

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

TESIS

Adicción a Internet y habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima Sur, 2015.

Tesis presentada para optar el título profesional de psicóloga

Autora

Tammy Beatriz July Medina Rojas

Asesor

Ps. Maritza Julia Mendoza Galarza

Lima, Febrero de 2016

Dedicatoria

Este trabajo va dedicado con mucho cariño a mis padres Julio y Carol por sus palabras de aliento y apoyo incondicional.

A mis hermanas Carol y Leslie por el cariño, paciencia que me brindan y su compañía durante todos estos años.

También de forma especial a mi tío Ronald por su confianza y apoyo.

Agradecimientos

En primer lugar agradezco a Dios quien siempre está pendiente de cualquier necesidad que se presente; Del mismo modo, a la Universidad Peruana Unión por forjar en cada uno de sus estudiantes los principios y valores cristianos.

A la psicóloga Maritza Mendoza, como asesora, por su enseñanza, dirección y correcciones para realizar este trabajo de investigación.

Asimismo, agradecer a Sherly por su apoyo y aporte para la realización de este trabajo de investigación, al igual que a mis amigas y compañeros.

Índice

Introducción.....	xii
Capítulo I.....	1
El Problema.....	1
1. Planteamiento del problema.....	1
2. Formulación del problema.....	4
2.1 Problema general.....	4
2.2 Problemas específicos.....	4
3. Justificación.....	5
4. Objetivos de la investigación.....	6
4.1 Objetivo general.....	6
4.2 Objetivos específicos.....	6
Capítulo II.....	7
Marco Teórico.....	7
1. Marco bíblico filosófico.....	7
2. Antecedentes de la investigación.....	8
3. Marco Teórico.....	13
3.1 Adicción a Internet.....	13
3.1.1 Definición de adicción.....	13
3.1.2 Modelos teóricos.....	14
3.1.3 Tipos de adicción a Internet.....	15
3.1.4 Signos y síntomas de la adicción a internet.....	16
3.1.4. Criterios de diagnóstico de adicción a Internet.....	16
3.1.5. Efectos negativos del Internet.....	19
3.1.6 Estrategias de prevención.....	20
3.1.7. Tratamiento.....	20

3.2 Habilidades sociales.....	21
3.2.1. Historia.....	21
3.2.2. Definiciones.....	22
3.2.3 Modelos Teóricos.....	24
3.2.4 Características de las habilidades sociales.....	29
3.2.5 Clases de habilidades sociales.....	31
3.2.6 Entrenamiento en habilidades sociales.....	33
3.2.7 Importancia.....	35
3.3. Marco referencial de la población de estudio.....	36
3.3.1 Definición de adolescencia.....	36
3.3.2 Características del adolescente.....	36
4. Definición de términos empleados.....	38
5. Hipótesis de la investigación.....	38
5.1 Hipótesis general.....	38
5.2 Hipótesis específicas.....	39
Capítulo III.....	40
Materiales y Métodos.....	40
1. Diseño y tipo de investigación.....	40
2. Variables de la investigación.....	40
2.1. Adicción a Internet.....	40
2.2 Habilidades sociales.....	40
2.3. Operacionalización de ambas variables.....	41
3. Delimitación geográfica y temporal.....	41
4. Participantes.....	42
4.1 criterios de inclusión y exclusión.....	42
4.1.1 Criterios de inclusión.....	42
4.1.2 Criterios de exclusión.....	42
5. Características de los participantes.....	42

6. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	43
6.1. Cuestionario de adicción a Internet.	43
6.2. Escala de habilidades sociales	45
7. Proceso de recolección de datos.....	47
8. Procesamiento y análisis de datos	47
9. Consideraciones éticas	47
Capítulo IV	48
Resultados y discusión.....	48
1. Resultados.....	48
1.1.Análisis descriptivo de las variables de estudio	48
1.1.1. Niveles Adicción a Internet.....	48
1.1.2 Habilidades Sociales.....	50
1.2 Pruebas de normalidad de las variables	52
Conclusiones y recomendaciones.....	57
Referencias	60

Índice de tabla

Tabla 1	18
Criterios de diagnóstico	18
Tabla 2	21
Orígenes históricos de las habilidades sociales y evolución en el siglo XX	21
Tabla 3	32
Grupos de habilidades sociales	32
Tabla 4	41
Operacionalización de la variable de Adicción a internet bajo el modelo de Kimberly Young.....	41
Tabla 5	41
Operacionalización de la variable de habilidades sociales.	41
Tabla 6	43
Datos sociodemográficos de los participantes	43
Tabla 7	49
Nivel de adicción a internet según el sexo de los participantes	49
Tabla 8	50
Niveles de adicción a internet según la edad de los participantes	50
Tabla 9	51
Nivel de habilidades sociales según el sexo de los participantes	51
Tabla 10	52
Nivel de habilidades sociales según la edad de los participantes.....	52
Tabla 11	53
Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio	53
Tabla 12	53
Análisis de correlación entre las dimensiones de las variables de estudio	53

Índice de figuras

Figura 1:

Niveles de adicción a Internet en los participantes50

Figura 2:

Niveles de habilidades sociales en los participantes52

Índice de anexos

ANEXO 1.....	70
Propiedades Psicométricas de Adicción al Internet	70
ANEXO 2.....	72
Propiedades psicométricas de la escala de habilidades sociales	72
ANEXO 3.....	74
Consentimiento informado	74
ANEXO 4.....	75
Instrumentos empleados.....	75

Resumen

La presente investigación es de diseño no experimental de corte transversal, además es de tipo correlacional, porque tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a Internet y habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa privada de Lima sur. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes del nivel secundario. Los instrumentos utilizados fueron el *Internet Addiction Test*, elaborado por Young en 1998, adaptado por Puertas, Cortez y Cabonell (2013) y la Escala de Habilidades Sociales, elaborada por Gismero (2010), posteriormente en el 2009, Cesar Ruiz Alva realizó la adaptación para el Perú en una universidad de Trujillo. Los resultados indican que no existe relación significativa entre habilidades sociales y adicción al Internet ($r=-0.71$, $p=.319$) en esta muestra. Por lo tanto, se concluye que las habilidades sociales de los estudiantes del nivel secundario no se relacionan con la adicción al Internet, debido a que existen factores personales y sociales que intervienen en el riesgo de la adicción al Internet.

Palabras clave: adolescente, habilidad, adicción, voluntad

Abstract

This research is non-experimental design of cross-section of correlation type, which aimed to determine the relationship between the internet addiction and social skills in the students of a private educational institution in South Lima. The sample was formed by 200 high school students. The instruments used were the Internet Addiction Test, developed by Young (1998), adapted by Puertas, Cortez and Cabonell (2013) and the scale of social skills, developed by Gismero (2010), later in 2009, Cesar Ruiz Alva made the adaptation for Peru at a university in Trujillo. The results indicate there is not a significant relationship between social skills and addiction to internet ($r = -0.71$, $p = .319$) in this sample. Therefore, it is concluded that the social skills of high school students are not related with internet addiction, because there are personal and social factors influencing the risk of internet addiction.

Key words: adolescent, addiction, skill, will

Introducción

La presente investigación trata sobre la adicción a internet y las habilidades sociales, donde se define a la adicción como una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses, (Echeburúa y Moll, 2012). Asimismo, Del Prette y Del Prette (2008) definen las habilidades sociales como el “repertorio de conductas que permiten a una persona desempeñarse funcionalmente en el ámbito social y son la base de la competencia social”.

Se considera importante evaluar y correlacionar la adicción a Internet y las habilidades sociales en la población de estudiantes del nivel secundario para esclarecer la relación entre dichas variables, los resultados servirán para desarrollar posteriormente planes de intervención que puedan disminuir el nivel de adicción al internet y mejorar las habilidades sociales, que poseen los estudiantes, resultados que se podrían hallar a nivel educativo.

A continuación se describirá de manera breve los capítulos.

En el capítulo I, se presenta el planteamiento de problema, la formulación del problema, el problema general y los específicos. Asimismo, se encuentra la justificación y los objetivos.

En el capítulo II, se encuentran el marco bíblico filosófico, los antecedentes, además está el marco conceptual de cada variable, las definiciones, características, modelos teóricos e importancia. Finalmente el marco teórico referente a la población.

Asimismo, el capítulo III detalla el método de la investigación, la hipótesis general y específica, además las variables de investigación. También contiene la delimitación

geográfica y temporal, las características de los participantes y se detallan las técnicas e instrumentos de recolección de datos.

En el capítulo IV, se observan los resultados descriptivos y los resultados inferenciales de cada variable, así como la discusión de los mismos.

Y por último, se presentan las conclusiones y recomendaciones del presente estudio.

Capítulo I

El Problema

1. Planteamiento del problema.

En la actualidad, la sociedad se ha visto envuelta en un mundo de nuevas tecnologías, estas han cambiado progresivamente el estilo de vida de las personas. Así que Internet es un instrumento al cual se le otorgan innumerables ventajas para la educación, el comercio, el entretenimiento y en última instancia para el desarrollo del individuo (Echeburúa y Corral, 1994). Sin embargo, también se le otorgan desventajas como reducir la proximidad física de las relaciones interpersonales, desplazando la actividad social y afectando el bienestar psicológico (Kraut y et al, 1998).

Asimismo, García (2005) indica que la existencia de adicción a Internet se llevó a cabo en un experimento con una muestra de 1.710 menores escolarizados con la finalidad de analizar los hábitos y costumbres de los menores con respecto al uso de las nuevas tecnologías, dando como resultado que la televisión es la nueva tecnología más empleada por los menores en un 97,23% y el internet como una segunda nueva tecnología (87,43%).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una de cada cuatro personas sufre trastornos de conducta relacionados con las nuevas adicciones, es decir, cuando la afición interfiere en la vida cotidiana o si se practica por necesidad en lugar de pasarlo bien.

Un artículo publicado en la revista 'Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine', evidencia que la depresión y distintas patologías como el trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDHA), la fobia social y la hostilidad extienden el riesgo de adicción a la red. Por otro lado, una investigación publicada en la revista 'Injury Prevention', descubrió una mayor tendencia a autolesionarse entre los jóvenes adictos a Internet. El estudio, realizado por miembros de la universidad australiana de Notre Dame y la China de Sun Yat Set, contó con una muestra de 1.618 adolescentes de entre 13 y 18 años y reveló que los estudiantes moderadamente adictos a Internet (cerca del 10%) habían sufrido una propensión a herirse a sí mismos (de una a cinco ocasiones en un periodo de seis meses) 2,4 veces mayor que los jóvenes que no se conectaban de forma compulsiva (American Medical Association, 2012).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) informó que en el 2015 se registró un incremento de 8,50% debido al incremento de los subsectores de telecomunicación en 10,17% y otros servicios de información en 2,24%. Siendo internet uno de los servicios de comunicación más empleados con una proporción de 17,68%.

Young (1998) indica que adicción a internet es un trastorno identificado por el deterioro en el control del empleo de la red, evidenciando diversos síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos. Al igual que Charlton et al. (2012) consideran la dependencia psicológica como uno de los síntomas de gran importancia para las personas adictas a Internet. La actividad se forma lo más importante, al punto de dominar pensamientos y sentimientos, tanto que en el momento en el que no se está conectado, se piensa que debe realizar para

conseguir una conexión. La persona empieza a creer que nada es posible sin Internet pues todo su mundo gira en torno a ella.

Igualmente Echeburúa et al. (2009) indica que respecto a las variables psicopatológicas y de conducta desviada, los que tienen probable adicción a Internet, tienen mayor depresión, menor felicidad, mayor agresividad y mayor déficit en sus habilidades sociales.

López et al. (2006) mencionan que las habilidades sociales contribuyen a mejorar nuestro bienestar personal ya que ayudan a defender nuestros propios derechos y a expresar adecuadamente nuestros deseos e intereses; asimismo, estas habilidades ayudan a mejorar las relaciones con los demás en los distintos ámbitos de la vida y son un prerrequisito importante para poder contribuir al bienestar social. Por ello se suele decir que las habilidades sociales son un ingrediente básico de la integración y el éxito social.

Asimismo, Caballo (2007) describe a las habilidades sociales como el conjunto de conductas que son emitidas por un individuo en un contexto interpersonal donde es capaz de expresar sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado frente a una determinada situación, respetando estas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Bonilla y Hernández (2012) mencionan que la dependencia a la red virtual tiene un impacto significativo en las habilidades sociales de las personas. Por su parte Mejía y Paz (2014) en Perú, hallaron que la dependencia al Facebook guarda relación inversamente significativa con las habilidades sociales de los jóvenes.

Las investigaciones en España demuestran que el uso excesivo de Internet representa un trastorno mental del tipo adictivo que puede afectar sobre todo a

personas con necesidades emocionales a jóvenes y adolescentes (Sánchez, Beranuy, Castellana, Chamarro, y Oberst, 2008). De igual manera, Morales (2013) menciona que los adolescentes se encuentran en enorme riesgo a adquirir conductas adictivas a internet, debido a que se encuentran en un periodo crítico, de grandes cambios físicos, psíquicos y sociales; además de existir dificultad para controlar los impulsos, vulnerabilidad ante la publicidad, baja tolerancia a la frustración, problemas de identidad, con poca experiencia de vida, dificultad de reconocer adicciones sutiles y necesidad de normalizar conductas de riesgo. Todas estas características hacen que el adolescente sea vulnerable a sufrir conductas adictivas, entre las cuales el Internet se ha convertido en una de las tecnologías más seductora (Echeburúa, Labrador y Becoña, 2009).

Debido a esta problemática, interesa estudiar la relación que existe entre la adicción a internet y las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa privada de Lima sur, 2015.

2. Formulación del problema

2.1 Problema general.

¿Existe relación significativa entre la adicción a Internet y las habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, 2015?

2.2 Problemas específicos.

- ¿Existe relación significativa entre adicción a Internet y la autoexpresión en situaciones sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, 2015?

- ¿Existe relación significativa entre adicción a Internet y la habilidad para decir no y cortar interacciones en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, 2015?
- ¿Existe relación significativa entre adicción a Internet y la habilidad para iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, 2015?

3. Justificación

La presente investigación es relevante debido que se conocerá si la adicción a internet es un factor que se relaciona con el desarrollo adecuado de las habilidades sociales en la etapa de la adolescencia. Confirmando así la propuesta teórica que a mayor empleo del internet menor capacidad de habilidades sociales dentro de la población estudiada. La investigación se centra en la problemática actual debido al poco control del uso de internet y las repercusiones que este puede traer sobre el adolescente, dado a la importancia de los eventos realizados en esta etapa para alcanzar su óptimo desarrollo.

Además, permitirá aportar conocimientos a profesionales de la salud mental, docentes y/o personas designadas a velar por el desarrollo integral de los estudiantes, ya que se podrá tomar medidas para optimizar el repertorio de conductas que llevan a desarrollarse funcionalmente en el ámbito escolar, de esa manera disminuir el riesgo de adicción a internet.

Asimismo, la investigación realizada ayudará a crear una mayor conciencia en los padres y entorno social de las consecuencias que tiene la adicción al internet en las relaciones interpersonales que el adolescente desarrolla en esta etapa de su vida. Al mismo tiempo para poder afrontar de manera adecuada este nuevo riesgo y ayudar a sus hijos en la mejora de su repertorio social.

Por otro lado, esta investigación incrementará los conocimientos sobre la adicción al internet y las habilidades sociales, y la relación entre ambas. Asimismo dichos resultados brindará aporte para futuras investigaciones en el área. Finalmente, estos resultados permitirán generar proyectos y programas de intervención, talleres para padres e hijos para el aporte y mejora de los adolescentes en su desarrollo social.

4. Objetivos de la investigación

4.1 Objetivo general.

Determinar si existe relación significativa entre adicción a Internet y las habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, 2015.

4.2 Objetivos específicos.

- Determinar si existe relación significativa entre adicción a Internet y la autoexpresión en situaciones sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, 2015.
- Determinar si existe relación significativa entre adicción a Internet y la habilidad para decir no y cortar interacciones en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, 2015.
- Determinar si existe relación significativa entre adicción a Internet y la habilidad para iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, 2015.

Capítulo II

Marco Teórico

Se presentan ahora las bases teóricas de esta investigación como el marco bíblico filosófico, antecedentes y la descripción de ambas variables al igual que el de la población seleccionada.

1. Marco bíblico filosófico

White (1967) menciona que los jóvenes necesitan tener siempre presente el camino que Cristo siguió. Jesús no vino a este mundo en cuna de oro, tampoco como rey dispuesto a gobernar las naciones. Vino como hombre sencillo y humilde para ser tentado y vencer, para que con su vivo ejemplo otros puedan aprender y seguirlo.

En 1 Pedro 5:8 dice “Practiquen el dominio propio y manténganse alerta. Su enemigo el diablo ronda como león rugiente, buscando a quién devorar”. Pedro da a conocer mediante este texto la importancia de practicar el autocontrol con la finalidad de ejercer una disciplina estricta. Cuán beneficioso sería que en la actualidad los jóvenes practicaran este consejo en sus vidas, se librarían de tantas cosas inadecuadas a las que están expuestos.

Por otro lado Pablo menciona: “Por tanto, hagan morir todo lo que es propio de la naturaleza terrenal: inmoralidad sexual, impureza, bajas pasiones, malos deseos y avaricia, la cual es idolatría”. (Colosenses 3:5). Él da a conocer mediante sus

escritos todo lo que ocupa lugar en el corazón, mente y tiempo, debe corresponder a Dios, y si no fuese así es idolatría.

Asimismo, Dios ha dado dones, cualidades, habilidades y talentos para realizar su obra, del mismo modo en la palabra de Dios se revelan los principios más grandiosos y elevados que son dados para fortalecer todo esfuerzo en favor del bien, para gobernar y equilibrar la mente, para inducirnos a aspirar al logro de una norma elevada. Así lo ha mandado el Señor: “Te he puesto por luz para las naciones, a fin de que lleves mi salvación hasta los confines de la tierra” (Hechos 13: 47).

Los jóvenes deben recordar que aquí en la tierra han de formar caracteres para la eternidad, y que Dios requiere de ellos que hagan lo mejor que puedan.

Por lo tanto los padres y/o cuidadores que tienen más experiencia deben vigilar a los jóvenes, ya que Satanás esta como león rugiente tratando de arrastrarlos cada vez más al mal, por ello cuando los ven que están andando por el mal camino, llámenlos aparte y oren con ellos y por ellos, para que aprendan a tener dominio propio por encima de cada una de sus actitudes (White, 1967).

Así que tengan cuidado de su manera de vivir. No vivan como necios sino como sabios, aprovechando al máximo cada momento oportuno, porque los días son malos (Efesios 5:15-16).

2. Antecedentes de la investigación

A continuación se presentan estudios internacionales relacionados a las variables abordadas en la presente investigación.

Cardona y Valencia (2015) ejecutaron una investigación en Colombia para describir las características sociodemográficas asociadas a conductas de adicción

al Internet. La muestra estuvo conformada por 364 estudiantes de pregrado de una Universidad de la ciudad de Manizales. Se utilizó un instrumento que comprende características sociodemográficas y el Test de Adicción a Internet de Young (1998), adaptadas al español por Alvarado (2005). Los resultados evidencian la existencia de indicios que se pueden desarrollar riesgo de adicción a internet en los estudiantes. El 71% navega más de una hora diaria en promedio, el 14% de los estudiantes no siente necesidad de navegar en la red o chatear. Solo un 35% de los estudiantes no se ven afectados por el uso del Internet. Por otro lado, también se encontró que existen otros factores que pueden influir para la adicción a Internet, como problemas psicológicos relacionados a la depresión y la baja autoestima.

Bonilla y Hernández (2012) realizaron una investigación en Colombia de manera descriptiva correlacional que tuvo como objetivo identificar el impacto de la dependencia de las redes sociales virtuales sobre las habilidades sociales en los estudiantes de una universidad, con una muestra de 120 estudiantes. Se utilizó el Test de Adicción a Internet Young (1998) y una lista de chequeo de Habilidades Sociales Goldstein (Citado en Cattán, 2005). Se encontró que en la población participante del estudio, el 28,3% presentó un nivel de adicción severo; respecto a las habilidades sociales, el 34% registró un nivel bajo. En cuanto a la correlación de las variables estudiadas, se encontró una correlación negativa elevada, lo cual confirma que la dependencia a la red social virtual tiene un impacto en las habilidades sociales de las personas.

Torrente, Piqueras, Orgilés y Espada (2014) realizaron una investigación en España de tipo correlacional, que tuvo como objetivo indicar la relación de la fobia social y adicción a internet, en una población de 446 adolescentes entre 12 y 16 años. Para lo cual se utilizaron los instrumentos *Social Phobia and Anxiety*

Inventory for Adolescents (SPAI-B) García-López, Hidalgo, Beidel, Olivares y Turner (2008) y *Questionnaire about Interpersonal Difficulties for Adolescents* (CEDIA) Ingles, Méndez y Hidalgo (2000). Los resultados evidenciaron que los adolescentes con puntuaciones elevadas en adicción a Internet presentan mayores niveles de ansiedad social y de dificultades en las habilidades sociales

Leal y Gonzales (2008) elaboraron una investigación en Venezuela de tipo correlacional no experimental para conocer la relación entre las habilidades sociales y adicción a internet en adolescentes. La muestra estaba conformada por 161 adolescentes de ambos sexos. Para medir la adicción a Internet utilizaron una escala tipo Likert llamada Test de Adicción a Internet (T.A.I) de Paris (1999) y la escala de habilidades sociales de García y Montero (2004). Los resultados indicaron que existe una relación inversamente proporcional entre dichas variables.

Herrera, Pacheco, Palomar, Zabala (2010) realizaron una investigación en México, que tuvo como objetivo analizar la relación entra adicción a Internet y autoestima. Fue un diseño no experimental, de tipo transversal. En una muestra de 63 alumnos de la Universidad Iberoamericana, de los cuales 60% eran mujeres y 40% hombres, que oscilaban entre los 20 a 22 años. Se utilizó el cuestionario adaptado de Young (1998). El instrumento se complementó con variables sociodemográficas, el cuestionario de Adicción a Facebook para Jóvenes (de propia creación 2009), el Cuestionario de Evaluación de la Autoestima para Alumnos de Enseñanza Secundaria (García, 1998), el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (Cándido, et al., 2000), la Escala de Depresión Geriátrica (Yesavage, 1986; citado en De la Vega, 2009), los Criterios de Diagnóstico de Adicción a internet (Young, 1998; citado en Navarro, 2007), y el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (Fargues & cols., 2009).

Respecto de los resultados, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los adictos y los no adictos a Facebook, lo que permitió ver que existe una relación estadísticamente significativa entre la adicción a Facebook y la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. Lo cual indica que los adictos a Facebook son más propensos a la depresión, a tener menos habilidades sociales y a mostrar una autoestima más baja.

Una vez revisado los estudios internacionales se procede a presentar los estudios nacionales.

Mejía y Paz (2014) realizaron una investigación en Lima de diseño no experimental de corte transversal con el objetivo de determinar la relación significativa entre la dependencia a Facebook sobre las habilidades sociales. La muestra estuvo conformada por 300 estudiantes. Utilizaron el Test de Adicción a Internet de Young y la Escala de Habilidades Sociales. Los resultados muestran que la dependencia al Facebook guarda relación inversamente significativa con las habilidades sociales de los jóvenes de una Universidad Privada de Lima.

Graner, Beranuy, Sanchez, Chamorro, Castro (2007) realizaron una investigación con una muestra compuesta por 671 personas de edades comprendidas entre 12 y 25 años. Los instrumentos de evaluación utilizados han sido un cuestionario sociodemográfico de elaboración propia, un cuestionario de uso general de Internet y móvil y el cuestionario CERI y CERM adaptado de Gracia Blanco et al. Los resultados indican que la mayoría de adolescentes y jóvenes se mueven en un uso normal o problemático ocasional de Internet y móvil aunque un mal uso de estas tecnologías puede llevar consecuencias negativas de índole académica, familiar y relacional que merecen nuestra atención.

Lam, et al. (2011) desarrollaron un instrumento en Lima, que permitía evaluar el fenómeno de adicción a Internet, en una población de 248 escolares del primer al quinto año de secundaria. Para medir este fenómeno se realizó la escala de adicción a internet de Lima (EAIL). Se concluyó que el EAIL presentó una buena consistencia interna con correlaciones moderadas y significativas entre sus ítems y los hallazgos evidencian que la adicción cumple con un papel dinámico que pone en manifiesto una alteración que involucra patrones de familia y falta de habilidades sociales.

García y Montero (2004) realizaron un estudio descriptivo en la Universidad Rafael Beloso Chacín, el cual tuvo como finalidad determinar los niveles de habilidades sociales para lo cual se empleó la Escala de Habilidades Sociales (E.D.H.S). Se obtuvo como resultado que los estudiantes se expresan articulando palabras altamente eficientes y poseen un alto nivel de habilidades sociales con deficiencia en la expresión verbal que trae como consecuencia una interacción no plena con los demás.

Por su parte, García (2005) realizó una investigación en Lima de tipo correlacional, contó con una muestra total de 205 estudiantes universitarios de ambos sexos mayores de 16 años y buscó establecer la relación entre las habilidades sociales y el clima social familiar con el rendimiento académico, llegando a la conclusión que aunque las habilidades sociales y el clima familiar se encuentran correlacionados positivamente de forma significativa; las habilidades sociales y el clima social familiar no se relacionan con el rendimiento académico de forma significativa.

3. Marco Teórico

3.1 Adicción a Internet.

3.1.1 Definición de adicción.

En la antigua Roma imperial, a los esclavos se les denominaba como “adictos”. Eran las personas que debido a una deuda que no podían pagar, se les quitaba todo lo que tenían. Por otro lado, la palabra “dicción” significa modo de hablar, por lo tanto la palabra adicción significa la negación de esto. Al igual que Ruiz (2003) dice “Un adicto es aquella persona que en lugar de hablar sobre lo que le ocurre, calla”.

La Real Academia Española (RAE) define adicción como el “hábito de quien se deja dominar por el uso de alguna o algunas drogas tóxicas, o por la afición desmedida a ciertos juegos”. Sin embargo, las adicciones psicológicas o no químicas no están incluidas en el DSM – IV, debido a que el término adicción se reserva para los trastornos desarrollados por el abuso de sustancias psicoactivas.

No obstante, Echeburúa y Corral (1994) indican que una conducta cualquiera es susceptible de convertirse en un comportamiento adictivo. Se podría ejercer un empleo anormal de la conducta en función de la intensidad, continuidad o de la cantidad de dinero invertida y, en último término, en función del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y laborales de las personas implicadas. Los componentes fundamentales de los trastornos adictivos serían la pérdida de control y la dependencia.

Por otro lado, Ivan Goldberger (citado por Zapata, 2013) empleo el término “Adicción a Internet” por primera vez en 1995. Dando así apertura a distintas definiciones propuestas por distinguidos investigadores. A continuación alguna de ellas:

Griffiths (1997) define adicción a Internet como adicciones no químicas que implican la interacción hombre-máquina, pudiendo ser tanto pasivas como activas, siendo una modalidad de adicciones psicológicas o conductuales. Igualmente Echeburúa y Moll (2012) definen la adicción a Internet como una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al limitar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses.

Por otro lado, Pratarelli et al. (1999) lo definen como “un fenómeno o desorden que depende tanto del medio como del mensaje, sin inclinarse a favor de ninguno”.

En este estudio se toma la definición de Young (1998) quien indica que “adicción a internet es un trastorno que es identificado por el deterioro en el control del empleo de la red, evidenciando diversos síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos” (p. 11).

3.1.2 Modelos teóricos.

3.1.2.1 Teoría Social

Arias et al. (2012) indican que las teorías sociales están centradas en aspectos culturales y económicos. Se dividen en dos factores:

- Factor Macro-situaciones: Tienen que ver con la aceptación, accesibilidad y disponibilidad social al presentarse otros recursos. Sin embargo no hay una percepción adecuada respecto a la adicción a las nuevas tecnologías y la influencia que estas tienen en el desempeño social de la persona.
- Factor Micro-situaciones: Involucran el entorno individual y familiar de la persona. Si en el desarrollo del adolescente sus padres o tutores son permisivos con este su probabilidad de tener adicción a las nuevas tecnologías será mucho mayor, a diferencia de un adolescente que siempre tuvo normas bien establecidas en su hogar.

3.1.2.2 Teoría Biopsicosocial

Griffiths (1990) desarrolló un modelo basado en un estudio comparativo entre dos grupos, uno de personas adictas a sustancias químicas y las otras personas que interactúan mediante las nuevas tecnologías, las adicciones son parte importante del sistema biopsicosocial pues tiene un marco mucho más grande que se le atribuye a las sustancias químicas, concluyendo de esta manera que ambos tienen los mismos síntomas. Por lo cual criterios clínicos de una adicción a sustancias químicas pueden adaptarse a adicciones conductuales.

3.1.3 Tipos de adicción a Internet.

La adicción a Internet abarca distintas modalidades como las que da Young et al. (1999). Estos autores distinguen cuatro modalidades de adicción a Internet como:

- Adicción cibersexual: implica la pornografía o redes sexuales facilitados por la red, aportando a esto Cavia y Gordo (2002) indican que el Internet permite contribuir coordenadas espacio-temporales que antes resultaban incompatibles y facilita la falta de compromiso y exceso de individualismo.
- Adicción a las ciberrelaciones: es la comunicación interactiva con otros usuarios, teniendo como resultado un compromiso exagerado de relaciones vía Internet. Debido a que esto les hace sentir seguros y confiados.
- Compulsiones de la red: que refiere a la obsesión a los juegos de azar, centros de día o de comercio, que inconscientemente obligan a la persona comprar, transar y apostar por medio de la red.

➤ Adicción a la computadora: es conocido como una conducta obsesiva hacia los juegos de o hacia la programación de computadora, en otras palabras, navegar por la red sin una meta específica y buscar información sobre un tema de interés.

3.1.4 Signos y síntomas de la adicción a internet.

Bajo un modelo bio-psico-social da a conocer signos y síntomas de la adicción a Internet agrupados en tres dimensiones de la persona, psicológicas, fisiológicas y sociales. Centrándose en las consecuencias negativas que surgen como resultado de un abuso repetitivo y descontrolado de las nuevas tecnologías (Arias et al., 2012).

➤ Fisiológicas: sedentarismo, cansancio, sueño, desnutrición, cefaleas, fatiga ocular, problemas musculares y alteraciones del sistema inmune.

➤ Psicológicas: Depresión e inestabilidad emocional (romper a llorar) y ansiedad por realizar de forma excesiva su adicción, otros efectos negativos de la adicción a las nuevas tecnologías también son el empobrecimiento afectivo, agresividad, confusión entre el mundo real-imaginario, infantilismo social, inmadurez, fantasía extrema y falta de habilidades de afrontamiento.

➤ Psicosociales o social: aislamiento social, conflictos familiares, escolares o laborales, incumplimiento de las actividades de la vida rutinaria, problemas económicos.

3.1.4. Criterios de diagnóstico de adicción a Internet.

Dado que internet es una nueva herramienta cuya adaptación masiva es posterior a la edición del DSM – V, no aparece referencia alguna a la adicción a Internet.

Sin embargo, Griffiths (1998) indica que se debe cumplir con los siguientes criterios para determinar una adicción psicológica.

- Saliencia: se refiere cuando una actividad particular cobra mucha importancia en la vida del individuo dominando sus pensamientos, sentimientos y conducta.
- Modificación del humor: Experiencias personales que experimenta la gente como efecto de involucrarse en la actividad.
- Tolerancia: Proceso en el cual se requiere implementar la cantidad de una actividad particular para lograr los efectos previos.
- Síndrome de abstinencia: Estados emocionales desagradables y/o efectos físicos que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.
- Conflicto: Se refiere al enfrentamiento que se da entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), conflictos con otras actividades (trabajo, vida social, intereses, aficiones), o dentro de los propios individuos (conflicto intrapsíquico) que están involucrados con la actividad particular.
- Recaída: Es la tendencia de regresar a los patrones tempranos de la actividad que vuelven a repetirse, restaurando los patrones más extremos de la adicción tras años de abstinencia.

Evidentemente adicción no es la actividad que genera dependencia, sino la relación que se crea con ella, originando una asociación negativa e incluso destructiva, donde el sujeto es incapaz de controlarse.

Goldberg (1995) fue quien estableció criterios de diagnóstico para la adicción a Internet, y propone un conjunto de criterios para el diagnóstico del desorden de

adicción a Internet (IAD) basados en los criterios diagnósticos del abuso de sustancia. Posteriormente Young (1996), propuso una serie de criterios adaptados de los criterios para Juego Patológico, por ser más semejantes a la naturaleza patológica del uso de Internet.

Young (1996) indica 8 criterios adaptados de los criterios para Juego Patológico, por ser más semejantes a la naturaleza patológica del uso de Internet para dar un diagnóstico de internet en base a un estudio realizado a individuos que presentan problemas a causa del uso excesivo del Internet.

Tabla 1

Criterios de diagnóstico

Criterio 1	Preocupación por el Internet (preocupación por revivir experiencias pasadas en el internet o anticipar la próxima sesión de internet)
Criterio 2	Necesidad de utilizar el Internet por periodos de tiempo cada vez más largos para conseguir el grado de satisfacción deseado.
Criterio 3	Fracaso repetido de los esfuerzos para controlar, interrumpir o detener el uso de Internet.
Criterio 4	Inquietud o irritabilidad cuando intenta interrumpir o detener el uso de Internet.
Criterio 5	El internet se utiliza como estrategia para escapar de los problemas o para aliviar la disforia (como sentimientos de desesperanza, culpa, ansiedad, depresión).
Criterio 6	Permanencia en la Internet por más tiempo del planeado inicialmente.
Criterio 7	Se engaña a los miembros de la familia, terapeutas u otras personas para ocultar el grado de implicación con el Internet.
Criterio 8	Se han arriesgado o perdido relaciones interpersonales significativas, trabajo y oportunidades educativas o profesionales debido al uso de Internet.

3.1.5. Efectos negativos del Internet.

El internet facilita su acceso a la ciencia, cultura y ocio favoreciendo y completando así su educación fuera del ámbito de la escuela, también la realización de tareas escolares y trabajos personales potenciando su capacidad de búsqueda, análisis y toma de decisiones de forma individual. Sin embargo, al igual que puede ser de gran ayuda para nuestra sociedad, también el mal empleo de esta puede traer un efecto negativo: estadísticas indican que en promedio el 42% de los niños son víctimas de ciberbullying según (Chisholm, 2006, Vanlanduyt y Cleyn, 2007). Se ha documentado el daño emocional debido a la exposición a pornografía, violencia e insinuaciones verbales (Beebe et al, 2004). Otro efecto negativo es la falta de control del tiempo que las personas emplean cuando están en Internet, lo que puede llegar a generar descuido o la negligencia de las labores escolares y menos intereses por las actividades familiares (Kerbs, 2005). También se encuentra el riesgo al consumismo y explotación comercial (Livingstone, 2003).

Rial, et al (2014) señalan que el uso del internet en los adolescentes, en estos últimos años se ha convertido en un desafío académico y para las instituciones; sus efectos a nivel psicológico y comportamental se evidencian en la presentación de conductas de riesgo, deserción escolar y problemas familiares. De la misma forma Cruzado, Matos y Kendall (2006) también indican que los más jóvenes son más vulnerables a estos efectos negativos del internet por la búsqueda de novedades y pasiones propias de su edad. Los adolescentes se encuentran más expuestos a desarrollar problemas adictivos, debido a que se encuentran abiertos a estímulos sociales que pueden promover el uso excesivo del Internet. Para Samaniego (2012) el uso moderado del internet varía dependiendo del contexto,

aunque en todos los adolescentes estudiados, comunicarse fue una variable en común para usar el Internet; la comunicación es clave para las relaciones interpersonales por cualquier medio, aunque en las que se dan en la red son influidas por el anonimato, la falta de comunicación no verbal o gestual, la atemporalidad y el distanciamiento físico, relacionadas con el desarrollo de la adicción a Internet.

3.1.6 Estrategias de prevención.

Tanto los padres como maestros deben ayudar a desarrollar en los adolescentes la habilidad de comunicación cara a cara, enseñándoles el empleo adecuado del internet (Ramón y Cortez, 2010).

- Limitar el uso de los aparatos y establecer horas de uso del ordenador.
- Fomentar la interacción con otras personas.
- Reforzar aficiones como la lectura, el deporte, el arte, etc.
- Estimular actividades en equipo.
- Estimular el dialogo y comunicación en la propia familia.

3.1.7. Tratamiento.

Para el tratamiento de una adicción se establece que cada persona debe estar fuera de contacto de aquello que presenta la adicción, sin embargo en la adicción a las nuevas tecnologías la abstinencia para el tratamiento resulta difícil, puesto que son herramientas empleadas en la vida cotidiana y laboral de cada persona (Arias et al, 2012).

3.2 Habilidades sociales.

3.2.1. Historia.

El estudio científico y teórico de las habilidades se inicia alrededor de los años 1960, desde un enfoque teórico conductual, relacionado con el aprendizaje asociativo del condicionamiento clásico de Pavlov, pero tuvo una mayor difusión y auge a mediados de los años setenta. Actualmente sigue siendo un área de investigación y aplicación continua, centrado en las relaciones interpersonales y en las múltiples variables que interaccionan en las conductas sociales (Reeduca, 2009).

Por ende, cuando se habla de habilidades sociales se hace mención a las destrezas relacionadas con la conducta social en sus múltiples manifestaciones mutuamente satisfactorias. Asimismo, la compleja naturaleza de las habilidades sociales ha dado lugar a numerosas definiciones, a continuación se detallan algunas de ellas consideradas importantes para la investigación.

A continuación en la tabla 1 se muestran los orígenes históricos de las habilidades sociales y evolución en el siglo XX a través de los textos

Tabla 2.

Orígenes históricos de las habilidades sociales y evolución en el siglo XX.

Años 50 – 60: Bases conceptuales	Años 70: Desarrollo de procedimientos
Salter (1949)	Liberman et al. (1975)
Wolpe (1958)	Goldstein et al. (1976)
Bandura (1963)	Alberti y Emmons (1978)
Años 50 – 60: Bases conceptuales	Años 80: Análisis críticos y monografías

Bandura (1976)	Ellis y Whittington (1983)
Alberti (1977)	Spence y Sheperd (1983)
Bellack y Hersen (1979)	L´Abate y Milan (1985)
Singleton y Frederikson (1980)	Hargie (1985)
Eisler y Frederiksen (1980)	Hollin y Trower (1986)
Welford (1980)	Becker et al. (1987)
Argely (1981)	Spitzberg y Cupach (1989)
Goldstein (1981)	Liberman (1989)
Curran y Monti (1982)	
Wilkinson y Canter (1982)	

Finales 80 y años 90: Entrenamiento

Caballo, V. (1987)	Romero, J. (1980)
Michelson et al. (1987)	Álvarez, A. et al. (1990)
Goldstein, A. (1989)	Monjas, M.I (2000)
Kelly, J.A (1998)	Vallés-Arándiga, A. (1994) (1995)

La educación en el siglo XXI: Necesidad de educar las habilidades sociales,2006”
 Por Sanhiz y Traver, (2006)

3.2.2. Definiciones

A continuación se describen las diferentes definiciones que dan los autores respecto a las habilidades sociales, según sus perspectivas teóricas.

Caballo (2007) define la conducta habilidosa como el “conjunto de conductas que son emitidas por un individuo en un contexto interpersonal donde es capaz de expresar sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado frente a una determinada situación, respetando estas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas” (p.6). Añade que la habilidad social debe considerarse dentro de un marco cultural determinado, esto

debido a que los patrones de comunicación varían considerablemente entre culturas y dentro de una misma cultura, dependiendo de factores como la edad, el sexo, la clase social y la educación.

Asimismo, Matson (citado por Montiel, 2002) quien define las habilidades sociales como aquellas acciones que le permiten a un individuo interactuar de forma apropiada con otras personas, en donde se consideran todas las conductas que forman parte en cada uno de los intercambios sociales que una persona realiza, desde sonrisas hasta habilidades de autocontrol. Estas destrezas tienen su fin en que el individuo logre adaptarse a su ambiente, evite conflictos, construya relaciones positivas, y que hacen que la persona reciba reforzamiento social de otros.

Consuegra (2010) menciona que las habilidades sociales son un “conjunto de conductas emitidas por un individuo que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas” (p. 134).

Del mismo modo se indica que las habilidades sociales son aquellas conductas o destrezas sociales específicas, necesariamente requeridas para ejecutar una tarea de índole interpersonal compleja (por ejemplo hacer amigos). Es necesario tener en cuenta que las habilidades sociales son comportamientos adquiridos y aprendidos y no a un rasgo de personalidad (Peñafiel y Serrano, 2010).

En este estudio se toma la definición de Gismero (2010) quien define habilidades sociales como el conjunto de respuestas verbales y no verbales parcialmente independiente y situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo

expresa en un contacto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva.

3.2.3 Modelos Teóricos

Se debe señalar que existen tres modelos que han tratado de dar una explicación de cómo se adquieren las habilidades sociales y por qué existirían un déficit en las mismas.

a. Modelo de aprendizaje social, por Bandura

Bandura señala un modelo de reciprocidad en el que la conducta, los factores personales, cognitivos y de otro tipo, y los acontecimientos ambientales actúan entre sí como determinantes interactivos.

El ser humano al momento de imitar una conducta extrae las reglas acerca del modo de cómo actuar y de su ambiente, y las coloca en práctica cuando supone que con ellas puede obtener el resultado que espera. Por lo tanto, si bien es cierto que la conducta es controlada en gran medida por factores de origen externo, también es verdad que las personas pueden controlar su conducta mediante metas autoimpuestas y consecuencias generadas por ellas mismas (Bandura, 1987).

En definitiva, las habilidades sociales se adquieren normalmente como consecuencia de varios mecanismos básicos del aprendizaje, entre estos mecanismos se incluyen: reforzamientos positivos directos de las habilidades sociales, experiencias de aprendizaje vicario u observacional, retroalimentación personal y desarrollo de las expectativas cognitivas respecto a las situaciones interpersonales.

León et al. (Citado por Pades, 2003) señalan que bajo esta perspectiva los elementos principales de la conducta social serían:

- Los procesos perceptivos: mediante la observación directa del individuo se adquiere información acerca del medio.

- Los procesos cognitivos reguladores: la persona prevé las consecuencias que tendrá su conducta y por ellos regula su conducta tendiendo a tales predictores. Se contempla que la persona tiene expectativas que se han ido creando a partir de experiencias previas de refuerzo y castigo, a partir de estas decide qué respuesta emitir.

- El proceso de ejecución de la conducta: desde esta perspectiva, la incompetencia social puede ser explicada por la carencia de conductas adecuada en el repertorio conductual del sujeto, ya sea por una socialización deficiente, por falta de experiencias sociales pertinentes o por la inhibición de conductas requeridas en una situación interpersonal concreta debido a presiones tales como la ansiedad condicionada a ciertos estímulos o expectativas respecto a una competencia social.

En definitiva, Bandura argumenta que la persona, el ambiente y la conducta constituyen variables fundamentales que son consideradas para comprender y predecir la actuación de un sujeto.

b. Modelo cognitivo, modelo de la psicología clínica.

Según Ladd y Mize (Citado por Hidalgo y Abarca 1994), las habilidades sociales sirven para organizar cogniciones y conductas en un curso integrado de acción dirigido hacia metas interpersonales o sociales que sean culturalmente aceptadas. Platean que para un funcionamiento social efectivo son necesarios tres elementos:

- Conocer la meta apropiada para la interacción social,
- Conocer las estrategias adecuada para alcanzar el objetivo social y

- Conocer el contexto en el cual una estrategia específica puede ser apropiadamente aplicada.

Estos modelos interaccionistas son más complejos y ponen especial énfasis en la interacción entre persona y situación, por lo que podemos decir que existen unos factores personales y ambientales o situacionales que tienen relevancia en el desarrollo de las habilidades sociales. Esto implica que la persona es un ser activo-intencional que da un significado a las diferentes situaciones y que se ve envuelto en un feedback con la situación.

Pérez-Santamarina (1999) describe los aspectos de la conducta social atribuibles a variables o factores personales y los derivados de la situación. Entre los factores personales se encuentran:

- Las capacidades psicofisiológicas y cognitivas: es esencial que los sujetos posean las capacidades sensoriales y motoras necesarias. También son importantes las capacidades cognitivas como la percepción social o la información, ya que se ven implicadas en la habilidad para solucionar problemas y de evaluación de resultados potenciales, etc. Seguidamente se incluirían los siguientes procesos: información sobre las metas y motivaciones de la persona ante la situación, información sobre las reglas de interacción social tanto formales como informales y procesos de carácter motivacional y afectivo.

- Habilidades o competencias cognitivas: dentro de las habilidades cognitivas nos encontramos con la capacidad de conocer la conducta habilidosa apropiada, dar autorecompensas que nos damos a nosotros mismos por el comportamiento socialmente hábil, las habilidades de empatía o de saber ponernos en el lugar del otro, la previsión de consecuencias tanto a corto plazo como a largo plazo, el desarrollo de expectativas realistas y conocer las costumbres sociales.

➤ Habilidades psicosociales: entre las variables sociodemográficas figuran elementos como: la edad, el género, el nivel socioeconómico, hasta las características derivadas de la pertenencia a determinados grupos o categorías sociales (raza, etnia, religión, grupos diversos de pertenencia, etc.). también se incluirán los procesos propios del desempeño de roles (capacidad de desempeñar un rol, de asumir el papel de los otros)

➤ Autopresentación: constituye una forma de influencia en las impresiones de los demás y suele cuidarse para mantener la autoestima, y por motivos profesionales. La autopresentación se realiza de forma predominantemente no verbal, e incluye elementos como la vestimenta, el cuidado del peinado la apariencia física, que pueden mejorarse a través del cuidado del atractivo físico.

➤ Repertorio conductual: es imprescindible que los sujetos cuenten con un repertorio conductual (verbal, no verbal y paralingüístico) lo suficientemente amplio y flexible como para poder interactuar con muy diversos interlocutores a lo largo de diferentes situaciones.

c. Modelo de la psicología social, de Argely y Kendon.

Argyle y Kendon (1967) propusieron un modelo explicativo del funcionamiento de las habilidades sociales. Su trabajo se basó en el concepto “habilidad”, que en ese entonces era aplicado a interacciones hombre-máquina, en donde la analogía con estos sistemas implicaba características perceptivas, decisoras, motoras y otras relativas al procesamiento de información; por lo tanto; para que una persona utilice adecuadamente una herramienta era necesario que haga uso de las habilidades que le permitieran establecer una eficiente relación de trabajo profesional con los demás.

Para los autores, las semejanzas entre la interacción social y las habilidades motrices se representan como un circuito cerrado que incluye una serie de procesos:

- Fines de la actuación hábil; el hombre siempre trata de alcanzar objetivos bien definidos.
- Percepción selectiva de las señales sociales de los demás.
- Procesos centrales de traducción, asignando una significación concreta a la información que se recibe del otro.
- Planificación, búsqueda y valoración de alternativas de actuación que se consideran eficientes en una situación determinada.
- Respuestas motrices de actuación
- Feedback y acción correctiva.
- El timing de las respuestas, durante la interacción social, los interlocutores deben de sincronizar sus respuestas. Para lograr una sincronía adecuada será necesario que los interlocutores asuman el papel del otro, entre otras cosas, para que cada uno pueda anticipar cuando es necesario una determinada respuesta.

Este modelo explica el déficit en habilidades sociales como un error producido en algún punto del sistema que provocaría una alteración en todo el proceso. La analogía de la que se parte sugiere que la noción de habilidad social implica el uso de una gran variedad de habilidades, así como una gran variedad de habilidades son utilizadas para conducir un coche o escribir en una máquina, desde esta perspectiva, así como una persona puede adquirir habilidad motora con el entrenamiento también esta podría adquirir una habilidad social.

Argyle y Kendon (1967) indican que los déficits en las habilidades sociales pueden deberse a los siguientes motivos:

- Desajuste en los objetivos de los sujetos, ya sea porque estos sean incompatibles o inalcanzables.
- Errores de percepción, bajo nivel de discriminación, percepción estereotipada, errores de atribución causal, efectos de halo, etc.
- Errores en la traducción de las señales sociales, fracaso al evaluar alternativas, etc.
- Errores de planificación, no analizar diferentes alternativas de actuación.
- Errores de actuación, no saber qué hacer, no poseer experiencia.

3.2.4 Características de las habilidades sociales.

Monjas (2009) menciona las siguientes características de las habilidades sociales:

- Se hacen, dicen, piensan y sienten.
- Se aprenden.
- Son específicas en respuesta a situaciones específicas.
- Se producen en relación a otra/s persona/s.
- Son de distinta complejidad.

Asimismo, la autora refiere algunos ejemplos de habilidades sociales en la edad infantil y adolescentes. Puede fácilmente comprobarse que algunas de estas habilidades son también importantes en la vida adulta:

- Solucionar un conflicto con un(a) compañero(a).
- Disculparse por haber llegado tarde a una cita.
- Expresar enfado.
- Colaborar con un colega.
- Saludar.
- Expresar una alabanza.

- Ayudar a una amiga en apuros
- Resistirse a las presiones de grupo.
- Ser amable y cordial con las personas adultas.
- Decir no.
- Animar a un amigo.
- Hacer una crítica.
- Ofrecer consuelo.
- Disentir de las y los otros.
- Afrontar los desprecios y humillaciones.
- Expresar la propia opinión.
- Escuchar activamente.
- Iniciar una conversación.
- Quedar con un amigo.
- Pedir disculpas.
- Unirse a un grupo.
- Afrontar el rechazo y la exclusión.
- Responder a las bromas, burlas y ridiculizaciones.

Las habilidades sociales son conductas que siempre se producen en relación a otras personas, para lo cual es de suma importancia considerar a los interlocutores y sus particularidad, interés, circunstancias personales y demás; ello debido a que la interacción social es bidireccional, interdependiente y recíproca con los otros participantes. Asimismo, estas conductas son de distinta complejidad, porque su concepto es multidimensional, así por ejemplo: las conductas y habilidades

necesarias para dar una charla son considerablemente distintas de las clases de respuesta necesaria para mantener una conversación íntima.

3.2.5 Clases de habilidades sociales.

Peñañiel y Serrano (2010) consideran la clasificación de habilidades sociales, según el tipo de destrezas que puedan desarrollar:

a. *Cognitivas*: son todas aquellas en las que intervienen los aspectos psicológicos, las relacionadas con el “pensar”, ejemplos:

- Identificación de necesidades, preferencias, gustos y deseos en un mismo y en los demás.

- Identificación y discriminación de conductas socialmente deseables.

- Habilidad de resolución de problemas mediante el uso de pensamientos alternativos, consecuenciales y relacionales.

- Autorregulación por medio del autorrefuerzo y el autocastigo.

- Identificación de estados de ánimo en uno mismo y en los demás.

b. *Emocionales*: son aquellas habilidades en las que están implicadas la expresión y manifestación de diversas emociones, como la ira, el enfado, la alegría, la tristeza, el asco, la vergüenza, etc. Son todas las relacionadas con el “sentir”.

c. *Instrumentales*: se refiere a aquellas habilidades que tienen una utilidad. Están relacionadas con el “actuar”, ejemplos:

- Conductas verbales: inicio y mantenimiento de conversaciones, formulación de preguntas, formulación de respuestas, etc.

- Alternativas a la agresión, rechazo de provocaciones, negociaciones en conflictos, etc.

- Conductas no verbales: posturas, tono de voz, intensidad, ritmo, gestos y contacto visual.

Por su parte, Goldstein (2002) señala que las habilidades sociales adquieren una importancia insospechada en la vida de las personas, ya que en la experiencia personal, los individuos pasan un alto porcentaje del tiempo cotidiano en alguna forma de interacción social, ya sea familiar o en un grupo de amigos y se tiene experiencia de que las relaciones sociales positivas son una de las mayores fuentes de autoestima y bienestar personal.

Por lo que el autor señala que existen diversos tipos de habilidades sociales que puede desarrollar el individuo en su proceso de interacción con los demás y lo divide en grupos los cuales son especificados en la tabla 3:

Tabla 3.

Grupos de habilidades sociales

Grupo I Primeras habilidades sociales	Grupo II Habilidades relacionadas con los sentimientos	Grupo III Habilidades alternativas a la agresión	Grupo IV Habilidades para hacer frente al estrés	Grupo V Habilidades de planificación
Escuchar	Conocer los	Pedir permiso	Formular una	Tomar
Iniciar una	propios	Compartir	queja	iniciativas
conversación	sentimientos	algo	Responder a	Discernir sobre
Mantener una	Expresarlos los	Ayudar a los	una queja	la causa de un
conversación	sentimientos	demás	Demostrar	problema
Formulación	Comprender los	Negociar	deportividad	Establecer un
de una	sentimientos de	Emplear	después del	objetivo
pregunta	los demás	autocontrol	juego	Recoger
Dar las	Enfrentarse con	Defender los	Resolver la	información
gracias	el enfado del otro	propios	vergüenza	Resolver los
Presentarse	Expresar afecto	derechos	Arreglárselas	problemas
Presentar a	Resolver el	Responder a	cuando le dejan	según su
otros	miedo	las bromas	de lado	importancia

Hacer un cumplido	Auto- recompensarse	Evitar los problemas con los demás No entrar en peleas	Defender a un amigo Responder a la persuasión Responder al fracaso Enfrentarse a los mensajes contradictorios Responder a una acusación	Tomar una decisión Concentrarse en una tarea
----------------------	------------------------	---	---	---

Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Asturias- España, 2002” por Goldstein (2002)

3.2.6 Entrenamiento en habilidades sociales.

Ballester y Gil (2002) la competencia social es una capacidad que se aprende, este es el resultado de la historia de reforzamiento del individuo, los modelos a los que ha tenido acceso, la retroalimentación que ha recibido de su conducta para moldearla hacia los comportamientos deseables, la oportunidad de practicar las habilidades aprendidas y el desarrollo de expectativas de ejecución más o menos apropiados.

El entrenamiento de las habilidades sociales sirve para mejorar la calidad de vida de las personas en especial de los más jóvenes, ya que les facilitará problemas más complejos, por lo tanto este procesos de entrenamiento en las habilidades sociales debe implicar en su desarrollo completo cuatro elementos de forma estructurada (Vera y Roldán, 2006).

a. Entrenamiento en habilidades sociales: se da en el aprendizaje de conductas interpersonales verbales y no verbales apropiadas, su práctica y la incorporación dentro del repertorio del paciente, este entrenamiento depende de un conjunto de

factores que describe la teoría social, incluyendo muchos procedimientos en su aplicación, siendo los siguientes: las instrucciones, el modelado, el ensayo de conducta, la retroalimentación y el reforzamiento.

b. Técnicas para la disminución de la ansiedad: básicamente esta reducción se hace indirectamente, llevando a cabo la nueva conducta más adaptativa, pudiéndose incluir procedimientos para reducir las manifestaciones fisiológicas, como la relajación muscular o el entrenamiento en respiración profunda; asimismo se puede hacer uso de manifestaciones cognitivas, como la reestructuración cognitiva; o manifestaciones conductuales, como la desensibilización sistemática o la intención paradójica.

c. Entrenamiento en solución de problemas: aquí se plantea la situación social que puede estar provocando dificultades, para lo cual se debe analizar la información de la situación y de su historia personal, logrando generar alternativas de respuesta, analizar ventajas y desventajas y llegar a decidir opciones para llevar a cabo la mejor estrategia para maximizar las posibilidades de éxito con la actuación social.

d. Técnicas de reestructuración cognitiva: tiene como objetivo fundamental contrarrestar las creencias irracionales del sujeto sobre los demás y sobre sí mismo, racionalizar sus expectativas y fomentar autoinstrucciones facilitadoras de la ejecución social, por lo que la adquisición de nuevas conductas modifica, más a largo plazo las cogniciones de la persona.

Lange (citado por Caballo 2007) diferencia 4 etapas del entrenamiento en habilidades sociales:

➤ El desarrollo de un sistema de creencias que mantenga un gran respeto por los propios derechos personales y por los derechos de los demás.

- La distinción entre conductas asertivas, no asertivas y agresivas.
- La reestructuración cognitiva de la forma de pensar en situaciones concretas.

- El ensayo conductual de respuestas asertivas en situaciones determinadas

3.2.7 Importancia.

Hops (1976) las habilidades sociales tienen una gran importancia en el funcionamiento presente como en el futuro desarrollo del individuo. Estas habilidades son importantes tanto en lo que se refiere a las relaciones interpersonales así como al momento de asimilar papeles y normas sociales.

Las interacciones sociales proporcionan a los adolescentes la oportunidad de seguir efectuando habilidades sociales que pueden influir de forma significativa en su adaptación social, emocional y académica.

Diversas investigaciones muestran una relación entre problemas en el desarrollo de las habilidades sociales, los que pueden aumentar en la adolescencia y hasta agravarse en la edad adulta.

La enseñanza de las habilidades sociales a los alumnos es una competencia y responsabilidad clara de la escuela como institución, junto a la familia y en coordinación con ella. La escuela es una importante institución de socialización proveedora de comportamientos y actitudes sociales; el aula, el colegio, es el contexto social en el que los niños pasan gran parte de su tiempo relacionándose entre sí y con los adultos, de forma que se convierte en uno de los entornos más relevantes para su desarrollo social y, por tanto, para potenciar y enseñar habilidades sociales al alumnado (Caballo, 2007).

Las habilidades sociales se han de enseñar directa y sistemáticamente, lo que implica incluirlas en el currículum escolar ordinario, delimitando un tiempo en el

horario y diseñando actividades didácticas a realizar para la consecución de los objetivos propuestos y otros aspectos que serán comentados más detenidamente a lo largo de este trabajo.

3.3. Marco referencial de la población de estudio

3.3.1 Definición de adolescencia.

Según Papalia (2009). “La adolescencia es una transición en el desarrollo entre la niñez y la vida adulta, que implica importantes cambios, físicos cognoscitivos y psicosociales” (p.461)

Asimismo Lila, Buelga y Musitu (2009) señalan que la adolescencia es una etapa evolutiva que se extiende aproximadamente desde los 12 años hasta los 20 años representando una fase crítica, ya sea para el adolescente y su familia, de esta manera con frecuencia se conceptualiza a la adolescencia como un estresor que incide tanto en el adolescente como en el microsistema familiar.

3.3.2 Características del adolescente.

a. Desarrollo Físico:

La pubertad se define como los cambios biológicos que inician entre los 12 y 13 años. En las mujeres aparece la menstruación, y en los varones la primera eyaculación, ambos sin aptitud para la procreación. También aparece el vello púbico, facial y corporal.

En las niñas el crecimiento de senos se alcanza, así como el inicio de los patrones de la distribución. En los niños el agrandamiento del escroto y el alargamiento del pene, así como los patrones de distribución y los cambios de voz.

También se aumenta la estatura, el peso y la aparición de características sexuales secundarias.

b. Desarrollo Cognitivo:

En esta etapa madura el pensamiento lógico formal, su pensamiento es más objetivo y racional. Cada uno construye su punto de vista sobre el mundo. Además es capaz de razonar lo que puede ser verdad, de lo que es verdad.

c. Desarrollo Emocional:

Algunos de los procesos que al adolescente más se le dificulta es el descubrimiento de su vida interior, donde va descubriendo sus propios sentimientos y motivaciones. Este proceso se divide en varias fases: el descubrimiento del yo, el gusto por la soledad, el recogimiento, el egoísmo y la exaltación por el superyó. El segundo proceso es la orientación hacia los valores e ideales, lo cual gracias a que aparecen en ellos las operaciones de pensamientos abstractos y nuevos intereses los ayuda a trascender más allá de la realidad. Y el tercer proceso es la necesidad de independizarse y la autorrealización, donde el adolescente busca ser grande, igualar a sus mayores y ser autosuficiente.

d. Desarrollo Afectivo:

Durante esta etapa se presentan una inestabilidad en las reacciones impulsivas, donde el individuo tiene explosiones afectivas intensas pero superficiales.

Tienen una sobreestimación de sí mismo y le dan poco valor a las habilidades y capacidades, e incluso llegan a compararse con otros jóvenes.

e. Desarrollo social:

En esta etapa la adolescencia tiene el efecto de una roca que cae al agua, ya que su círculo social repercute hacia afuera para incluir amistades con los miembros del mismo sexo o del sexo opuesto, diferentes grupos sociales y étnicos y otros adultos. Finalmente los adolescentes desarrollan la capacidad de enamorarse y fomentar relaciones amorosas.

4. Definición de términos empleados.

- **Adolescencia:** es la etapa que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo.
- **Conducta:** se entiende por conducta la respuesta del organismo considerado como un todo; es decir, respuestas al medio en las que intervienen varias partes del organismo y que adquieren unidad y sentido por su inclusión en un fin.
- **Habilidad:** Capacidad de actuar que se desarrolla gracias al aprendizaje, al ejercicio y a la experiencia.
- **Internet:** es la red informática mundial, descentralizada, formada por la conexión directa entre computadoras mediante un protocolo especial de comunicación.
- **Repertorio:** es un libro que contiene una lista ordenada de datos sobre determinados actos.
- **Síntoma:** es cualquier fenómeno anormal funcional o sensitivo, percibido por el enfermo, indicativo de una enfermedad. Convencionalmente, es opuesto a signo, anomalía perceptible por el observador.
- **Voluntad:** La facultad psíquica que tiene el individuo para elegir entre realizar o no un determinado acto. Depende directamente del deseo y la intención de realizar un acto en concreto.

5. Hipótesis de la investigación

5.1 Hipótesis general.

Existe relación significativa entre riesgo de adicción a Internet y habilidades sociales, en estudiantes del nivel secundario de un colegio privado de Lima Sur, 2015.

5.2 Hipótesis específicas.

- Existe relación significativa entre riesgo de adicción a Internet y autoexpresión, en estudiantes del nivel secundario de un colegio privado de Lima Sur, 2015.
- Existe relación significativa entre riesgo de adicción a Internet y la habilidad para decir no y cortar interacción en estudiantes del nivel secundario de un colegio privado de Lima Sur, 2015.
- Existe relación significativa entre riesgo de adicción a Internet y la habilidad para iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en estudiantes del nivel secundario de un colegio privado de Lima Sur,2015

Capítulo III

Materiales Y Métodos

1. Diseño y tipo de investigación

La presente investigación tiene un diseño no experimental de corte transversal de tipo correlacional, dado que se recogió la información en un momento determinado y no se manipuló la población, y a partir de ello se analizaron los resultados. Además, es de tipo descriptiva-correlacional, ya que se describió cada una de las variables a estudiar, asimismo se analizó la relación entre las variables adicción a internet y habilidades sociales en un contexto en particular (Hernández, Fernandez y Baptista, 2006).

2. Variables de la investigación

2.1. Adicción a Internet.

Young (1998) indica que la adicción a Internet es un trastorno que es identificado por el deterioro en el control del empleo de la red, evidenciando diversos síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos.

2.2 Habilidades sociales.

Las habilidades sociales son el conjunto de respuestas verbales y no verbales parcialmente independientes y situacionalmente específicas a través de las cuales un individuo se expresa en un contacto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ellos en los demás que trae como

consecuencias el autorreforzamiento y maximiza la probabilidad de conseguir reforzadores externos (Gismero, 2010).

2.3. Operacionalización de ambas variables.

Tabla 4.

Operacionalización de la variable de Adicción a Internet bajo el modelo de Kimberly Young.

Dimensiones	Definición operacional	Indicadores	Ítems
Unidimensional	Puntaje obtenido a través del test de adicción a internet de Young (1998)	-	1-20

Tabla 5.

Operacionalización de la variable de habilidades sociales.

Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Categorías de respuesta
El nivel de Habilidades Sociales se mide por medio de este instrumento Escala de Habilidades Sociales y se obtendrá la suma de las 6 dimensiones y se convertirá en la puntuación estándar compuesta. Que se medirá de la siguiente manera: Bajo:19-52 Medio:53-62 Alto:63-76	Autoexpresión de situaciones sociales.	1-2-10-11-19-20-28-29.	
	Defensa de los propios derechos como consumidor.	3-4-12-21-30	A (1)= No me identifico.
	Expresión de enfado o disconformidad.	13- 22-31-32	B (2) = No tiene que ver conmigo.
	Decir no y cortar interacciones.	5-14-15-23-24-33.	C (3)= Me describe aproximadamente.
	Hacer peticiones.	6-7-16-25-26.	D (4)= Muy de acuerdo.
	Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	8-9-17-18-27.	

3. Delimitación geográfica y temporal

La investigación comenzó en marzo del 2015 y tuvo una extensión hasta finales del mes de febrero del 2016. Se llevó a cabo en el Colegio Adventista Unión

Miraflores, ubicada en la Av. Comandante Espinar 755, distrito de Miraflores, departamento de Lima-Perú.

4. Participantes

La muestra fue de 200 estudiantes de ambos sexos que oscilan entre los 13 a 17 años de edad, seleccionados a través de una muestra no probabilística por conveniencia. Asimismo, eran estudiantes del nivel secundario. Dichos alumnos provienen en su mayoría de diferentes lugares de Lima.

4.1 criterios de inclusión y exclusión

4.1.1 Criterios de inclusión.

- Estudiantes matriculados en el nivel secundario.
- Estudiantes de ambos sexo, cuyas edades fluctúen entre los 13 y 17 años.
- Estudiantes que acepten participar voluntariamente de la investigación.
- Estudiantes que no presenten signos de alteración mental en el momento de la aplicación.

4.1.2 Criterios de exclusión.

- Estudiantes que invaliden las pruebas respondiendo al azar.
- estudiantes con más del 10% de preguntas omitidas en algunas de las pruebas.
- Adolescentes que completen solo una de las pruebas.

5. Características de los participantes

En la tabla 6 se presentan las características sociodemográficas de los participantes en cuanto al sexo, edad, grado de instrucción.

Tabla 6.

Datos sociodemográficos de los participantes

Variables		n	%
Sexo	Femenino	99	49
	Masculino	101	50
Edad	13– 15	148	74
	16 – 17	52	26
Grado de instrucción	Primero	35	17
	Segundo	32	16
	Tercero	46	23
	Cuarto	44	22
	Quinto	43	21

6. Técnica e instrumentos de recolección de datos

6.1. Cuestionario de adicción a Internet.

El test de adicción a Internet (IAT, por sus siglas en inglés, Internet Addiction test) fue creado por la doctora estadounidense Kimberly Young en 1996 en Estados Unidos, contiene 20 ítems con una escala de respuesta tipo Likert (0 no aplica a 5 =siempre). Además tiene un rango de puntuación total de 20 a 100.

La administración es individual, puede ser resuelto en 15 minutos. Se hace entrega del cuestionario y se lee las instrucciones: “Marque con una aspa (X) en la alternativa que considere más adecuada para usted”. Es indispensable verificar que haya respondido todos los ítems.

La corrección es la suma simple del valor atribuido a cada ítem; para que se comparen con los baremos correspondientes para obtener la categoría diagnóstica de adicción a internet. Para la interpretación se utilizará las directrices de la autora que presentan en los siguientes puntos de corte:

Normal 20-49 puntos: persona que puede estar más tiempo del necesario a veces conectado, pero tiene control sobre el uso de Internet.

Riesgo 50-79 puntos: persona que experimenta problemas ocasionales o frecuentes por el uso del Internet.

Adicción de 80- 100 puntos: persona que tiene problemas significativos en su vida del uso del Internet.

Puertas, Cortez y Cabonell (2013) tuvieron que adaptar y traducir la prueba. Para dicho propósito, “la versión original del IAT fue sometida a traducción y re-traducción para garantizar la equivalencia idiomática. Inicialmente, participaron en su traducción tres docentes colombianos conocedores de la lengua inglesa, uno de ellos especialista en adicciones y dos en psicometría. La nueva versión del cuestionario fue traducida por el traductor certificado de la universidad de Ibagué”.

En el Perú, Castro, Celis y Medina (2012) realizaron un estudio en el que utilizaron el IAT adaptado al español. Se realizó una muestra piloto a 408 alumnos de primer año de la Universidad San Martín de Porres, al que se le aplicó el test vía online. Se obtuvo un $\alpha=0.91$. Además, con la misma base de datos, se obtuvo la correlación de Pearson (valor menor 0.54). Los resultados dieron validez interna a todas las preguntas. Esta investigación se obtuvo la confiabilidad por medio del alfa de Cronbach, con un resultado de un $\alpha =.767$ (anexo 1), la cual es indicador de una elevada fiabilidad. Asimismo, la contribución de cada uno de los ítems es muy parecida a la consistencia global del test.

La validez de contenido se obtuvo mediante el criterio de expertos. El grupo de jueces estuvo conformado por: dos psicólogos clínicos y dos psicólogos educativos. Escurra (1998) menciona que los reactivos cuyos valores sean mayores o iguales a 0.80 se consideran válidos para el test. De esta manera se procedió a calcular los coeficientes mediante el método de validez V de Aiken para el test. Se observaron que los ítems 10, 13 y 14 presentaron observaciones por los jueces en

cuanto a claridad de los ítems (anexo 3), motivo por el cual se procedió a cambiarlos. Ítem 10; “Con qué frecuencia bloqueas los pensamientos desagradables de tu vida relacionados con el internet” fue modificado por “Bloqueas los pensamientos desagradables de tu vida relacionados con el Internet”. Igualmente el ítem 13 “Con qué frecuencia te molestan si alguien te molesta cuando estas conectado a Internet” fue modificado por “Te molestan si alguien te fastidia cuando estas conectado a Internet”. Finalmente el ítem 14 “Con qué frecuencia te quedas sin dormir por conectarte durante la noche” fue modificado por “Te quedas sin dormir por conectarte durante la noche”.

Finalmente el contenido de validez V para el análisis de contenido respecto al Test de Adicción a Internet presenta valores mayores de 0.80 (anexo 3), indicando el consenso que existe relación con el constructo, las palabras son usuales para nuestro contexto y evalúa específicamente el test, obteniendo la validez del contenido del instrumento. También se hizo la validez de constructo mediante la correlación ítems – test, obteniendo puntajes que oscilan 0.054 a 0.80 (anexo 1)

6.2. Escala de habilidades sociales

La Escala de Habilidades Sociales (EHS) fue creada en el 2005 por Elena Gismero Gonzales, posteriormente en el 2009, Cesar Ruiz Alva realizó la adaptación para el Perú en una universidad de Trujillo. Esta escala tiene por objetivo la evaluación de la aserción y las habilidades sociales, es aplicable para adolescentes, jóvenes y adultos. Se estima que la aplicación se puede llevar a cabo entre 10 a 15 minutos. La EHS, posee una confiabilidad de 0.88., la cual es considerada como alta. La prueba está compuesta por 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficits de las habilidades sociales y 5 de ellos en sentido positivo. Asimismo, consta de 4 alternativas de

respuesta, desde “No me identifico en absoluto, en la mayoría de las veces no me ocurre o no la haría”, “No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra”, “Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así y “Muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos”. A mayor puntuación global, el sujeto expresa más habilidades sociales y capacidad de aserción en distintos contextos.

Con respecto a la calificación, las respuestas a los ítems pertenecen a una misma subescala o factor que están en una misma columna; se suman los puntos obtenidos en cada factor. Finalmente, la PD global es el resultado de sumar las PD de las 6 subescalas. Para el resultado general, si el percentil está en 25 o por debajo el nivel del sujeto será de BAJAS habilidades sociales. Si cae el Pc en 75 o más hablamos de un ALTO nivel en sus habilidades sociales. Si está el Pc entre 26 y 74 es un nivel MEDIO. En este estudio se emplearán baremos modificados, menor a 52 Bajas Habilidades Sociales, 53-62 Nivel adecuado de Habilidades Sociales y de 63 en adelante Alto Nivel de Habilidades Sociales, al igual que se solo con las dimensiones 1,4 y 6 debido que las otras dimensiones no presentan el rango de fiabilidad requerido.

Además la escala cuenta con 6 dimensiones:

- Autoexpresión de situaciones sociales.
- Defensa de los propios derechos como consumidor.
- Expresión de enfado o disconformidad.
- Decir no y cortar interacciones.
- Hacer peticiones.
- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

7. Proceso de recolección de datos

El proceso de recolección de datos se realizó en una institución educativa particular de Lima sur, ubicada en Miraflores- Lima, Perú. Para proceder a la aplicación se solicitó permiso a la institución (Anexo 5). Los datos se recolectaron en dos fechas, específicamente se solicitaron los días 28 y 29 días del mes de octubre del año 2015, la aplicación fue de manera colectiva a los alumnos del 1ro al 5to grado del nivel secundario, en sus respectivas aulas. Se dio lectura al consentimiento informado, luego se explicaron con claridad las instrucciones correspondientes, la prueba tuvo una duración de 35 minutos aproximadamente.

8. Procesamiento y análisis de datos

Para el análisis estadístico se utilizó el software estadístico SPSS para Windows versión 20, una vez recolectada, la información se transfirió a la matriz de datos del software estadístico para su respectivo análisis; los resultados que se obtuvieron fueron ordenados en tablas, cuya interpretación permitirá evaluar y verificar la hipótesis planteada, para ello, primero, se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para identificar la distribución de la muestra. Asimismo, se utilizó el proceso estadístico r de Pearson que permitirá determinar si existe relación significativa entre ambas variables.

9. Consideraciones éticas

Se envió una carta de permiso a la institución para la debida aplicación a los alumnos de dicha institución, seguidamente se da la información correspondiente al desarrollo de la evaluación a los alumnos y posteriormente se informará a los padres.

Capítulo IV

Resultados y discusión

1. Resultados

1.1. Análisis descriptivo de las variables de estudio

1.1.1. Niveles Adicción a Internet

En la figura 1 se observa que el 86,5% de los participantes evidencia un uso normal de Internet, es decir, tienen control del uso de Internet. Por otro lado, el 13,5% se encuentran en riesgo de adicción, lo que indica, que los participantes pasan muchas horas en Internet, con probabilidad de adquirir una adicción a internet. Cabe mencionar que no se halló niveles de adicción a Internet en los participantes.

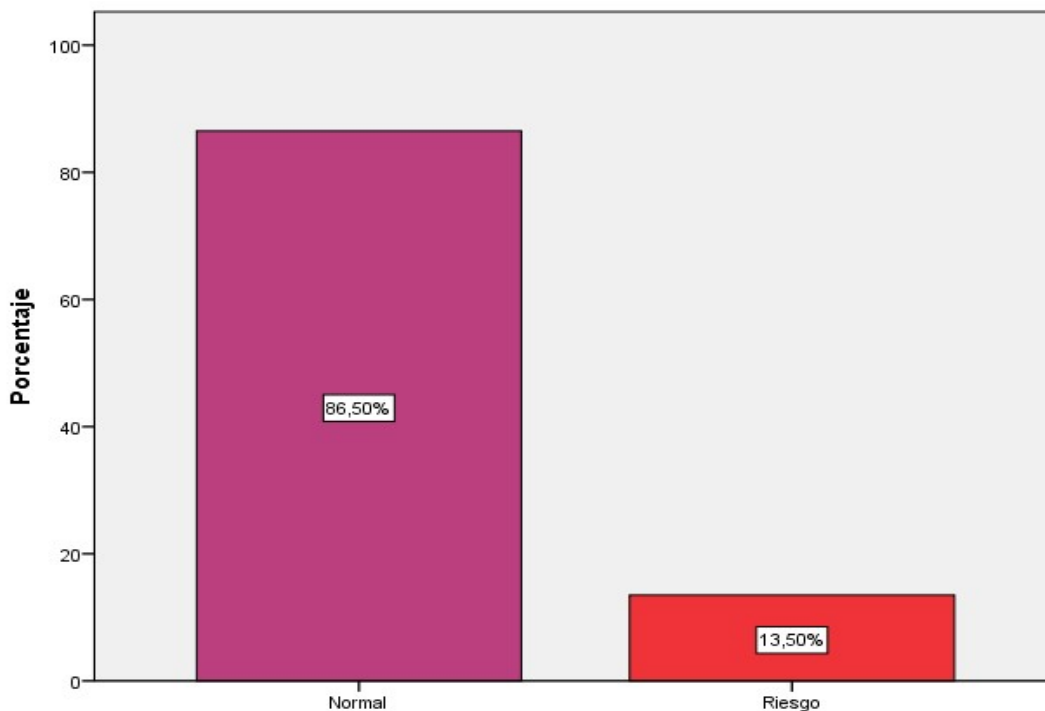


Figura 1: Niveles de adicción a Internet

En la tabla 7 que se presenta a continuación se encuentra el uso de Internet según el sexo de los participantes.

1.1.2 Niveles de Adicción a Internet según datos sociodemográficos

Tabla 7

Nivel de adicción a internet según el sexo de los participantes

	Mujer		Varón	
	N	%	N	%
Normal	84	84.8	89	88
Riesgo	15	15.2	12	11

En la tabla 7 muestra que la mayoría de las mujeres y de los varones (84,8% y 88% respectivamente) muestran un uso normal de Internet. Sin embargo, el 15%

de las mujeres evidencian riesgo de adicción, es decir utilizan con mayor frecuencia el Internet, a diferencia de los varones (11%).

También en la tabla 8 se presenta el uso de internet según la edad de los participantes.

Tabla 8

Niveles de Adicción a internet según la edad de los participantes

	Edad			
	13-15		16-17	
	N	%	N	%
Normal	126	85.1	47	90.4
Riesgo	22	14.9	5	9.6

En la tabla 8 se observa que el 85% de los participantes que tienen entre 13 a 15 años se ubican dentro de un nivel normal de empleo de Internet al igual que el 90% de los participantes de 16 y 17 años. Por otro lado, el 14% de los participantes de 13 a 15 años de edad se encuentran en un nivel de riesgo, a diferencia de los participantes de de 16 y 17 años un (9%).

1.1.3 Habilidades Sociales

En la figura 2 se puede visualizar que el 25% de los participantes evidencia un bajo nivel de Habilidades Sociales, es decir no cuentan con un buen desarrollo interpersonal, en otras palabras le cuesta relacionarse con los demás. Un 48,50% con un nivel medio de Habilidades Sociales, es decir, tienen un adecuado manejo de sus relaciones interpersonales y un 26,50% se encuentra en un nivel alto de Habilidades Sociales, lo que evidencia la capacidad para relacionarse de manera óptima frente a un grupo de personas.

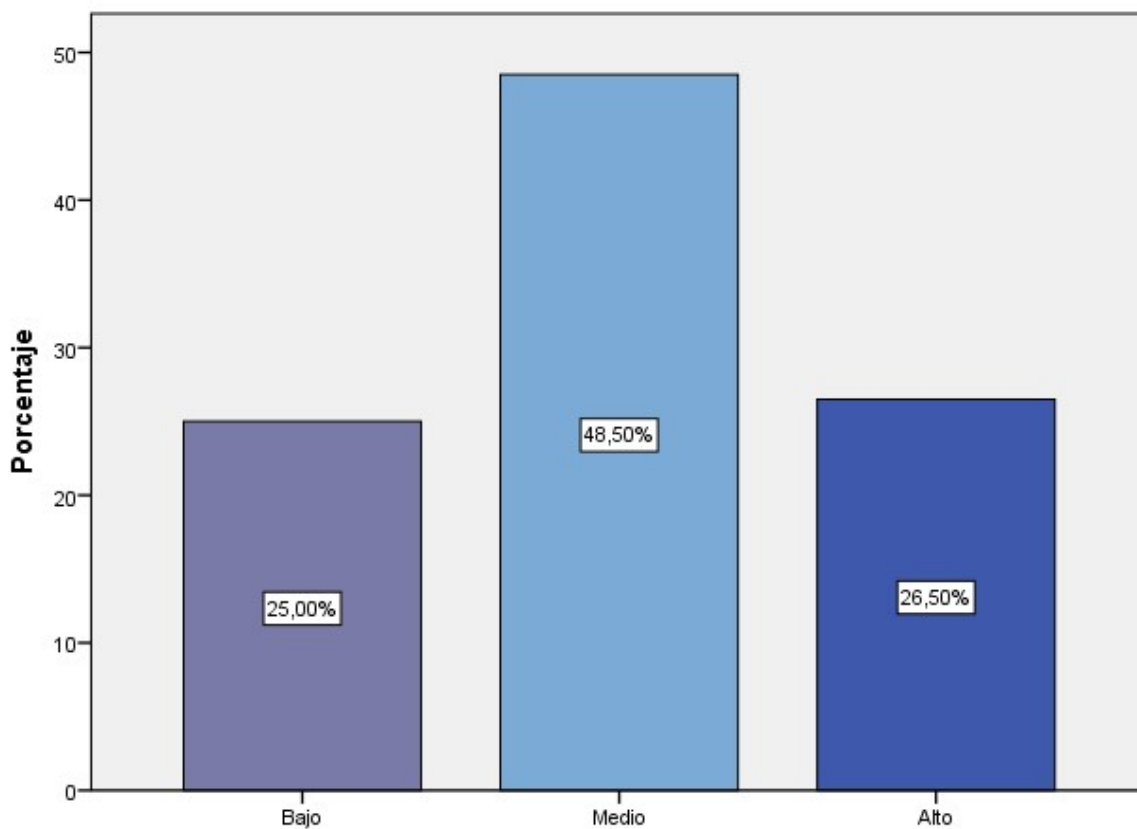


Figura 2: Niveles de Habilidades Sociales

En la tabla 9 que se presenta a continuación se encuentra el nivel de habilidades sociales según el sexo de los participantes.

1.1.4 Niveles de Habilidades Sociales según datos sociodemográficos.

Tabla 9

	Mujer		Varón	
	n	%	n	%
Bajo	31	31.3	19	18.8
Medio	46	46.5	51	50.5
Alto	22	22.2	31	30.7

En la tabla 9 se puede observar que el 46.5% de las mujeres al igual que el 50.5% de los varones de los estudiantes del nivel secundario se encuentran en un

nivel medio. Por otro lado el 31% de las mujeres obtuvieron un nivel bajo de habilidades sociales, a diferencia de los varones que por otro lado muestran un 18% de bajas habilidades sociales. Lo que evidencia que en este caso, las mujeres son las que muestran un bajo desarrollo de sus habilidades sociales, siendo esta la capacidad de interactuar de manera adecuada con su entorno.

También en la tabla 10 se presenta el nivel de Habilidades Sociales de los participantes según su edad.

Tabla 10

Nivel de Habilidades Sociales según la edad de los participantes

	Edad			
	13-15		16-17	
	N	%	n	%
Bajo	13	8.8	7	13.5
Medio	77	52.0	25	48.1
Alto	58	39.2	20	38.5

En la tabla 10 se observa que en el nivel medio de habilidades sociales se encuentran el 52% de los participantes que tienen de 13 a 15 años y en los participantes de 16 y 17 años de 48%, lo cual evidencia que poseen una adecuada habilidad para socializar los participantes que tienen de 13 a 15 años. Por otro lado el 8% de los participantes que tienen entre 13 a 15 años se ubican dentro de un nivel bajo de Habilidades Sociales al igual que el 13% de participantes entre 16 y 17 años.

1.2 Pruebas de normalidad de las variables

Con el propósito de realizar los análisis comparativos y contrastar las hipótesis planteadas, se procedió a realizar primero la prueba de bondad de ajuste de

Kolmogorov-Smirnov (K-S) para conocer si las variables presentan una distribución normal.

Tabla 11

Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio

Variables	Media	D.E.	K-S	P
Adicción a internet	40.70	7.70	.063	.054
Habilidades Sociales	57.38	8.20	.050	.200

En la tabla 11 se puede observar que las variables presentan una distribución normal siendo el coeficiente K-S significativo ($p > 0.05$). Por este motivo se empleará estadísticas paramétricas.

1.3 Análisis de correlación de las variables de estudio

Como se puede observar en la tabla 12, el coeficiente de r de Pearson indica que existe relación.

Tabla 12

Análisis de correlación entre las dimensiones de las variables de estudio

	Adicción a Internet	
	r	p
Habilidades Sociales	-.071	.319
Autoexpresión	.017	.815
Decir No	-.094	.187
Iniciar interrelaciones	-.101	.153

En la tabla 12 se muestra que en el análisis de correlación de la prueba estadística r de Person no se encontró relación significativa entre adicción a Internet y las habilidades sociales ($r = -.071$; $p > 0.05$); igualmente no se encontró relación significativa con las dimensiones de esta.

2. Discusión

A continuación se analizarán los resultados de la relación entre adicción a Internet y habilidades sociales.

En esta investigación se encontró por medio del estadístico de correlación r de Pearson que la adicción a Internet, no se relaciona significativamente con las habilidades sociales ($r=-0.71$, $p=.319$). Este resultado difiere de lo encontrado por Mejía, Paz y Quinteros (2014) quienes hallaron una relación significativa inversa entre adicción a Facebook (tomando en cuenta que se hacía uso del Internet) y habilidades sociales en estudiantes universitarios; es decir, a mayor uso de Facebook menor habilidad social. Sin embargo, es importante resaltar que a diferencia de dicho estudio, esta investigación se realizó en estudiantes del nivel secundario. Además, el entorno en el que se desarrollan estos estudiantes en la actualidad, es muy distinto al de generaciones pasadas, debido al incremento acelerado de la tecnología de información y comunicación (TIC) y a la facilidad de estar conectados a Internet sin dejar de realizar sus actividades (Tapia, 2011). Por otro lado, es importante entender que probablemente existen otros factores que intervengan en la adicción a Internet de los estudiantes del nivel secundario, es decir que desde un punto de vista psicológico los rasgos de personalidad (introversión, timidez, sentimientos de insuficiencia), baja autoestima y alteraciones psicopatológicas (adicciones químicas o psicológicas) incrementen el riesgo de adicción a Internet (Echeburúa, 1999). Este resultado coincide con lo encontrado por Adriano y Mamani (2015) quienes señalan que existen factores personales y sociales (presión social) que intervienen en el riesgo de la adicción a Internet.

En cuanto a la dimensión de autoexpresión se encontró que no tiene relación significativa ($r=-0.17$, $p=.815$) con la adicción a Internet, lo cual da a conocer que

aunque los adolescentes tengan riesgo o adicción a Internet, su capacidad de relacionarse e interactuar de forma espontánea y sin ansiedad ante distintas situaciones sociales sigue siendo la adecuada. Esto se hace evidente a través de expresiones como “expreso mi opinión en público sin dificultad” “puedo telefonar a tiendas, oficinas, etc., sin ningún problema”, aportando con los resultados de esta investigación Fullwood, Sheehan & Nicholls (2009), quienes realizaron un estudio sobre los blogs de MySpace en el cual encontraron que la autoexpresión es una de las motivaciones fundamentales para que las personas se conviertan en frecuentes usuarios de Internet. De esta manera es importante resaltar que las personas encuentran una grata experiencia que se ajusta a su necesidad o deseo de comunicación, facilitando la comunicación entre en su entorno social, por lo cual la expresión personal frente a la sociedad es favorecida por medio de otras herramientas como el internet (García, 2010). Asimismo, los jóvenes en la actualidad emplean estos servicios como medio de comunicación inmediato, ya sea para asuntos importantes, entretenimiento o simplemente como un pasatiempo (López, 2008).

Respecto a la dimensión Decir no y cortar interacciones se encontró que no existe relación significativa con la adicción a Internet ($r=-.094$, $p<.187$). Es importante entender que la dimensión decir no es la habilidad para cortar relaciones que no se quieren mantener, de esta manera el estudiante de nivel secundaria no muestra dificultades para negarse a los pedidos de su entorno social sobre todo aquellas que prefiere evitar, ya sea de manera física o virtual. Esto se hace evidente mediante expresiones tales como “Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, puedo decirle no sin dificultad”, “Sé cómo negarme a salir con alguien que no me apetece aunque me llama varias veces”.

Estos resultados difieren con los hallazgos de Ojeda y Mateos (2006) quienes señalan que “decir no” se puede emplear con más facilidad por medio del empleo de internet, facilitando de ese modo el cortar interacciones, debido que al no establecer una conversación cara a cara, es posible ocultar temores o déficit verbales o no verbales. Asimismo, Luengo (2004) señala que la Internet permite desarrollar una personalidad virtual para reinventarse y de cierto modo cubrir necesidades psicológicas.

Por último, la dimensión de iniciar interrelaciones positivas se encontró que no existe relación con adicción a Internet ($r=-.101$, $p=.153$). Es importante comprender que interrelaciones positivas es una habilidad para poder iniciar una conversación con el sexo opuesto. En estos tiempos la Internet ha favorecido esta habilidad, dado que el estudiante del nivel secundario establece amistades fácilmente por medio del internet (redes sociales), ya que en un principio les era difícil. Es razonable pensar que de esta manera el estudiante del nivel secundario puede ampliar su círculo social, que a su vez fortalece su habilidad de iniciar interrelaciones positivas. Esto se evidencia en afirmaciones como: “Soy capaz de pedirle a alguien una cita” “no tengo ningún problema para dar un halago”, dado que el estudiante del nivel secundario muestra la habilidad de interacción con el sexo opuesto sea o no por medio de la Internet, corroborando a esto Caplan (2002) quien señala que el adolescente emplea internet para recibir de sus contactos respuestas más positivas a diferencia de su entorno habitual, prefiriendo de esa manera una comunicación por medio de la Internet.

Conclusiones y recomendaciones

1. Conclusiones

De acuerdo a los datos y resultados presentados en esta investigación sobre adicción a Internet y su relación a habilidades sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur, se mencionan los siguientes resultados.

- En relación al objetivo general, se halló que la adicción a Internet no se relaciona significativamente con las habilidades sociales ($r=-0.71$, $p=.319$) de estudiantes de nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur. Cualquiera sea el nivel de adicción a Internet, es probable que el estudiante mantenga adecuadas habilidades sociales, debido a que existen factores personales y sociales que favorezcan el riesgo de adicción a Internet.
- En cuanto al primer objetivo específico, se encontró que autoexpresión no tiene relación significativa con la adicción a internet ($r=-0.17$, $p=.815$) en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima sur. Debido a que la autoexpresión, en cierto modo, es favorecida por la Internet, dado que los adolescentes pueden expresar sus pensamientos en distintas paginas sin incrementar el uso de Internet fuera de su normalidad.
- Respecto al segundo objetivo específico, Decir no y cortar interacciones se encontró que no existe relación significativa con la adicción a Internet ($r=-.094$, $p=.187$), lo cual indica que la habilidad para cortar relaciones no

determina el tiempo que el estudiante del nivel secundario dedique a la Internet.

- En cuanto al último objetivo específico, se encontró que no existe relación significativa entre iniciar interrelaciones positivas con el sexo opuesto se encontró que no existe relación con adicción a Internet ($r=-.101$, $p=.153$), dado a que los estudiantes del nivel secundario pueden establecer comunicación con el sexo opuesto de forma positiva tanto por medio de Internet como físicamente.

2. Recomendaciones

Al culminar esta investigación se hacen las siguientes recomendaciones:

- Se recomienda el estudio de la adicción a Internet considerando otras variables, como los rasgos de personalidad, autoestima, entre otras.
- Incrementar la muestra, de esta manera que se pueda generalizar los resultados.
- Se recomienda considerar otros datos sociodemográficos como: tipo de página web, horas de uso de Internet, entre otros.
- Se recomienda emplear otro instrumento en cuanto a habilidades sociales que sea más específico, para la muestra.
- Implementar talleres preventivos para los estudiantes del nivel secundario sobre el riesgo de adicción a Internet y sus consecuencias.

- Realizar escuela para padres y charlas dirigidas para los encargados del desarrollo de los adolescentes en cuanto a sus habilidades sociales.

Referencias

- Adriano, C. y Mamani, L. (2014) *Funcionamiento familiar y adicción a Internet en estudiantes de una institución educativa pública de Lima norte – 2014* (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú.
- American Medical Association (2012). Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine. Recuperado de: <http://www.ama-assn.org/ama>
- Argyle, M. y Kendon, A. (1967). The experimental análisis of social performance. *Advances in Experimental Social Psychology*, 3(1) 55-98. Recuperado de: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0065260108603421>
- Arias, O., Gallego, V., Rodriguez, M. y Pozo, M. (2012). Adicciones a las nuevas tecnologías. *Psicología de las adicciones*, 1(1), 2-6. Recuperado de: <http://www.unioviado.es/gca/uploads/pdf/Psicologia%20de%20las%20Adicciones,%20vol.1,%202012.pdf>
- Ballester, R. y Gil, D. (2002). *Habilidades sociales: evaluación y tratamiento*. Madrid: Síntesis.
- Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción*. Barcelona: Martínez Roca.
- Beebe, T., Asche, S., Haarison, P., y Quinlan, K. (2004). Heightened vulnerability and increased risk-taking among adolescent chat room users: Results from a statewide school survey. *Journal of Adolescent Health*, 35(1), 116-123. Recuperado de: <http://www.psicologiacientifica.com/adiccion-internet-fundamentos-teoricos-conceptuales/>
- Bonilla, L. y Hernández, A. (2012). Impacto de la dependencia a las redes sociales virtuales sobre las habilidades sociales en estudiantes de la facultad de psicología de la universidad de san buenaventura extensión ibagué. *Revista Psicológica*

- Científica*, 14(20). Recuperado de:
<http://www.psicologiacientifica.com/dependencia-redes-sociales-habilidades-sociales-estudiantes-universitarios/>
- Caballo, V. (1993). Relaciones entre diversas medidas conductuales y de autoinforme de las habilidades sociales. *Psicología conductual*, 1(1), 73-99. Recuperado de:
<http://www.psicologiaconductual.com/PDFespanol/1993/num1/Relaciones%20entre.pdf>
- Caballo, V. (2007) *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI. Editores.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial wellbeing: development of a the cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(1), 553-575. Recuperado de
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563202000043>
- Cardona, M. y Valencia, C. (2015). *Características sociodemográficas asociadas a conductas de adicción al internet en los estudiantes de pregrado en una Universidad de la ciudad de Manizales*. Primer periodo de 2015. (Tesis de Licenciatura). Recuperado de:
<http://repositorio.ucm.edu.co:8080/jspui/bitstream/handle/10839/1085/Mauricio%20Cardona%20Medina.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castro, M., Celis, A. y Medina, M. (2012). Uso de internet y niveles de dependencia entre estudiantes de Medicina Humana. *Revista Horizonte Médico*, 12 (3), 27-34. Recuperado de
http://www.medicina.usmp.edu.pe/horizonte/2012_III/Art4_Vol12_N3.pdf
- Cavia, B y Gordo, A. (2002) Enredados en lo virtual. *CEIC*, 5(1), 1-16. Recuperado de: <http://www.ehu.eus/ojs/index.php/papelesCEIC/article/view/12075/10997>

- Charlton, J. P. (2002). A factor- analytic investigation of computer addiction and engagement. *British Journal of Psychology*, 93(1), 329-34. Recuperado de: http://www.readcube.com/articles/10.1348%2F000712602760146242?r3_referer=wol&tracking_action=preview_click&show_checkout=1&purchase_referrer=onlinelibrary.wiley.com&purchase_site_license=LICENSE_DENIED
- Chisholm, J. F. (2006). Cyberspace violence against girls and adolescent females. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 10(1), 74-89. Recuperado de: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1196/annals.1385.022/abstract>
- Comb, M y Slaby, D. (1977). Social skills training ith children en B.B Lahey y A.E Kasdin (Eds): *Advances in clinical child psychology*, Vol. 1, New York: Plenun.
- Consuegra, N. (2010). Segunda edición. *Diccionario de Psicología*. Bogotá: Ecoe Ediciones.
- Cornejo, M., Tapia, M. (2011) *Redes sociales y relaciones interpersonales en internet*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/184/18426920010.pdf>
- Cruzado, L., Matos, L y Kendall, R. (2006) Adicción a internet: Perfil clínico y epidemiológico de pacientes hospitalizados en un instituto nacional de salud mental. *Revista Medica Hered*, 17(4), 196-2015. Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v17n4/v17n4ao2.pdf>
- Del Prette, Z. y Del Prette, A.(2008) Un sistema de categorías de habilidades sociales educativas. *Paideian*, 18(41), 517-530. Recuperado de: <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v18n41/v18n41a08.pdf>
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1994). Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora. *Clínica y Salud*, 5(1), 251-258. Recuperado de: <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196>

- Echeburúa, E. y Moll, A. (2012). *Adicciones a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Madrid: Pirámide
- Echeburúa, E., Labrador, F. y Becoña, E. (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fullwood, C., Sheehan, N. & Nicholls, W. (2009). Blog Function Revisited: A *Content Analysis of MySpace*. *Blogs CyberPsychology & Behavior*, 12(6). Recuperado de: <http://online.liebertpub.com/toc/cpb/12/6>
- García y Montero (2004). *Escala de Habilidades Sociales (E.D.H.S)* Universidad Rafael Urdaneta. Escuela de Psicología. Maracaibo.
- García, C. (2005). Habilidades sociales, clima social familiar y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Liberabit*, 11(11), 63-74. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272005000100008
- García, I. (2010, mayo - junio). *Redes sociales educativas: Plataforma NING red de docentes de América Latina y del Caribe (REDDOLAC)*. *Cognición FLEAD*, 25. Recuperado de http://www.cognicion.net/index.php?option=com_content&task=view&id=319&Itemid=228
- Gismero, E. (2000). EHS. *Escala de habilidades sociales*. Madrid: TEA Ediciones.
- Gismero, E. (2010). *Manual de la Escala de Habilidades Sociales (3ª ed.)*. Madrid: TEA, Ediciones, S.A.
- Goldberg, I. (1995). Internet addiction disorder – Diagnostic criteria. *Internet Addiction Support Group (IASG)*. Recuperado de: <http://www.iucf.indiana.edu/~brown/hyplan/addict.html>

- Goldstein, A., Sprafkin, R. y Klein, P. (2002). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. Barcelona: Martínez Roca. Recuperado de: http://www.academia.edu/429690/Griffiths_M.D._1997_.Exercise_addiction_A_case_study._Addiction_Research_5_161-168
- Griffiths, M. (1990). The cognitive psychology of gambling. *Journal of Gambling Studies*, 6, 31 - 42. Recuperado de:
- Griffiths, M.D (1997). Exercise addiction: A case study. *Addiction Reserch*, 5(1), 161-168. Recuperado de: http://www.academia.edu/429690/Griffiths_M.D._1997_.Exercise_addiction_A_case_study._Addiction_Research_5_161-168
- Griffiths, M.D. (1998). Internet addiction. *Academic Press*. 1(1), 66-75 Recuperado de: http://www.academia.edu/780572/Griffiths_M.D._1998_.Internet_addiction_Does_it_really_exist_In_J._Gackenbach_Ed._Psychology_and_the_Internet_Intrapersonal_Interpersonal_and_Transpersonal_Applications._pp._61-75._New_York_Academic_Press
- Hidalgo, C. y Abarca, N. (1994). Comunicación interpersonal: programa de entrenamiento en habilidades sociales. Santiago de Chile: *Ediciones Universidad Católica de Chile*. Recuperado de: <http://www.unioviedo.es/gca/uploads/pdf/Psicologia%20de%20las%20Adicciones,%200vol.1,%202012.pdf>
- <http://www.unioviedo.es/gca/uploads/pdf/Psicologia%20de%20las%20Adicciones,%200vol.1,%202012.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2015). Población que accede a internet Recuperado de:

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/informe-tecnico-n01_produccion_nov2015.pdf

Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: the vulnerability of college students. *Cyberpsychology y Behavior*, 1, 11-17. Recuperado de: <https://books.google.com.pe/books?id=XdsGAwAAQBAJ&pg=PA37&dq=Internet+addiction+on+campus:+the+vulnerability+of+college+students.+Cyberpsychology+y+Behavior.&hl=es&sa=X&ved=0CB0Q6AEwAGoVChMlr47ElpX0xwIVi6geCh2yEQ4t#v=onepage&q=Internet%20addiction%20on%20campus%3A%20the%20vulnerability%20of%20college%20students.%20Cyberpsychology%20y%20Behavior.&f=false>

Kerbs, R. W. (2005). Social and ethical considerations in virtual worlds. *The Electronic Library*, 23(5), 539-546. Recuperado de: <http://www.emeraldinsight.com/doi/pdfplus/10.1108/02640470510631254>

Lam, N., Contreras, H., Mori, E., Nizama, M., Gutiérrez, C., Hinostroza, W., Torrejón, E., Hinostroza, R., Coaquira, E., Hinostroza, W. (2011). *Adicción a internet: desarrollo y validación de un instrumento en escolares adolescente de Lima, Perú*. Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v28n3/a09v28n3.pdf>

Leal, A. y Gonzales, S. (2008). *Habilidades sociales y adicción al internet en adolescentes*. (Tesis para optar título de licenciatura de la Universidad Rafael Urdaneta). Recuperado de: <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-08-02362.pdf>

Lila, M., Buelga, S. y Musitu, G.(2009). *Las relaciones entre padres e hijos en la adolescencia*. Madrid: Ediciones Pirámide.

- Lopez, F., Carpintero, E., Del Campo, A., Lázaro, S. Y Soriano, S. (2006). *El bienestar personal y social y la prevención del malestar y la violencia*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- López, M. (2008). ¿Por qué hablar de usos educativos en las nuevas tecnologías? Reseña del libro: *Nuevas tecnologías y educación. Diseño, desarrollo, uso y evaluación de materiales didácticos*. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 10(2), 136-150. Recuperado de <http://redie.uabc.mx/vol10no2/contenido-lopezornelas.html>
- Luengo, A. (2004) Adicción a internet; conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional española de terapia cognitivo conductual*, 22- 52. Recuperado de: <http://www.itm.edu.co/Data/Sites/1/SharedFiles/Bienestar/Test/adiccionainternet.pdf>
- Matalinares, M., Díaz, G., Ornella, V. Deyvi, R. Fernandez, A., Uceda, E., Leyva, O., Sanchez, Y., Villavicencio, C., Yaringaño, L., Torres, M., (2013). Influencia de los estilos parentales en la adicción al internet en alumnos de secundaria del Perú. *Revista IIPSI, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos*, 16(2), 195-220. Recuperado de: <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/6554/5821>
- Mejía, G. y Paz, J. (2014). *Adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada en Lima – Perú*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú.
- Monjas, I. (2009). *Como promover la convivencia: Programa de asertividad y habilidades sociales (PAHS)*. Madrid: Editorial CEPE.
- Montiel, C. (2002). *Psicología clínica infantil*. Caracas: Vaddel Hermanos editores.

- Morales, L. (2013). *Factores de riesgo asociados a la conducta de adicción a internet en adolescentes de la I.E. Jorge Martorell Flores*, (Tesis de licenciatura inédita) Tacna-2012. Recuperado de: http://www.tesis.unjbg.edu.pe:8080/bitstream/handle/unjbg/185/70_2013_Morales_Gallegos_LDC_FACS_Enfermeria_2013.pdf?sequence=1
- Nuria, B. (2010). *El uso adictivo de internet podría ser síntoma de depresión*. Recuperado de: <http://www.elmundo.es/elmundosalud/2010/02/03/neurociencia/1265211373.html>
- Pades, J. (2003). *Habilidades sociales en enfermería: propuesta de un programa de intervención*. (Tesis de doctorado), Universidad De Les Illes Balears – España. Recuperado de: <http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/9444/tapj1de1.pdf?sequence=1>
- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia*. México: Mc Graw Hill.
- Peñafiel, E. y Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. Recuperado de: [https://books.google.com.pe/books?id=zpU4DhVHTJIC&pg=PA9&lpg=PA9&dq=Combs+y+Slaby,+1977\)&source=bl&ots=k-qw7CCsZF&sig=eNQwYM0tS4oxl8g7gbqfBn8l3mw&hl=es&sa=X&ved=0CEUQ6AEwBmoVChMIkYTYrNDixwIVIBqSCh0zIQ0f#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=zpU4DhVHTJIC&pg=PA9&lpg=PA9&dq=Combs+y+Slaby,+1977)&source=bl&ots=k-qw7CCsZF&sig=eNQwYM0tS4oxl8g7gbqfBn8l3mw&hl=es&sa=X&ved=0CEUQ6AEwBmoVChMIkYTYrNDixwIVIBqSCh0zIQ0f#v=onepage&q&f=false)
- Pérez,, A. (1999). *Psicopedagogía de las habilidades sociales*. Rev. Educ. De la Universidad de Granada, 7. Recuperado de: http://ocw.unican.es/ciencias-de-la-salud/ciencias-psicosociales-i/pdf-reunidos/tema_07.pdf
- Pratarelli, M.E., Browne, B.L. y Jonson, K. (1999). The bits and bytes of computer/Internet addiction: A factor analytic approach. *Behaviour research methods, instruments and computers*, 31(2), 305-314. Recuperado de:

- <http://link.springer.com/article/10.3758%2FBF03207725#page-1> Puertas-Cortés, D. y Carbonell, X. (2013). Uso problemático de internet en una muestra de estudiantes universitarios colombianos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 31(3), 620-631. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v31n3/v31n3a12.pdf>
- Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la lengua española* (22.aed.). Madrid: Espasa Calpe.S.A.
- Reeduca. (2009). Introducción. Teoría habilidades sociales. Recuperado de: <http://reeduca.com/psicologia-social/introduccion-teoria-habilidades-sociales-.aspx>
- Rial, A., Gomez, P., Braña, T y Varela, J. (2014) Actitudes, percepción y uso de internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega. *Canales de psicología*, 2(30), 642-655. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/pdf/ap/v30n2/psico_adolescencia5.pdf
- Sánchez, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A. y Oberst, U. (2008). La adicción a internet y al móvil ¿moda o trastorno?. *Revista Científicas de America Latina y de ciencias sociales redalyc*, 20(2), 149-159. Recuperado de: <http://www./articulo.oa?id=289122057007>
- Sanhiz, L. y Traver, J. (2006). *La educación en el siglo XXI: Necesidad de educar las habilidades sociales*. Recuperado de: http://www.quadernsdigitals.net/index.php?accionMenu=hemeroteca.DescargaArticuloIU.descarga&tipo=PDF&articulo_id=10378
- Vera, N. y Roldán, G. (2006). *Curso práctico de habilidades sociales*. Granada: Ediciones Sider.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 3(1), 237-244. Recuperado de:

<http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>

Young, K.S. (1998). *Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment*. En L. VandeCreek & T. Jackson (Eds.) *Innovations in Clinical Practice: A source book*, (pp 1-17) Florida: Professional resource press. Recuperado de:
<http://netaddiction.com/articles/symptoms.pdf>

Zapata, G. (2013). *Uso problemático de internet en adolescentes atendidos en consulta externa del Hospital Hermilio Valdizán en el periodo 2009-2011*. (Tesis inédita de Especialista en Psiquiatría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima. Perú. Recuperado de
http://ateneo.unmsm.edu.pe/ateneo/bitstream/123456789/2971/1/Zapata_Coacalla_Giovanna_2013.pdf

ANEXO 1

Propiedades Psicométricas de Adicción a internet

Tabla 1

Adicción a internet

Coefficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach de adicción a internet

Test	Alfa de Cronbach
Adicción a internet	0.767

Tabla 2

Correlaciones sub-test de la Adicción a Internet

Índices de consistencia interna mediante el Alfa de Cronbach

Reactivos	Media	Varianza si elimina ítem	Alfa si elimina ítem
P1	38.22	52.947	.758
P2	38.87	50.424	.747
P3	39.35	52.633	.760
P4	39.03	54.366	.773
P5	39.23	51.786	.757
P6	39.02	52.478	.761
P7	38.57	51.002	.753
P8	39.19	52.652	.759
P9	39.29	51.090	.751
P10	39.03	52.946	.767

P11	38.83	58.727	.797
P12	38.84	51.244	.756
P13	39.06	50.938	.753
P14	39.25	50.542	.750
P15	39.27	49.294	.741
P16	38.72	50.735	.752
P17	38.90	50.767	.751
P18	39.27	50.921	.751
P19	39.49	52.666	.758
P20	39.39	50.047	.746

Tabla 3

Análisis de validez del test de adicción a internet

Dimensiones	Items	V(cia)	V(cong)	V(cont)	V(dcon)
	1	1.00	1.00	1.00	1.00
	2	1.00	1.00	1.00	1.00
	3	0.80	0.80	1.00	0.80
	4	0.80	0.80	1.00	0.80
	5	1.00	1.00	1.00	1.00
	6	1.00	1.00	1.00	1.00
	7	1.00	1.00	1.00	1.00
	8	0.80	1.00	1.00	1.00
	9	0.80	0.80	0.80	0.80
	10	0.50	0.80	1.00	0.80
Adicción a internet	11	0.80	1.00	1.00	0.80
	12	0.80	1.00	1.00	0.80
	13	0.50	0.80	1.00	0.80
	14	0.50	0.80	0.80	0.80
	15	1.00	0.80	0.80	1.00
	16	0.80	0.80	0.80	0.80
	17	0.80	0.80	1.00	0.80
	18	0.80	1.00	1.00	0.80
	19	1.00	1.00	1.00	1.00
	20	1.00	1.00	1.00	1.00

ANEXO 2

Propiedades Psicométricas de la escala de Habilidades Sociales

Tabla 1

Escala de Habilidades Sociales

Coefficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach de Habilidades Sociales

Test	Alfa de Cronbach
Habilidades Sociales	0.823

Tabla 2

Índices de consistencia interna mediante el Alpha de Cronbach

Reactivos	Media	Varianza si elimina ítem	Alpha si elimina ítem
P1	97.75	142.697	.815
P2	97.66	144.018	.819
P3	98.17	148.429	.827
P4	97.82	144.973	.820
P5	97.87	143.434	.819
P6	97.48	142.147	.815
P7	98.03	148.156	.827
P8	97.79	141.398	.814
P9	97.89	142.975	.817
P10	97.80	142.410	.816
P11	97.32	144.691	.818

P12	97.94	149.421	.826
P13	97.72	144.281	.819
P14	97.81	142.049	.817
P15	97.97	140.836	.815
P16	97.46	147.845	.825
P17	97.95	142.436	.817
P18	98.58	144.166	.819
P19	97.73	146.053	.822
P20	97.70	144.512	.820
P21	97.76	142.040	.817
P22	97.78	140.931	.814
P23	97.84	141.993	.815
P24	97.99	141.686	.816
P25	97.74	145.684	.824
P26	97.46	143.806	.818
P27	98.03	139.385	.813
P28	97.53	143.179	.817
P29	97.47	139.754	.811
P30	97.53	142.094	.814
P31	97.68	141.632	.816
P32	98.10	145.304	.821
P33	97.88	142.117	.815

ANEXO 3

Consentimiento informado

Miraflores 30 de noviembre de 2015

Beatriz Medina Rojas

Yanni Sherly Veliz Llaja

Presente

Apreciadas señoritas

Reciban un cordial saludo y bendiciones de nuestro Creador.

Mediante la presente hacemos de su conocimiento que con mucho gusto habremos de brindar nuestra colaboración para que puedan aplicar los cuestionarios de Habilidades sociales y Adicción a internet para llevar a cabo parte de su investigación en el Colegio Adventista Miraflores.

Les deseo mucho éxito en su investigación y confiamos que de la misma resulte una aportación valiosa al mejoramiento de la educación.



Atentamente,

Waldo Querevalu Martínez

Director

ANEXO 4

Instrumentos empleados

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

EDAD:.....

GRADO:..... **FECHA:**.....

INSTRUCCIONES:

A continuación aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Para responder utilice la siguiente clave:

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra

C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así

D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos

.

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido	A B C D
2. Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto , paso un mal rato para decirle que “NO”	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A B C D
7. Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo.	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D
20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D

21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se cómo “cortar “a un amigo que habla mucho.	A B C D
24. Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A B C D
28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo.	A B C D
30. Cuando alguien se me “cuela” en una fila hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados.	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o “quitarme de en medio “para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D
TOTAL	

TEST DE ADICCIÓN A INTERNET

EDAD:.....

GRADO:

FECHA:.....

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará 20 preguntas acerca de la forma en que las personas se conectan a internet. Marque con una (X) en la alternativa que considere adecuada a su situación. Es indispensable que responda todas las preguntas. No existen respuestas correctas ni incorrectas

Nunca(N) Casi Nunca(CN) A veces(AV) Siempre(S)

Preguntas	N	CN	AV	S
1. ¿Te conectaste a internet más tiempo del previsto?				
2. ¿Descuidas las actividades de la casa para estar más tiempo conectado a internet?				
3. ¿Con que frecuencia prefieres estar conectado a internet que estar con tus amigos o pareja?				
4. ¿Con que frecuencia formas nuevas relaciones con usuarios de internet?				
5. ¿Con que frecuencia las personas cercanas a ti se quejan por la cantidad de tiempo que pasas en el internet?				
6. ¿Con que frecuencia tus calificaciones o actividades académicas se afectan negativamente por la cantidad de tiempo que permaneces en internet?				
7. ¿Con que frecuencia revisas tu facebook antes de realizar otras tareas que necesitas hacer?				
8. ¿Con que frecuencia el tiempo que pasas en internet afecta negativamente tú desempeño productividad en el trabajo o escuela?				
9. ¿Con que frecuencia estas a la defensiva o te muestras reservado cuando alguien te pregunta que haces en el internet?				
10. ¿Con que frecuencia bloqueas los pensamientos desagradables de tu vida relacionados con el internet?				

11. ¿Con que frecuencia anticipas el tiempo que estarás conectado a internet?				
12. ¿Con que frecuencia temes que la vida sin internet seria aburrida, vacía o triste?				
13. ¿Con que frecuencia te molesta si alguien te molesta cuando estas conectado a internet?				
14. ¿Con que frecuencia te quedas sin dormir por conectarte durante la noche?				
15. ¿Con que frecuencia te sientes preocupado por no estar conectado a internet?				
16. ¿Con que frecuencia dices “unos minutos más”, cuando estas conectado?				
17. ¿Con que frecuencia tratas de disminuir el tiempo que pasas en internet y no lo logras?				
18. ¿Con que frecuencia intentas ocultar el tiempo que permaneces conectado a internet?				
19. ¿Con que frecuencia prefieres pasar tiempo en internet que salir con otras personas?				
20. ¿Con que frecuencia te sientes deprimido, malhumorado o nervioso cuando no estas conectado, pero te sientes mejor cuando te conectas de nuevo?				