva a una sobrecarga de información que no puede digerir y menos analizar. Las pruebas aplicadas fueron el Test de Adicción a Redes Sociales de Kimberly y Young además de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein. Los resultados de la investigación evidenciaron una correlación inversa de -.67. Esto quiere decir que, la población en su mayoría puntuó niveles altos en adicción a las redes sociales en relación con un bajo nivel de habilidades sociales, lo cual significa que en la población se demuestra cierto retraimiento, dificultad para entablar relaciones y poder perpetuarlas en el tiempo.

Para Pérez (2019) en su investigación titulada “Adicción a redes sociales y habilidades sociales en jóvenes universitarios del primer al tercer ciclo del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco – 2018”, fue utilizada para obtener el grado de licenciatura en Psicología y realizada a estudiantes universitarios del primer al tercer ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco en el año 2018, esta investigación se dio a través de un diseño transversal de nivel correlacional y se planteó como objetivo principal determinar la relación significativa entre la adicción a redes sociales y habilidades sociales. Ello fue dado a través del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Habilidades Sociales. Los resultados obtenidos demuestran una relación significativa e inversa entre ambas variables de  $-0.229$ ; es decir que, a mayor desarrollada tengan las habilidades sociales, menor va a ser la adicción a las redes sociales en dicha población. Lo que reforzó su idea de investigación que cualquier conducta placentera podría desencadenar en una adicción, teniendo en cuenta la intensidad y frecuencia con la que se hace uso ya que serían componentes esenciales para determinar si se está en presencia de una adicción.

Feria (2019), en su investigación titulada “Habilidades Sociales y Uso de Redes Sociales en Estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2019”, para optar el grado de licenciatura, realizó su estudio en estudiantes universitarios de Educación Primaria de la Universidad San Cristóbal de Huamanga, este estudio tuvo un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y diseño no experimental. El objetivo principal era determinar la relación que existe entre las habilidades sociales y el uso de redes sociales en estos estudiantes, para ello, utilizaron la Escala de Habilidades Sociales y el Cuestionario del Uso de Redes Sociales, teniendo como resultados que existe una correlación directa, moderada y significativa de  $0.508$ . Es decir, se evidenció que a mayor uso de las redes sociales existe mejor capacidad de

desarrollo de las habilidades sociales. Sin embargo, a largo plazo la adicción a las redes viene generando problemas tales como estrés y ansiedad.

Por su parte en Arequipa, Fuentes y Capacoila (2019) exponen en su investigación titulada "Adicción a redes sociales y habilidades interpersonales en estudiantes universitarios", tesis utilizada para optar el grado Licenciados en Psicología, ello se realizó en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María en alumnos de 5to a 7mo ciclo de las carreras de Odontología, Arquitectura, Derecho y Psicología, en el que tuvieron como objetivo determinar si existe relación entre las redes sociales y las habilidades interpersonales. Este estudio es cuantitativo de tipo correlacional y transversal. Asimismo, los instrumentos que utilizaron fueron la Escala de Habilidades Sociales y el Test de Adicción a las Redes Sociales. Los resultados que obtuvieron muestran que existe relación entre ambas variables, pero que la carrera de Odontología presenta mayores niveles de adicción a diferencia de las demás carreras. Así como la carrera de Psicología a diferencia de las demás carreras presenta mayores habilidades sociales. Finalmente, concluyeron que existía una relación inversa de  $-0.610$  entre la adicción a las redes sociales y las habilidades interpersonales, esto quiere decir que, a mayor adicción a las redes sociales, menor van a ser las habilidades sociales. Ante esto, su investigación concuerda con que al hacer un uso excesivo de estas redes podría reflejar en un precario desenvolvimiento dentro de su entorno social.

En Lima, Portocarrero (2019) en su tesis de grado para obtener la licenciatura en Psicología, la cual tiene por título "Adicción a redes sociales y habilidades sociales en colaboradores del área administrativa de una Institución Privada de Salud de Lima Metropolitana", estuvo enfocada en estudiar a colaboradores de una institución privada de salud de Lima pertenecientes a las áreas de Contabilidad, Gerencia de Administración y Finanzas, Gestión y Desarrollo Humano, Logística, Procesos, Sistemas y Tesorería. La

investigación tiene un enfoque cuantitativo, transversal y no experimental. El objetivo de la investigación fue relacionar la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en colaboradores del área administrativa de dicha institución, para lo cual utilizó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), creada por Ecurra y Salas, y la Escala de Habilidades Sociales (EHS) creada por Gismero. Obtuvo como resultado que existe una relación negativa y no significativa entre ambas variables de  $-0.265$  lo que concluiría que no existe una relación entre ambas variables siendo entendido que aun cuando se presenten indicadores de adicción a redes sociales, las habilidades sociales no se verían disminuidas.

Además, Ikemiyashiro (2017) en su tesis de grado para obtener la Licenciatura en psicología, fue titulada "Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana", realizada en un grupo de adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana el estudio es de tipo correlacional, diseño no experimental transaccional. El objetivo fue describir la relación entre el uso excesivo de las redes sociales virtuales y las habilidades sociales, para lo cual utilizó el Test Adicción a las redes sociales y Escala de Habilidades Sociales, obteniendo como resultado una relación inversa negativa entre ambas variables de  $-0.333$ , lo que significa que aún con el uso de las redes sociales virtuales, las habilidades sociales de la muestra no se veían afectadas.

Finalmente, Delgado, Ecurra, et. (2016) realizaron un artículo de investigación titulado "Las Habilidades Sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana" que fue realizado a estudiantes de una universidad pública y privada de Lima Metropolitana, el estudio fue descriptivo de carácter correlacional y tuvo como objetivo analizar la relación entre las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales. Para ello, utilizaron La Escala de Habilidades Sociales y el Cuestionario de

Adicción a las Redes Sociales. De ello, los resultados indican la existencia de correlaciones negativas, significativas e inversas de -0.26 entre los puntajes totales de ambos cuestionarios; corroborando el hecho de que las personas que han desarrollado buenas habilidades sociales presentan bajo nivel de adicción a las redes, por lo que pueden aplicar sus habilidades en su entorno social y en sus relaciones interpersonales.

En función a lo presentado se plantea las siguientes interrogantes: ¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020? y como preguntas específicas ¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020?, ¿qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de defensa de los propios derechos de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020?, ¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de expresión de enfado de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020?, ¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de cortar las interacciones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020? , ¿qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de hacer peticiones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020?, ¿qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020?

Para ello, el objetivo general es determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y habilidades sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Y como objetivos específicos se busca determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de defensa de los propios derechos de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de expresión de enfado de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de cortar las interacciones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de hacer peticiones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020,

La pregunta general de investigación es respondida con la siguiente hipótesis: existe relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Por su parte, las preguntas específicas tienen como hipótesis: existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales de los estudiantes

de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de defensa de los propios derechos de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de expresión de enfado de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de cortar las interacciones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de hacer peticiones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.

Esta investigación identificó el perfil actual de la población en el nivel de adicción y cómo es que este afectó el comportamiento de los estudiantes con su entorno, para así sugerir medidas de acción que puedan contrarrestar. Además, los resultados servirán como índice para que las autoridades pertinentes puedan tener un conocimiento sobre la realidad de la población. Por otro lado, desde el punto de vista teórico se comprobó los postulados de ambas variables tomando los marcos conceptuales y teorías referidas a las redes sociales, así como las habilidades sociales cada una desde sus propias dimensiones. La presente investigación ayudará a que la población estudiada llegue a una toma de conciencia sobre sus conductas al hacer uso de las redes sociales que puedan desencadenar en una adicción y repercutan en sus habilidades sociales. Con base en ello, los resultados que se obtengan

ayudarán a la promoción de habilidades sociales y/o la prevención del uso excesivo de las redes sociales y el internet, disminuyendo el desarrollo de una posible adicción.

## CAPÍTULO II. MÉTODO

La presente investigación fue de tipo básica porque se utilizó un marco teórico para la comprensión de las variables sin llevarlas a la práctica (Muntané, 2010). Además, se considera de enfoque cuantitativo, ya que se utiliza un conjunto de procesos secuenciales, donde los datos serán representados de forma numérica con la finalidad de probar teorías (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). Asimismo, es de diseño no experimental ya que no se manipulan deliberadamente las variables para observar el efecto que pueda tener una sobre la otra (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). También, es de corte transaccional ya que la recolección de datos se da una sola vez (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). En cuanto al alcance de la investigación es correlacional, ya que describe la relación que se puede dar en un momento específico entre dos o más variables, ya sea que se relacionen entre sí o evidencien una relación causa-efecto (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

La unidad de estudio es al cual se le aplica un instrumento para realizar el proceso de medición y así obtener información (Fernández & Baptista, 2014). En la siguiente investigación la unidad de estudio son mujeres y varones que se encuentran matriculados en los últimos tres ciclos de la carrera de psicología en el año 2020 en una universidad privada de Lima Metropolitano. Además, la población o universo es un conjunto de todos los casos que tienen ciertas características y especificaciones en común (Hernández, Fernández & Baptista, 2014), para la siguiente investigación, esta abarca un total de 357 estudiantes de ambos sexos, matriculados dentro del año académico 2020 esta información fue facilitada por el área de coordinación de la Facultad de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. Es así, que dentro del octavo ciclo se encontraron con un total de 148 estudiantes donde el 90% pertenecían al sexo femenino y rodeaban edades entre los 19 a 49 años. En el noveno ciclo se encontraron 108 estudiantes del cual el 93% pertenecía al sexo

femenino, con edades que rodean los 20 a 31 años. Finalmente, en el décimo ciclo se encontraron 101 estudiantes en el que el 94% pertenecían al sexo femenino y rodeaban edades entre los 20 a 32 años.

Una vez determinada la población, debido a que no se puede acceder a toda, es necesario adquirir una determinada cantidad denominada muestra. Esta se entiende como una parte de la población con características representativas a la misma (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). La muestra fue determinada por la técnica de muestreo probabilístico quedando conformada por 186 estudiantes, para esto, se utilizó una recolección de tipo estratificado y bola de nieve. Se consideró como criterio de inclusión estudiantes de ambos sexos, matriculados durante el periodo del año 2020, de los últimos tres ciclos (8°, 9° y 10°) de una universidad privada de Lima Metropolitana de la carrera de Psicología. Por otro lado, se excluyeron aquellas personas que respondieron erróneamente los cuestionarios, no quisieron participar en la investigación y aquellas que no cumplían con los requisitos previamente estipulados. Para la presente investigación se decidió emplear la técnica de encuesta, ya que, según estudios, en el ámbito de la salud es una de las más utilizadas por su eficacia y rapidez al momento de recolectar los datos, además se puede aplicar de forma masiva (Casas, Repullo y Donado, 2003).

Para medir las variables se utilizaron los siguientes instrumentos: para la variable adicción se usó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) (2014), el cual tiene como autores a Miguel Ecurra y Edwin Salas, la estandarización se realizó en el 2014 y tiene como objetivo medir la adicción a las redes sociales a través de 3 dimensiones. Dentro de las dimensiones se encuentran: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales, las cuales se dividieron en niveles bajo, medio y alto. Siendo que se considera un nivel alto de adicciones cuando los puntajes se

encuentran de 65 a 96, un puntaje medio de 33 a 64 y un puntaje bajo de 0 a 32. Está compuesto por 24 elementos, su escala es tipo likert (0-4), y se obtuvo una confiabilidad de 0.95 (Escurra y Salas, 2014).

Además, se obtuvo por dimensión los siguientes niveles de confiabilidad: Obsesión (la primera dimensión), tuvo un Alfa de Cronbach de .91 y un intervalo de confianza de .90 - .92. Falta de control personal en el uso de las redes sociales (segunda dimensión) obtuvo un alfa de Cronbach de .89 y un intervalo de confianza de .86 - .90. Por último, uso excesivo de las redes sociales (última variable), obtuvo un alfa de Cronbach de .92 con un intervalo de confianza .91 - .93, por lo que se considera que obtuvieron puntajes altos en todas las dimensiones, así como una confiabilidad válida para el uso del instrumento. Por otro lado, la validez fue realizada a través de la validez por contenido, en donde se obtuvo resultados favorables además de recibir la aprobación de los jueces (Escurra y Salas, 2014). Asimismo, se realizó una prueba de validez y confiabilidad interna en donde se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0.928, esto refuerza la confiabilidad de la misma expuesta por los autores.

Por otro lado, para medir las habilidades sociales se utilizó la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (2010), el cual tiene como autora Elena Gismero, la estandarización se realizó en el 2010 por César Ruiz Alva en Trujillo y tiene como objetivo medir habilidades sociales a través de 6 dimensiones. Dentro de las dimensiones se encuentran: autoexpresión de situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas, las cuales se dividieron en niveles bajo, medio y alto. Siendo que se considera un nivel alto de habilidades sociales cuando los puntajes se encuentran de 105 a 132, un puntaje medio de 87 a 104 y un puntaje bajo de 33 a 86. Está compuesto por 33 elementos, su escala

es tipo likert, se obtuvo una confiabilidad de 0.88 en el análisis realizado por Gismeros (2002).

Por su parte en el país, se han realizado distintos estudios para analizar las propiedades psicométricas del constructo, se estimó que el nivel de confiabilidad según el Alfa de Cronbach es .828 para la escala general. En el caso de las dimensiones, para autoexpresión en situaciones sociales se estimó 0.700, defensa de los propios derechos del consumidor 0.684, para expresión de enfado y disconformidad 0.644, para la dimensión de decir no y cortar interacciones 0.606, en el caso de hacer peticiones 0.636 y en el último factor iniciar interacciones con el sexo opuesto se obtuvo una puntuación de 0.679 (Quintana, 2014), lo que se entiende a que la prueba en general presenta un buen grado de confiabilidad.

Con relación a la validez, en el caso de Gismero (2002) se realizó un análisis de correlación Ítem-Test obteniendo valores entre .30 y .49, siendo estimado con un buen grado de validez del constructo determinando así que cada ítem mide lo que debería medir. Por otro lado, en el contexto peruano se midió la validez del constructo a través del Ítem-Test e Ítem-Factor. Los resultados fueron que en la mayoría de los ítems la validez se encontraba fluctuando entre .324 y .523, siendo altamente buenos. En el caso de ítem-factor los puntajes por cada factor se encontraban entre .474 y .694, logrando un buen nivel de significancia (Quintana, 2014). Asimismo, se realizó una prueba de validez y confiabilidad interna en donde se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0.899, esto refuerza la confiabilidad de la misma expuesta por los autores.

En cuanto a la recolección de datos se realizó el contacto directo con el coordinador de carrera a través de una fuente de mensajería instantánea, el cual facilitó la cantidad de estudiantes pertenecientes a los ciclos requeridos. Después, se realizó el consentimiento informado en el cual se requería la aceptación de participar o no participar en el desarrollo del

instrumento de recolección de datos. Además, se estipulaba las condiciones y requerimientos necesarios para resolver la encuesta, así como la confidencialidad de las respuestas de los voluntarios. Luego, se trasladó las preguntas de ambas encuestas a un formulario de Google Forms, el cual fue compartido con los voluntarios. El proceso de recolección se estimó aproximadamente en el periodo de dos semanas y estos mismos solo fueron recogidos una sola vez. A continuación, las respuestas eran trasladadas de manera automática a una base de datos Excel de la plataforma Google Drive para su posterior ordenamiento.

Para el análisis de datos se utilizó el software estadístico SPSS 26. Así mismo, se presentaron los estadísticos descriptivos en figuras con medidas de tendencia central de frecuencia. Por otro lado, el análisis de normalidad se obtuvo mediante la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, dando resultados menores a 0.01, por ende, se calificó como una distribución anormal optando por la prueba no paramétrica del coeficiente de Rho de Spearman. Además, para obtener los resultados inferenciales, se utilizó el coeficiente de alfa de Crobach para determinar la confiabilidad de los instrumentos en una muestra piloto de 35 personas, encontrándose una confiabilidad de 0.928 en el cuestionario de Adicciones a las redes sociales, evidenciando que el instrumento de medición posee fiabilidad muy alta para la evaluación de la variable en cuestión. Por su parte, se encontró una confiabilidad de 0.899 para el cuestionario de Habilidades sociales, evidenciando de igual manera una alta fiabilidad para la evaluación de la variable. Así mismo, se empleó el coeficiente de correlación de Spearman. En el caso de la prueba de hipótesis, se analizó la significancia bilateral con un margen de error de 0.05, encontrándose valores menores al margen de error, lo que facilitó la aceptación de la hipótesis alterna.

Dentro de los aspectos éticos la presente investigación asegura la calidad de los instrumentos usados verificando su validez y confiabilidad. Así mismo, se utilizó un

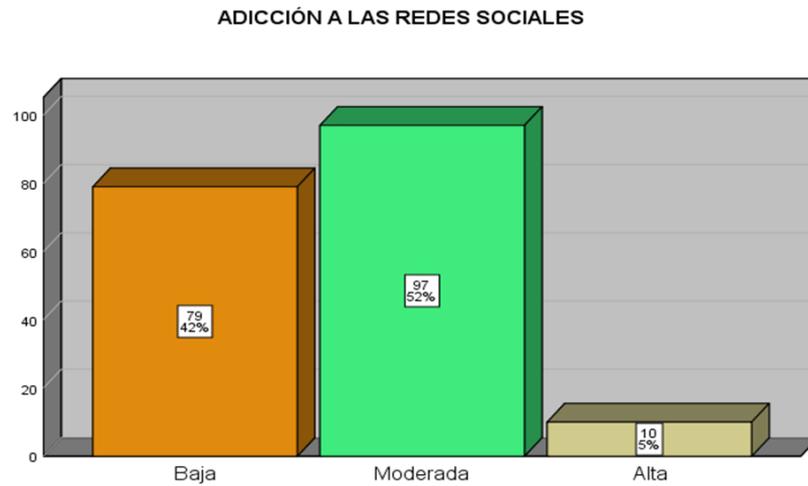
consentimiento informado respondiendo al derecho de los participantes de decidir a participar o no de la investigación; se respetaron los derechos de autor al emplear el citado correspondiente utilizando las normas APA séptima edición. También, se respetó la confidencialidad los participantes y de sus datos según el código de ética del colegio de psicólogos.

### CAPÍTULO III. RESULTADOS

#### Análisis descriptivo

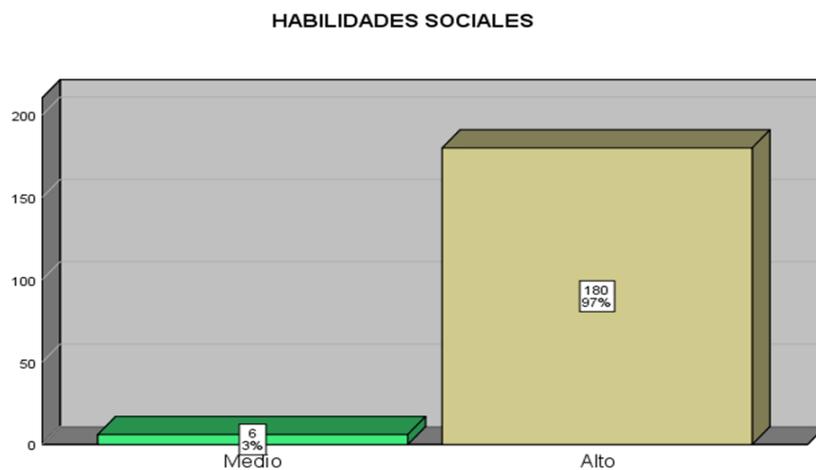
**Figura 1**

*Niveles de frecuencia de la variable Adicción a las Redes Sociales*



**Figura 2**

*Niveles de frecuencia de la variable Habilidades Sociales*



## Análisis inferencial

### *Hipótesis general*

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y las Habilidades sociales.

**H<sub>A</sub>:** Existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y las Habilidades sociales.

**Reglas: (Nivel de significancia = 0.01)**

P valor es mayor a 0.01, se acepta la hipótesis nula.

P valor es menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna del investigador.

### Tabla 1

#### *Relación entre Adicción a las redes sociales y Habilidades sociales*

		Adicción a las redes sociales	Habilidades sociales
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	186
Habilidades sociales	Habilidades sociales	Coefficiente de correlación	-,366**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	186

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 1, se obtuvo un p valor (significancia) igual a 0.000. Por lo tanto, al ser dicho coeficiente menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna, es decir, se evidencia que sí existe relación entre la Adicción a las redes sociales y las Habilidades sociales. Asimismo, se obtuvo un Rho de Spearman igual a -0.366, lo cual indica que existe una relación negativa y débil entre ambas variables.

## *Hipótesis específicas*

### **Hipótesis específica 1.**

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y las Autoexpresión en situaciones sociales.

**H<sub>A</sub>:** Existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y las Autoexpresión en situaciones sociales.

**Reglas: (Nivel de significancia = 0.01)**

P valor es mayor a 0.01, se acepta la hipótesis nula.

P valor es menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna del investigador.

**Tabla 2**

*Relación entre Adicción a las redes sociales y Autoexpresión en situaciones sociales*

		Adicción a las redes sociales	Autoexpresión en situaciones sociales
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	1,000	-,365**
	Coeficiente de correlación	.	,000
	Sig. (bilateral)		
	N	186	186
	Autoexpresión en situaciones sociales	-,365**	1,000
	Coeficiente de correlación	,000	.
	Sig. (bilateral)		
	N	186	186

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 2, se obtuvo un p valor (significancia) igual a 0.000. Por lo tanto, al ser dicho coeficiente menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna, es decir, se evidencia que sí existe relación entre la Adicción a las redes sociales y la Autoexpresión en situaciones sociales. Asimismo, se obtuvo un Rho de Spearman igual a -0.365, lo cual indica que existe una relación negativa y débil entre ambas variables.

### Hipótesis específica 2.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y la Defensa de los propios derechos del consumidor.

**H<sub>A</sub>:** Existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y la Defensa de los propios derechos del consumidor.

**Reglas: (Nivel de significancia = 0.01)**

P valor es mayor a 0.01, se acepta la hipótesis nula.

P valor es menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna del investigador.

**Tabla 3**

*Relación entre Adicción a las redes sociales y Defensa de los propios derechos del consumidor*

		Adicción a las redes sociales	Defensa de los propios derechos del consumidor
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	1,000	-,279**
	Coefficiente de correlación	.	,000
	Sig. (bilateral)		
	N	186	186
	Defensa de los propios derechos del consumidor	-,279**	1,000
	Coefficiente de correlación	,000	.
	Sig. (bilateral)		
	N	186	186

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 3, se obtuvo un p valor (significancia) igual a 0.000. Por lo tanto, al ser dicho coeficiente menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna, es decir, se evidencia que sí existe relación entre la Adicción a las redes sociales y la Defensa de los propios derechos del consumidor. Asimismo, se obtuvo un Rho de Spearman igual a -0.279, lo cual indica que existe una relación negativa y débil entre ambas variables.

### Hipótesis específica 3.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y la Expresión de enfado o disconformidad.

**H<sub>A</sub>:** Existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y la Expresión de enfado o disconformidad.

**Reglas: (Nivel de significancia = 0.01)**

P valor es mayor a 0.01, se acepta la hipótesis nula.

P valor es menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna del investigador.

**Tabla 4**

*Relación entre Adicción a las redes sociales y Expresión de enfado o disconformidad*

			Adicción a las redes sociales	Expresión de enfado y disconformidad
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000	-,221**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	186	186
	Expresión de enfado y disconformidad	Coefficiente de correlación	-,221**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	186	186

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 4, se obtuvo un p valor (significancia) igual a 0.000. Por lo tanto, al ser dicho coeficiente menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna, es decir, se evidencia que sí existe relación entre la Adicción a las redes sociales y la Expresión de enfado o disconformidad. Asimismo, se obtuvo un Rho de Spearman igual a -0.221, lo cual indica que existe una relación negativa y muy débil entre ambas variables.

#### Hipótesis específica 4.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y el Decir no y contar interacciones.

**H<sub>A</sub>:** Existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y el Decir no y contar interacciones.

**Reglas: (Nivel de significancia = 0.01)**

P valor es mayor a 0.01, se acepta la hipótesis nula.

P valor es menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna del investigador.

**Tabla 5**

*Relación entre Adicción a las redes sociales y Decir no y contar interacciones*

		Adicción a las redes sociales	Decir no y contar interacciones
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	-,308**
		N	186
Decir no y contar las interacciones	Adicción a las redes sociales	Coefficiente de correlación	-,308**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	186

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 5, se obtuvo un p valor (significancia) igual a 0.000. Por lo tanto, al ser dicho coeficiente menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna, es decir, se evidencia que sí existe relación entre la Adicción a las redes sociales y el Decir no y contar interacciones. Asimismo, se obtuvo un Rho de Spearman igual a -0.308, lo cual indica que existe una relación negativa y débil entre ambas variables.

### Hipótesis específica 5.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y el Hacer peticiones.

**H<sub>A</sub>:** Existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y el Hacer peticiones.

**Reglas: (Nivel de significancia = 0.01)**

P valor es mayor a 0.01, se acepta la hipótesis nula.

P valor es menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna del investigador.

**Tabla 6**

*Relación entre Adicción a las redes sociales y Hacer peticiones*

		Adicción a las redes sociales	Hacer peticiones
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	186
	Hacer peticiones	Coefficiente de correlación	-,226**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	186

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 6, se obtuvo un p valor (significancia) igual a 0.000. Por lo tanto, al ser dicho coeficiente menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna, es decir, se evidencia que sí existe relación entre la Adicción a las redes sociales y el Hacer peticiones. Asimismo, se obtuvo un Rho de Spearman igual a -0.226, lo cual indica que existe una relación negativa y muy débil entre ambas variables.

### Hipótesis específica 6.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y el Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

**H<sub>A</sub>:** Existe relación significativa entre la Adicción a las redes sociales y el Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

**Reglas: (Nivel de significancia = 0.01)**

P valor es mayor a 0.01, se acepta la hipótesis nula.

P valor es menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna del investigador.

### Tabla 7

*Relación entre Adicción a las redes sociales e Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto*

		Adicción a las redes sociales	Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	1,000	-,241**
			,000
		186	186
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	-,241**	1,000
		,000	.
		186	186

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 7, se obtuvo un p valor (significancia) igual a 0.000. Por lo tanto, al ser dicho coeficiente menor a 0.01, se acepta la hipótesis alterna, es decir, se evidencia que sí existe relación entre la Adicción a las redes sociales y el Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Asimismo, se obtuvo un Rho de Spearman igual a -0.241, lo cual indica que existe una relación negativa y muy débil entre ambas variables.

## CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La investigación presentó diversas limitaciones, entre las que cabe destacar la adaptación del instrumento de recolección de datos para que este sea completado por los participantes de manera virtual, propiamente, por el contexto del Covid-19 en todo el mundo. Asimismo, pese a la búsqueda minuciosa de artículos y textos académicos en diversas bases de datos como EBSCO, Redalyc y Dialnet, fueron escasas las investigaciones internacionales halladas que presentaban los coeficientes de relación entre las variables propuestas, por ello, seleccionaron las investigaciones más representativas y aquellas en las que las características poblacionales se asemejen a la muestra. Además, algunos de los estudios incidían sobre la relación de las habilidades respecto a una red social virtual específica como Whatsapp, Facebook e Instagram, por lo que se seleccionaron investigaciones en donde las dimensiones de adicción fueran similares.

Con relación al objetivo general, este se centró en determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes de Psicología de los tres últimos ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Al respecto, se obtuvo un  $p$  valor = 0.000 ( $p$  estimado = 0.01), el cual demostró que existía relación entre los constructos al aceptarse la hipótesis alterna en la investigación. De igual manera, se alcanzó un coeficiente de correlación de Spearman de -0.366, demostrando una relación negativa y débil entre las dos variables propuestas. Estos resultados concuerdan con lo obtenido por Portocarrero (2019), quien, también, demostró la existencia de una relación negativa inversa entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales; no obstante, este mismo autor certificó que dicha relación no era significativa, lo cual difiere de la investigación realizada en el presente trabajo. A partir de los resultados obtenidos, resulta posible afirmar que el incremento del uso y del tiempo que se le dedica a una red social

virtual reduce el nivel de habilidades sociales en los individuos; sin embargo, la incidencia de esta asociación es débil. Este hallazgo puede encontrar su justificación teórica en lo afirmado por Fernández (2013), quienes afirmaron que la adicción a las redes sociales no constituye un trastorno en sí mismo, pero las repercusiones que generan en el individuo son bastante semejantes a los efectos que se desarrollan producto de la adicción que se establece a ciertas sustancias como el alcohol o las drogas. En tal sentido, la determinación de una conducta adictiva se establecería sobre la base del uso, la obsesión y la falta de control que se establece sobre las redes sociales que son empleadas por los individuos que utilizan estos espacios digitales. De igual forma, de acuerdo a lo mencionado por Chalco, Rodríguez & Jaimes (2016), el desarrollo de estas adicciones es afín a los efectos desarrollados por la falta de control al consumo de sustancias adictivas, en tanto que las repercusiones, básicamente, se centran en la desestructuración de los componentes cognitivos, emocionales y conductuales de los individuos, quienes pueden propiciar el incremento de los niveles de alteración en las personas, lo cual dificulta, con creces, la capacidad de interacción social que un individuo pueda desarrollar con otras personas que componen un espacio o entorno social determinado.

Con relación al primer objetivo específico, este buscó determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales de los estudiantes de Psicología de los tres últimos ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Al respecto, se obtuvo un  $p$  valor = 0.000 ( $p$  estimado = 0.01), el cual demostró que existía relación entre los constructos al aceptarse la hipótesis alterna en la investigación. De igual manera, se alcanzó un coeficiente de correlación de Spearman de -0.365, el cual evidenciaba la existencia de la relación negativa y débil entre ambas variables. A partir de los resultados obtenidos, resulta posible afirmar que el incremento del tiempo que se destina al uso de las redes sociales reduce los niveles de autoexpresión de situaciones

sociales en los individuos; no obstante, dicha incidencia es débil, de acuerdo a la investigación desarrollada. Estos resultados son afines a la investigación desarrollada por Hernández, Aldape, Pineda y López (2018), en su tesis titulada Redes sociales y habilidades sociales en alumnos de la Preparatoria 6 de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, la cual tuvo como objetivo principal establecer el uso y la dependencia a las redes sociales con relación a las habilidades sociales, a partir de la cual los autores hallaron que los alumnos que empleaban mayor tiempo en las redes sociales presentaban mayor retraimiento y dificultades para interactuar con los otros individuos. En cuanto al sustento teórico que permite comprobar esto, Arnaboldi, Passarella, Conti & Dunbar (2015) señalan que la habilidad de expresarse en diversas situaciones con solvencia y sin temor es una competencia que requiere del contacto directo entre un individuo con otros semejantes, por lo que la virtualidad reduce, notablemente, la capacidad de desarrollo de esta habilidad. Por lo general, las personas que presentan dificultades para relacionarse con los demás emplean los espacios digitales como un mecanismo de defensa que les permita rehuir de la interacción directa con las demás personas, lo cual no constituye una solución real a la autoexpresión positiva y eficaz que una persona debe presentar en diversas situaciones sociales. Por lo tanto, resulta recomendable que se destinen otros tipos de actividades de esparcimiento que involucren el contacto directo con otras personas para afianzar la autoexpresión social de un individuo y no, por el contrario, encontrar en la virtualidad un mecanismo para rehuir al desarrollo de esta habilidad social.

Con relación al segundo objetivo específico, este buscó determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de defensa de los propios derechos de los estudiantes de Psicología de los tres últimos ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Al respecto, se obtuvo un  $p$  valor = 0.000 ( $p$  estimado

= 0.01), el cual demostró que existía relación entre los constructos al aceptarse la hipótesis alterna en la investigación. De igual manera, se alcanzó un coeficiente de correlación de Spearman de -0.279, demostrando una correlación negativa débil entre las dos variables. A partir de los resultados obtenidos, resulta posible afirmar que el aumento del tiempo que se dedica al uso de las redes sociales reduce los niveles de defensa de los derechos de los individuos; no obstante, dicha incidencia es débil, de acuerdo a la investigación desarrollada. Esto se interpreta en el sentido que el uso indiscriminado de las redes sociales puede generar un extravío de la defensa de los derechos del individuo que hace uso de las mismas, sobre todo, de su derecho como consumidor, además, de la falta de regulación sobre aquello que corresponde al ámbito privado que suele ser bastante difuso y ser elevado a la categoría de público en los espacios. Este resultado es afín a la investigación desarrollada por Feria (2019), quien en su estudio titulado Habilidades Sociales y Uso de Redes Sociales en Estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2019, determinó que los estudiantes presentaban niveles reducidos de habilidades sociales, debido a que consagraban mayor parte de sus tiempos al uso de las redes sociales. Asimismo, la investigación desarrollada por Feria (2019) determinó que los estudiantes no son conscientes de la vulneración de sus derechos que se realizan en diversas ocasiones, por ejemplo, la protección de su información privada para que esta no sea presentada y difundida como materia pública en las redes sociales. Como sustento teórico, Moya (s/f) refiere que las redes sociales son espacios que carecen de una adecuada regulación en cuanto a los contenidos que se comparten y el comportamiento que los usuarios presentan dentro de las mismas, por lo que se puede transgredir con suma facilidad los derechos de las personas que utilizan estos espacios como medios para la interacción con otros individuos. En tal sentido, el autor refiere que las redes sociales no constituyen espacios

de socialización efectivos para personas que no presentan habilidades sociales sólidas, debido a que la esfera digital restringe el potencial de estas habilidades y, en el caso de los derechos de los individuos, las redes sociales coaccionan y desvirtúan la importancia de la preservación de derechos como el respeto a la privacidad o a evitar desarrollar un contacto particular con una persona no deseado. Por tal motivo, se considera que los espacios no permiten afianzar la valoración de los derechos del individuo como parte de las habilidades sociales que poseen.

Con relación al tercer objetivo específico, este buscó determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de expresión de enfado de los estudiantes de Psicología de los tres últimos ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Al respecto, se obtuvo un  $p$  valor = 0.000 ( $p$  estimado = 0.01), el cual demostró que existía relación entre los constructos al aceptarse la hipótesis alterna en la investigación. De igual manera, se alcanzó un coeficiente de correlación de Spearman de -0.221, el cual indica una relación negativa muy débil entre las dos variables. A partir de esto, resulta posible afirmar que el incremento del uso de las redes sociales aminora la capacidad de control y de expresión positiva del enfado en los individuos. Asimismo, este resultado evidencia las dificultades que presentan los individuos para exteriorizar emociones básicas como el enfado o rechazo a situaciones de desagrado, ante el uso recurrente de las redes sociales. Este resultado es semejante a lo evidenciado por Rodríguez (2019), quien en su tesis titulada Uso de redes sociales como elemento inhibitor de habilidades sociales en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Caranqui en el año lectivo 2018-2019, demostró que los participantes que destinaban mayor tiempo al uso de las redes sociales presentaban mayores dificultades para expresar sus sentimientos, juicios, opiniones y valoraciones críticas respecto a diversas situaciones propias del entorno en que se encontraban circunscritas. También, esto

guarda relación con lo expuesto por Echeburúa & Requesens (2012), quien evidenció que el empleo recurrente de las redes sociales genera problemas en las respuestas que los individuos generan con relación al ambiente con el que interactúan, en tanto que no resultan ser competentes para expresar comentarios y exteriorizar sus emociones respecto a las circunstancias que les atañen. Como sustento teórico, Alonso y Romero (2017) indican que la socialización demanda mucho de la capacidad expresiva del individuo al momento de insertarse dentro de una situación comunicativa con su entorno. No obstante, la comunicación no se concentra, únicamente, en la capacidad elocutiva o el empleo adecuado de signos verbales o lingüísticos, sino que, también, son necesarios la presencia de signos no verbales como los gestos, los sonidos, las muecas, etc. Por tanto, el autor considera que el entorno digital reduce la capacidad del individuo de emplear signos no verbales cuando sale de la virtualidad y se inserta dentro de una interacción concreta, lo cual puede repercutir en la capacidad que presenta para exteriorizar su disconformidad o desagrado frente a algunas situaciones específicas.

Con relación al cuarto objetivo específico, este buscó determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de cortar las interacciones de los estudiantes de Psicología de los tres últimos ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Al respecto, se obtuvo un  $p$  valor = 0.000 ( $p$  estimado = 0.01), el cual demostró que existía relación entre los constructos al aceptarse la hipótesis alterna en la investigación. De igual manera, se alcanzó un coeficiente de correlación de Spearman de -0.308, demostrando una relación negativa y débil entre las dos variables. Así, resulta posible afirmar que el incremento del uso de las redes sociales restringe e interfiere con las interacciones que los individuos establecen con su medio y con las demás personas. Este resultado es semejante a lo hallado por Fuentes & Capacoila (2019), quienes en su

investigación titulada Adicción a redes sociales y habilidades interpersonales en estudiantes universitarios, detectaron una relación inversa y moderada entre la adicción a las redes sociales y el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes universitarios que formaron parte de la investigación. Asimismo, Feria (2019), en su investigación titulada Habilidades Sociales y Uso de Redes Sociales en Estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2019, quien, también, halló una relación débil entre ambas variables, pero directa, lo cual quiere decir que el uso frecuente de redes sociales refuerza la capacidad de interactuar que los individuos presentan frente a los demás. Como sustento teórico, Arnaboldi, Passarella, Conti & Dunbar (2015) señalan que la preservación o rechazo de ciertas conductas dependen de los estímulos o reforzadores positivos o negativos que se deleguen en función a un comportamiento específico. En tal sentido, se puede apreciar que el uso indiscriminado de las redes sociales reduce la capacidad de discernimiento en los individuos para poder rechazar aquellas interacciones que no apoyan con su desarrollo personal, sino que, por el contrario, constituyen un eminente peligro para su evolución como seres humanos o personas.

Con relación al quinto objetivo específico, este buscó determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de hacer peticiones de los estudiantes de Psicología de los tres últimos ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Al respecto, se obtuvo un  $p$  valor = 0.000 ( $p$  estimado = 0.01), el cual demostró que existía relación entre los constructos al aceptarse la hipótesis alterna en la investigación. De igual manera, se alcanzó un coeficiente de correlación de Spearman de -0.226, evidenciando una relación negativa y débil entre ambas variables. Así, resulta posible afirmar que el incremento del uso de las redes sociales reduce la capacidad de emitir o exteriorizar los deseos de los individuos en el entorno que los rodea. Esto resulta ser semejante con lo propuesto por Pérez

(2019), quien en su investigación titulada Adicción a redes sociales y habilidades sociales en jóvenes universitarios del primer al tercer ciclo del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco – 2018, comprobó que existía una relación baja e inversa entre estas dos variables propuestas. Como sustento teórico, Fernández (2013) refiere que la adicción hacia las redes sociales produce un efecto de ensimismamiento en el individuo, lo cual resquebraja y vulnera la consolidación de su autoestima. En tal sentido, el individuo presenta mayor dificultad para exteriorizar sus dificultades a su entorno, de tal forma que le resulta más complicado referir sus demandas para poder hallarse en una mejor situación, la cual le permita vivir y desarrollarse con mayor eficacia en la sociedad.

Finalmente, con relación al sexto objetivo específico, este buscó determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en los estudiantes de Psicología de los tres últimos ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020. Al respecto, se obtuvo un  $p$  valor = 0.000 ( $p$  estimado = 0.01), el cual demostró que existía relación entre los constructos al aceptarse la hipótesis alterna en la investigación. De igual manera, se alcanzó un coeficiente de correlación de Spearman de -0.241, evidenciando una correlación negativa muy baja. A partir de los resultados obtenidos, resulta posible afirmar que el incremento del uso de las redes sociales reduce la capacidad de gestar interacciones positivas con el sexo opuesto en los individuos. Esto se asemeja a lo desarrollado por Ikemiyashiro (2017), quien en su investigación titulada Uso de las redes sociales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana, halló una relación inversa débil en la relación establecida entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de las habilidades sociales de los participantes. Como sustento teórico, Monjas y González (2018), explican que, en diversas situaciones, las personas presentan creencias sesgadas o pensamientos irracionales

que restringen su capacidad de interactuar, positivamente, con las demás personas, sobre todo, con aquellas del sexo opuesto. Estas dificultades que, de alguna u otra manera, son legitimadas por el medio social son desvirtuadas por el entorno social, debido a que los individuos, en diversas ocasiones, recurren a estos espacios para evitar el contacto directo con los demás individuos. No obstante, esta propuesta no resulta ser la más adecuada, en tanto que no permite al individuo lidiar con sus problemas de socialización efectiva, sino que pospone, parcialmente, la realización de una habilidad social necesaria para que pueda relacionarse con las personas del sexo opuesto.

En conclusión, se demostró que existe una relación negativa y débil entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, al encontrarse un nivel de correlación de -0.366.

Asimismo, se demostró que existe una relación negativa y débil entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de la autoexpresión de situaciones sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, al encontrarse un nivel de correlación de -0.365.

Además, se comprobó que existe una relación negativa y débil entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de la defensa de los propios derechos del consumidor de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, al encontrarse un nivel de correlación de -0.279.

También, se evidenció que existe una relación negativa muy débil entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de expresión de enfado o disconformidad de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, al encontrarse un nivel de correlación de -0.221.

De igual forma, se demostró que existe una relación negativa y débil entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de decir no y cortar interacciones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, al encontrarse un nivel de correlación de -0.308.

Por otro lado, se evidenció que existe una relación negativa muy débil entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de hacer peticiones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, al encontrarse un nivel de correlación de -0.226

Finalmente, se demostró que existe una relación negativa muy débil entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de iniciar interacciones con el sexo opuesto de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020, al encontrarse un nivel de correlación de -0.241.

Con respecto a las implicancias, desde un punto de vista teórico los resultados permitieron comprobar los postulados de ambas variables en base a su correlación tomando los marcos conceptuales y teorías referidas a las redes sociales, así como las habilidades sociales en cada una desde sus propias dimensiones. Por otro lado, desde un punto de vista metodológico, los resultados pueden utilizarse para contribuir el conocimiento científico además de servir de referencia para futuras investigaciones. Además, la investigación permite corroborar la validez de los instrumentos dentro de la población estudiada, así mismo, ser adaptadas en nuevos contextos. Finalmente, desde un punto de vista práctico, los resultados encontrados permitirán que las autoridades pertinentes tengan conocimiento de la realidad de la población y así servir de referente para que se pueda incentivar la psicoeducación en los estudiantes y el personal educativo. En este sentido, las conclusiones son un marco de

referencia para promover la prevención no solo en la población estudiada, sino que se puede polarizar en poblaciones similares.

## REFERENCIAS

- ABC Padres e hijos (7 de marzo de 2019) El impacto de internet en la salud mental de los jóvenes ya es cuantificable. *ABC*. [https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215\\_noticia.html](https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_noticia.html)
- Alonso, C. & Romero, E. (2017). El uso problemático de nuevas tecnologías en una muestra clínica de niños y adolescentes. *Personalidad y problemas de conducta asociados. Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(2), 62-70.
- Arnaboldi, V., Passarella, A., Conti, M. y Dunbar, R. (2015). *Online social networks: Human cognitive constraints in Facebook and Twitter personal graphs*. Ámsterdam: Elsevier.
- Ávila, J. (2012) *Redes sociales y análisis de redes. Aplicaciones en el contexto comunitario y virtual*. Barranquilla: Azul y Violeta Editores Ltda.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=511130>
- Borrero, E. (2019) *Adicción a la red social Facebook, y su influencia en el desarrollo de las habilidades sociales, en estudiantes de primer a tercer año de bachillerato, del Colegio Nacional Andrés Bello, en el norte de Quito, en el año 2019* [Tesis de licenciatura], Universidad Tecnológica Indoamérica, Quito, Ecuador.  
<http://repositorio.uti.edu.ec//handle/123456789/1437>
- Caballo, V. (1996). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. España: Editores Siglo XXI.
- Caballo, V., Salazar, I. y Carrobbles, J.A. (2014) *Manual de psicopatología y trastornos psicológicos (2da edición)*. España: Pirámide.

- Carmona, C., Mesa, J. y Patiño, J. (2019) *Riesgo de adicción a redes sociales e internet y su relación con las habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de 9 a 11 grado de instituciones educativas públicas y privadas del Municipio La Ceja*.  
[Tesis de grado, Universidad Católica Luis Amigo]  
<http://repository.ucatolicaluisamigo.edu.co:8080/jspui/handle/ucatolicaamigo/384>
- Casas, J., Repullo, R. y Donado, J. (2003) La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Aten Primaria*, 3(8), 527-538. <https://core.ac.uk/download/pdf/82245762.pdf>
- Castro, A. & de la Villa Moral, M. (2017). Uso problemático de redes sociales 2.0 en nativos digitales: Análisis bibliográfico. *Salud y drogas*, 17(1),73-85. ISSN: 1578-5319.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=839/83949782008>
- Challco, K., Rodríguez, S y Jaimes, J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 9(1), 9-15.
- Delgado, A., Ecurra, L., Atalaya, M., Pequeña, J., Cuzcano, A., Rodríguez, R. & Álvarez, D. (2016) Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Persona*, (19), 55-75. ISSN: 1560-6139.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147149810004>
- Domínguez, J., & Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181- 230. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>

- Echeburúa, E. & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Guía para educadores*. Madrid: Pirámide.
- Escurra, M. & Salas, E. (2014). Construcción y validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 20(1),73-91.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=686/68631260007>
- Feria, P. (2019) *Habilidades Sociales y Uso de Redes Sociales en Estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad De Ayacucho Federico Froebel]. <http://hdl.handle.net/20.500.11936/154>
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. *Salud Mental*, 36 (6), 521 - 527. Recuperado de <http://www.inprfcd.gob.mx/pdf/sm3606/sm3606521.pdf>
- Fuentes, M. y Capacoila, F. (2019) *Adicción a redes sociales y habilidades interpersonales en estudiantes universitarios*, (Tesis de licenciatura), Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Perú. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/8910>
- Gismero, E. (2002). *Escala de habilidades sociales*. Madrid: Tea Ediciones.
- Gismero, E. (2010). *Manual: Escala de habilidades sociales*. (3ª. Ed.). Madrid. TEA ediciones.
- Gutiérrez & Paredes (2019) *Uso de redes sociales y valores de jóvenes universitarios de una universidad privada de Trujillo*. [Tesis pregrado, Universidad Privada del Norte]  
Recuperado de <http://hdl.handle.net/11537/22100>

- Hernández, J., Aldape, A., Pineda, V. y López, L. (2018) Redes sociales y habilidades sociales en alumnos de la Preparatoria 6 de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. *Revista de Educación Básica*, 2 (5), 28-39. Recuperado de [https://ecorfan.org/republicofperu/research\\_journals/Revista\\_de\\_Educacion\\_Basica/vol2num5/Revista\\_de\\_Educaci%C3%B3n\\_B%C3%A1sica\\_V2\\_N5\\_4.pdf](https://ecorfan.org/republicofperu/research_journals/Revista_de_Educacion_Basica/vol2num5/Revista_de_Educaci%C3%B3n_B%C3%A1sica_V2_N5_4.pdf)
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación. México DF*, México:Mc Graw Hill Education.
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*, Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education, ISBN: 978-1-4562-6096-5
- Ikemiyashiro, J. (2017) *Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/2766>
- IPSOS (2019) Gen Z: Perfil del adolescente y joven del Perú urbano 2019 [Infografía]. <https://www.ipsos.com/es-pe/gen-z-perfil-del-adolescente-y-joven-del-peru-urbano-2019>
- IPSOS (2020) Redes sociales en el Perú Urbano [Infografía]. <https://www.ipsos.com/es-pe/redes-sociales-en-el-peru-urbano>
- Johnson, D y Johnson, R. (1997). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós

- Lasida, J. & Pérez, R. (2011) Las redes sociales ¿amenaza u oportunidad para la educación y la inserción laboral de los jóvenes? *Tendencias en Foco- RedEtis-IIPE-UNESCO*, 4 (18), 1-9. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000371173.locale=es>
- Muntané, J. (2010) Introducción a la investigación básica. *RAPD Online*, 33 (3), 221 - 227. <https://www.sapd.es/revista/2010/33/3/03>
- Navarro, A. y Rueda, G. (2007). Adicción a Internet: revisión crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 691-700. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v36n4/v36n4a08.pdf>
- Pérez, A. (2019) *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en jóvenes universitarios del primer al tercer ciclo del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco – 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad de Huánuco]. <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/1731>
- Portocarrero, F. (2019) *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en colaboradores del área administrativa de una Institución Privada de Salud de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1975>
- Quintana, Y. (2014). Propiedades psicométricas de la Escala de Habilidades Sociales en alumnos de nivel secundario de Cartavio. *Revista Jang*, 3(2), 8-35. <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/JANG/index>
- Raffo, L. & Zapata I. (2000). Mejorando las habilidades sociales. Lima: Colegio de Psicólogos del Perú CDR [Folleto]

Rodríguez, D. (2019) *Uso de redes sociales como elemento inhibidor de habilidades sociales en los estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Caranqui en el año lectivo*

2018-2019 [Tesis de grado, Universidad Técnica del Norte].

<http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/9309>

Rodriguez, L.Y., Cacheiro, M.L. y Gil, J.A. (2014). Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes mexicanos de la preparatoria a través de actividades virtuales en la plataforma MOODLE. *Tesi*, 15(3), 1-255.

[http://62.204.194.45/fez/eserv/bibliuned:425-Mlcacheiro-5045/rodriguez\\_cacheiro\\_gil.pdf](http://62.204.194.45/fez/eserv/bibliuned:425-Mlcacheiro-5045/rodriguez_cacheiro_gil.pdf)

Santos, L. (2012) *El clima social familiar y las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa del Callao* [Tesis de maestría, Universidad San Ignacio de Loyola].

UNESCO (2011) Reflexión y análisis de la UNESCO sobre Internet (186Exp/37).

[https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000192096\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000192096_spa)

## ANEXOS

ANEXO n.º1: Matriz de consistencia

**Tabla 8**

*Matriz de Consistencia Interna de variables*

Situación Problemática	Objetivos	Hipótesis	Variables y Dimensiones	Metodología
¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020?	<p><b>General</b></p> <p>Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y habilidades sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales de los estudiantes de</li> </ul>	<p><b>General</b></p> <p>Existe relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.</p> <p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de</li> </ul>	<p><b>Variable 1: REDES SOCIALES</b></p> <p>Adaptado del DSM-IV, se podría decir que una adicción a tecnologías es un malestar significativo de índole clínica y que está caracterizado por un periodo de tolerancia en donde no se necesita aumentar la cantidad de tiempo para satisfacer la necesidad (Escrura &amp; Salas, 2014)</p> <p><b>Dimensiones</b></p>	<p><b>Diseño</b></p> <p>El diseño de investigación es básica, de naturaleza cuantitativa, no experimental correlacional de corte transversal (Hernández, Fernández &amp; Baptista, 2014, p.92)</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>La muestra nace del universo poblacional de estudiantes de los últimos tres ciclos</p>

<p>psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de defensa de los propios derechos de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.</li> <li>• Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de expresión de enfado de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020</li> <li>• Determinar la relación que existe entre la</li> </ul>	<p>una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de defensa de los propios derechos de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad Privada de Lima Metropolitana, 2020.</li> <li>• Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de expresión de enfado de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.</li> <li>• Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de cortar las interacciones de los estudiantes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obsesión por las redes sociales.</li> <li>• Falta de control personal en el uso de las redes sociales.</li> <li>• Uso excesivo de las redes sociales.</li> </ul> <p><b>Variable 2: HABILIDADES SOCIALES</b></p> <p>Conjunto de conductas del individuo en el cual se realizan en contextos particulares de relación con el fin de poder dar a conocer sus necesidades, sentimientos u opiniones al resto de tal manera que sea adecuado a la situación sin dañar al resto, facilitando la solución de conflictos y reduciendo que aparezcan nuevos más adelante (Gismero, 2010).</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoexpresión de situaciones sociales</li> <li>• Defensa de los propios derechos como consumidor</li> </ul>	<p>de Psicología de la Universidad Privada del Norte, en donde se obtuvo una muestra de 186 estudiantes.</p> <p><b>Instrumento</b></p> <p><i>Redes sociales:</i> Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurra &amp; Salas con un Alfa de Cronbach de 0.88.</p> <p><i>Habilidades sociales:</i> Escala de habilidades sociales (EHS) de Gismero (2010) con un Alfa de Cronbach = 0.828.</p> <p><b>Análisis de datos</b></p> <p>Se filtrarán, para luego ser trasladadas al Excel 2019, posteriormente ser procesadas por el SPSS 26.</p>
---	--	--	---

- 
- |   |  |  |
|---|--|--|
| <p>adicción a las redes sociales y la dimensión de cortar las interacciones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de hacer peticiones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020</li><li>• Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de</li></ul> | <p>psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión de hacer peticiones de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.</li><li>• Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto de los estudiantes de psicología de los últimos tres ciclos de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2020.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Expresión de enfado o disconformidad</li><li>• Cortar interacciones</li><li>• Hacer peticiones</li><li>• Iniciar interacciones positivas</li></ul> |
|---|--|--|
-

---

una universidad  
privada de Lima  
Metropolitana, 2020.

---

Fuente: Elaboración propia en base al análisis metodológico de la investigación.

ANEXO n.º2: Matriz de operacionalización de las variables

**Tabla 9**

*Matriz de Operacionalización de las variables*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ITEMS	ESCALAS
REDES SOCIALES	Adaptado del DSM-IV, se podría decir que una adicción a tecnologías es un malestar significativo de índole clínica y que está caracterizado por un periodo de tolerancia en donde no se necesita aumentar la cantidad de tiempo para satisfacer la necesidad (Escurra & Salas, 2014)	La variable redes sociales será medida a través del cuestionario Adicción a las Redes Sociales de Escurra & Salas (2014) el cual consta de 24 preguntas de escala likert.	Obsesión por las redes sociales.	2,3,5,6,7,13,15,19,22,23	<b>Escala ordinal</b> -Siempre 4 puntos -Casi siempre 3 puntos -Algunas veces 2 puntos -Rara vez 1 punto -Nunca 0 puntos Ítem inverso: 13.
			Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	4,11,12,14,20,24	
			Uso excesivo de las redes sociales.	1,8,9,10,16,17,18,21	
HABILIDADES SOCIALES	Conjunto de conductas del individuo en el cual se realizan en contextos particulares de relación con el fin de poder dar a conocer sus necesidades,	La variable habilidades sociales será medida a través de la Escala de Habilidades Sociales de Gismero	Autoexpresión de situaciones sociales	1, 2, 10, 11, 19, 20, 28, 29	A: No me identifico en absoluto y la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.
			Defensa de los propios derechos como consumidor	3, 4, 12, 21, 30	

<p>sentimientos u opiniones al resto de tal manera que sea adecuado a la situación sin dañar al resto, facilitando la solución de conflictos y reduciendo que aparezcan nuevos más adelante (Gismero, 2010)</p>	<p>(2010) el cual consta de 33 ítems. En donde casi todas son sobre la falta de habilidades sociales y las preguntas 3, 7, 16, 18 y 25 están redactas en forma positiva de habilidades sociales.</p>	<p>Expresión de enfado o disconformidad</p>	<p>13, 22, 31, 32</p>	<p>B: No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra. C: Me describe aproximadamente, aunque no siempre actué o me sienta así. D: Muy de acuerdo y me sentiría y actuaría así en la mayoría de los casos. Si el ítem es positivo: A=1, B=2, C=3, D=4; si el ítem es inverso: A=4, B=3, C=2, D=1.</p>
		<p>Cortar interacciones</p>	<p>5, 14, 15, 23, 24, 33</p>	
		<p>Hacer peticiones</p>	<p>6, 7, 17, 25, 26</p>	
		<p>Iniciar interacciones positivas</p>	<p>8, 9, 16, 18, 27</p>	

Fuente: Elaboración propia en base a los cuestionarios y definiciones de las variables de estudio.

ANEXO n.º3: Prueba de normalidad

**Tabla 10**

*Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a las redes sociales	0.312	186	0.000
Habilidades sociales	0.540	186	0.000
D1: Autoexpresión en situaciones sociales	0.461	186	0.000
D2: Defensa de los propios derechos del consumidor	0.311	186	0.000
D3: Expresión de enfado o disconformidad	0.396	186	0.000
D4: Decir no y contar interacciones	0.399	186	0.000
D5: Hacer peticiones	0.342	186	0.000
D5: Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	0.350	186	0.000

Fuente: Elaboración propia.

Como resultado, se obtuvo un P valor = 0.000 y, de acuerdo a lo establecido por la regla, los valores menores a 0.5, en las pruebas de normalidad, arrojan indicios de que la muestra es no paramétrica, por lo que se deben emplear las correlaciones de Spearman para poder contrastar las hipótesis.

ANEXO n.º4: Intervalos de coeficiente de correlación de Spearman

**Tabla 11**

*Coeficiente de correlación de Spearman por intervalos*

Valor del Coeficiente	Significado
- 1.00	Correlación negativa perfecta
- 0.90 hasta - 0.99	Correlación negativa muy fuerte
- 0.75 hasta - 0.89	Correlación negativa considerable
- 0.50 hasta - 0.74	Correlación negativa media
- 0.25 hasta - 0.49	Correlación negativa débil
- 0.10 hasta - 0.24	Correlación negativa muy débil
0.00	Correlación nula
0.10 hasta 0.24	Correlación positiva muy débil
0.25 hasta 0.49	Correlación positiva débil
0.50 hasta 0.74	Correlación positiva media
0.75 hasta 0.89	Correlación positiva considerable
0.90 hasta 0.99	Correlación positiva muy fuerte
1.00	Correlación positiva perfecta

Fuente: Hernández & Mendoza (2018)

ANEXO n.º 5: Prueba de confiabilidad para las variables Adicciones a las redes sociales y habilidades sociales

**Tabla 12**

*Prueba de confiabilidad por Alfa de Cronbach para Adicción a las redes sociales*

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0.928	24

Fuente: La Investigadora

En la tabla 12, la confiabilidad fue realizada sobre un total de 24 reactivos y se obtuvo un índice de confiabilidad de 0.928, lo cual certifica que el instrumento de medición posee fiabilidad muy alta para la evaluación de la variable en cuestión.

**Tabla 13**

*Prueba de confiabilidad por Alfa de Cronbach para Habilidades sociales*

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0.899	33

Fuente: La Investigadora

En la tabla 13, la confiabilidad fue realizada sobre un total de 33 reactivos y se obtuvo un índice de confiabilidad de 0.899, lo cual certifica que el instrumento de medición posee fiabilidad muy alta para la evaluación de la variable en cuestión.