

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Ciencias Humanas y Educación



**Cansancio emocional, autoconcepto y adicción a redes sociales
en jóvenes universitarios: un modelo SEM**

Trabajo de Investigación para obtener el Grado Académico de Maestra en
Educación con mención en Psicología Educativa

Autora:

Shalón Dina Ponce Paredes

Asesora:

Mg. Sara Esther Richard Pérez

Lima, octubre del 2025

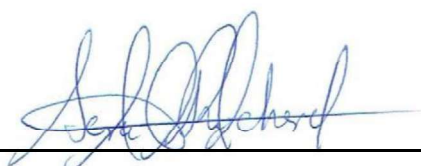
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Yo Sara Esther Richard Pérez, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“CANSANCIO EMOCIONAL, AUTOCONCEPTO Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN JÓVENES UNIVERSITARIOS: UN MODELO SEM”** de la autora Shalón Dina Ponce Paredes, tiene un índice de similitud de 15% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima., a los 20 días del mes de octubre del año 2025.



Mg. Sara Esther Richard Pérez
Asesora

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DE MAESTRO

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a los 15 días de octubre del año 2025, siendo las 15:00 horas se reunieron en la sala virtual <https://educadventista.zoom.us/j/88930512931> la dirección del señor Presidente del Jurado: Mg. Lizeth Geanina Huanca López y los demás miembros siguientes:

Secretario: Mtra. Karoline Elizabeth Chávez Vallejos
 Asesor : Mg. Sara Esther Richard Pérez
 Vocal : Mg. Gissel Arteta Sandoval
 Vocal : Mtro. Carlos Daniel Abanto Ramírez

Con el propósito de llevar a cabo el acto público de la sustentación de trabajo de investigación de posgrado titulada: Cansancio emocional, autoconcepto y adicción a redes sociales en jóvenes universitarios: un modelo SEM, de la estudiante Shalón Dina Ponce Paredes, conducente a la obtención del Grado Académico de Maestra en Educación con mención en Psicología Educativa.

El Presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico, invitando a los candidatos a hacer uso del tiempo señalado para su exposición (20'). Concluida la misma, el presidente del Jurado invitó a los demás miembros a realizar las preguntas, cuestionamientos y aclaraciones pertinentes que fueron absueltas por la candidata, el acto fue seguido de un receso de quince minutos para las deliberaciones y el dictamen de Jurado. Vencido el tiempo de las deliberaciones, el Jurado procedió a dejar constancia escrita del resultado en la presente acta, con dictamen siguiente:

APROBADO por UNANIMIDAD, calificación: APROBADO CON ESCALA VIGESIMAL DE 18 ESCALA CUALITATIVA CON NOMINACIÓN DE MUY BUENO, CON MÉRITO SOBRESALIENTE

La presidenta del Jurado hizo alusión al maestrando y solicitó a la secretaria la lectura correspondiente para poner en su conocimiento el resultado, terminado el mismo y sin objeción alguna, la presidenta del jurado dio por concluido el acto, en fe de lo cual firman al pie.

Presidenta

Secretario

Candidata

Vocal

Vocal

Agradecimiento

Estoy inmensamente agradecida a Dios quien me ha dado la fortaleza, perseverancia y me ha enseñado la paciencia para lograr cada peldaño avanzado en todo este proceso de investigación. Asimismo, a mi amado esposo quien con su buen ánimo, disposición y motivación me ha impulsado para proseguir en la meta. También a mi pequeña hija Gabriela quien con su inocencia y sonrisas me ha dado fuerza a pesar de la fatiga para culminar este desafío.

Deseo agradecer al profesor Isaac por su disposición constante durante el desarrollo del trabajo de investigación, asimismo a mi asesora por su orientación.

Finalmente, a la Universidad Peruana Unión, en especial a la Facultad de Ciencias de la Salud por su apoyo en este trabajo de investigación.

Índice

| | |
|---|----|
| Introducción..... | 8 |
| Metodología..... | 10 |
| Participantes | 10 |
| Instrumentos..... | 11 |
| Procedimientos | 12 |
| Análisis de Datos | 13 |
| Aspectos Éticos | 13 |
| Resultados..... | 13 |
| Discusión | 19 |
| Referencias bibliográficas | 23 |
| ANEXOS..... | 28 |
| Evidencia de Sumisión del artículo | 28 |
| Instrumentos de Recolección de Datos | 29 |
| Matriz de operacionalización de variables | 34 |

Resumen

El presente estudio tiene como objetivo identificar la influencia del cansancio emocional sobre el autoconcepto y la adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este. El método es explicativo, no experimental y transversal, con 402 estudiantes universitarios (74.6% mujeres; edad promedio=19.47 años). Se aplicaron tres instrumentos: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS; $\alpha=.94$), Escala AF-5 de Autoconcepto ($\alpha=.79-.91$), y Escala de Cansancio Emocional ($\alpha=.91$). El análisis estadístico utilizó un modelo de ecuaciones estructurales (SEM), mediante el estimador Máxima Verosimilitud Robusto (MLR). Los resultados muestran que el cansancio emocional influyó significativamente de manera negativa en distintas dimensiones del autoconcepto: académico ($\beta=-0.575$, $p<.001$), social ($\beta=-0.601$, $p<.001$), familiar ($\beta=-0.62$, $p<.001$) y físico ($\beta=-0.677$, $p<.001$). Contrario a lo esperado, no mostró una influencia directa significativa en la adicción a redes sociales ($\beta=0.076$, $p=.471$). Sin embargo, el autoconcepto social fue un predictor significativo de dicha adicción ($\beta=0.305$, $p<.001$). Las demás dimensiones del autoconcepto (académico, emocional, familiar y físico) no presentaron asociaciones significativas con la adicción digital. Conclusiones: El cansancio emocional tiene efectos negativos claros sobre la autopercepción académica, social, familiar y física de los estudiantes, aunque no directamente sobre su dependencia digital. La importancia del autoconcepto social como predictor de la adicción a redes sociales destaca la necesidad de intervenir integralmente para fortalecer el autoconcepto y habilidades emocionales, promoviendo un uso saludable de redes sociales y previniendo comportamientos adictivos en estudiantes universitarios.

Palabras claves: *Cansancio emocional, adicción a redes sociales, autoconcepto.*