

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

**Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los
estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto,
2016.**

Por:

Alejandro Cholán Prado

Katherine Leticia Valderrama Contreras

Asesor:

Mg. Renzo Felipe Carranza Esteban

Tarapoto, noviembre de 2017

Ficha catalográfica elaborada por el Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación – CRAI – de la UPeU

| | |
|-------------|--|
| TPS | Cholán Prado, Alejandro |
| 2 | Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la |
| C563 | Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016 / Autores: Alejandro Cholán Prado, |
| 2017 | Katherine Leticia Valderrama Contreras; Asesor: Mg. Renzo Carranza Esteban. -- Tarapoto, 2017. 65 páginas: anexos, tablas |
| | Tesis (Licenciatura)--Universidad Peruana Unión. Facultad de Ciencias de la Salud. EP. Psicología, 2017. Incluye referencias y resumen. Campo del conocimiento: Psicología. |
| | 1. Adicción a las redes sociales 2. Procastinación académica 3. Universitarios |

**DECLARACIÓN JURADA
DE AUTORÍA DE DEL INFORME DE TESIS**

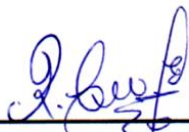
Renzo Felipe Carranza Esteban, de la facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que el presente informe de investigación titulado "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN – FILIAL TARAPOTO, 2016" constituye la memoria que presenta la bachiller Katherine Leticia Valderrama Contreras y el bachiller Alejandro Cholán Prado para aspirar al título de Profesional de Psicólogo, cuya tesis ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad de los autores, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en Tarapoto, el 16 de noviembre del 2017



Renzo Felipe Carranza Esteban

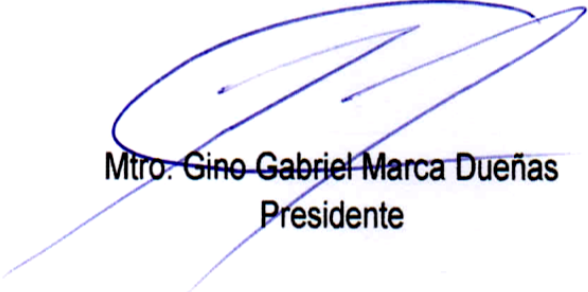
Asesor

Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los
estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016

TESIS

Presentada para optar el título Profesional de Licenciado en Psicología


JURADO CALIFICADOR



Mtro. Gino Gabriel Marca Dueñas
Presidente



Psic. Celina Ramírez Vega
Secretaria



Mg. Rosa Mercedes Ramírez Guerra
Vocal



Mg. Renzo Felipe Carranza Esteban
Asesor

Tarapoto, 09 de noviembre de 2017

Dedicatoria

A mis padres, José Valderrama Tello y Delicia Contreras Abanto por el apoyo incondicional que me brindaron para concluir con esta investigación y por la motivación que me brindan para continuar creciendo profesional y personalmente. A mi esposo, Jorge Gadea Coro, por su compañía y consejos durante este trayecto.

Katherine Leticia Valderrama Contreras

A mis padres por ser uno de los motores principales para continuar avanzando. A mi esposa Elizabeth Chanducas por su apoyo desinteresado brindado a cada momento y por motivarme a ser mejor cada día.

Alejandro Cholán Prado

Agradecimiento

A Dios por su infinito amor, por sustentarnos y ser quien nos fortalezca cada día para continuar desarrollándonos. A nuestras familias por su apoyo a cada momento y motivación para cumplir con nuestros objetivos, a nuestros amigos y a nuestro asesor Renzo Carranza Esteban por guiarnos en la elaboración de nuestra investigación.

Índice

| | |
|---|-----|
| Resumen | xi |
| Abstrac..... | xii |
| Capítulo I | 13 |
| El problema | 13 |
| 1. Planteamiento del problema..... | 13 |
| 2. Formulación del problema | 14 |
| 2.1. Problema general. | 14 |
| 2.2. Problemas específicos..... | 14 |
| 3. Justificación | 14 |
| 4. Objetivos de la investigación..... | 15 |
| 4.1 Objetivo General..... | 15 |
| 4.2 Objetivos específicos..... | 15 |
| Capitulo II | 16 |
| Marco teórico | 16 |
| 1. Marco filosófico bíblico..... | 16 |
| 2. Antecedentes de la investigación | 17 |
| 3.1. Redes Sociales..... | 19 |
| 3.2. Procrastinación..... | 25 |
| 3.2.1. <i>Marco histórico</i> | 25 |
| 3.2.2. <i>Definición del término procrastinación</i> | 26 |
| 3.2.3. <i>Modelos teóricos de procrastinación académica</i> | 27 |
| 5. Hipótesis de la investigación | 29 |
| Capítulo III | 30 |
| Materiales y métodos..... | 30 |
| 1. Diseño y tipo de investigación..... | 30 |
| 2. Variables de la investigación..... | 30 |
| 2.1. Identificación de las variables..... | 30 |
| 2.2. Operacionalización de las variables..... | 30 |
| 3. Delimitación geográfica..... | 31 |
| 4. Descripción del área de estudio..... | 31 |
| 4.1. Población..... | 31 |

| | | |
|------|--|----|
| 4.2. | Muestra..... | 31 |
| 5. | Técnica e instrumentos de recolección de datos | 33 |
| 6. | Proceso de recolección de datos..... | 33 |
| 7. | Procedimiento y análisis de datos | 34 |
| | Capítulo IV..... | 35 |
| | Resultados y discusión..... | 35 |
| 1. | Resultados..... | 35 |
| 2. | Discusión..... | 44 |
| | Capítulo V..... | 46 |
| | Conclusiones y recomendaciones | 46 |
| | Referencias | 47 |
| | Anexos..... | 53 |

Índice de Tablas

| | |
|---|----|
| Tabla 1:Operacionalización del Test de adicciones a las redes sociales de MeyVa | 30 |
| Tabla 2:Operacionalización de la Escala de Procrastinación Académica | 31 |
| Tabla 3:Características de la muestra | 32 |
| Tabla 4:Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto. | 35 |
| Tabla 5:Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones, según género. | 36 |
| Tabla 6:Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones, según edad. | 37 |
| Tabla 7:Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones, según facultad..... | 38 |
| Tabla 8:Niveles de Procrastinación y sus dimensiones de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto | 39 |
| Tabla 9:Niveles de Procrastinación y sus dimensiones, según facultades..... | 40 |
| Tabla 10:Niveles de Procrastinación y sus dimensiones, según edad | 41 |
| Tabla 11:Niveles de Procrastinación y sus dimensiones, según género..... | 42 |
| Tabla 12:Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio. .. | 43 |
| Tabla 13:Coeficientes de correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación.. | 44 |

Índice de Anexos

| | |
|---|----|
| Anexo 1:Propiedades psicométricas de la Escala de Adicción a las redes sociales | 53 |
| Anexo 2: Modelo de validación de contenido | 55 |
| Anexo 3: Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación | 56 |
| Anexo 4: Consentimiento informado..... | 57 |
| Anexo 5: Carta de autorización | 58 |
| Anexo 6: Matriz de consistencia..... | 59 |
| Anexo 7: Instrumentos de medición..... | 60 |

Resumen

La presente investigación está orientada a determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la postergación de las actividades académicas en estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto. El estudio fue hecho en 400 estudiantes voluntarios de dicha casa de estudio, fue correlacional y de corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron el “Inventario de Adicciones a las redes sociales” creado por Noemí Mendoza y Eveling Vargas (2014), y la “Escala de Procrastinación Académica” por Josué Gonzales (2014) creadas en la Universidad Peruana Unión, en las ciudades de Tarapoto y Lima, respectivamente.

Los resultados mostraron que la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación son altamente significativas ($r = .553$, $p = 0.01$), lo que indica que cuanto mayor sea la adicción a las redes sociales mayor será el nivel de procrastinación en los estudiantes.

Palabras clave: *Adicción a las redes sociales, procrastinación académica, universitarios.*

Abstrac

The Current research is based to determine the relation between social media and procrastination of academic activities in students from “Universidad Peruana Unifn” in Tarapoto. The research was done in 400 volunteer students of that university. Ther research was correlational and cross sectional. The tolos we used were “the inventory of adiction to social media” crated by Noemí Mendoza and Evenling Vargas (2014), and “The academic procrastination scale” by Josué González (2014) crated at the Universidad Peruana Unión, in the citiez of Tarapoto and Lima, respectively.

The results showed that the relation between addiction to social media and procrastination are highly significant ($r=.553$, $p=0.01$), wich indicates the higher is addiction to social media, the higher is the level of procrastination in students.

Key words: addiction, procrastination, universitu people.

Capítulo I

El problema

1. Planteamiento del problema

El cumplimiento de actividades o tareas académicas es un indicador de madurez emocional adecuada. Las personas con esta capacidad muestran su responsabilidad frente a las demandas que se les exige a diario. Sin embargo, algunas personas suelen tardar en el cumplimiento de dichas responsabilidades, y esto puede ser por algunos de manera involuntaria y otros voluntariamente. A este segundo grupo se les denomina procrastinadores.

La procrastinación es un patrón de comportamiento que se caracteriza por el aplazamiento de actividades de la vida, de manera voluntaria. Dicha procrastinación puede darse en varios contextos, como en el académico, siendo éste el aplazamiento de tareas en el ámbito escolar o universitario (Quant y Sánchez, 2012).

El tema de procrastinación se comenzó a analizar desde el año 1992 por Milgram, quien concluyó que en las sociedades con tecnologías avanzadas existía más procrastinación (citado por Natividad, 2014) Asimismo, una investigación realizada el 2011 muestra que otro factor para que las personas pospongan sus actividades tiene que ver con el autocontrol del uso de internet (Lam et al., 2011).

Por otro lado, en referencia a las redes sociales, el internet tiene sus inicios en los años de 1970, a causa del temor a algún ataque nuclear soviético hacia los centros económicos y administrativos de Estados Unidos. En la actualidad, constituye una tecnología que ha proporcionado muchos beneficios a las personas, sin embargo, algunas pueden llegar a obsesionarse y perder el control al usarlo, lo que ocasiona el descuido tanto en sus tareas como en sus relaciones. El uso de esta tecnología puede ser positivo, siempre que no se pospongan las actividades propias de la vida normal de una persona como es el estudiar (Echeburúa y De Corral, 2010).

En un estudio realizado en la Universidad de Málaga de España titulado “El uso académico de las redes sociales en universitarios” se obtuvieron como resultados que el 91.2% de estudiantes reconoció pertenecer a alguna red social, de los cuales el 97.3% ya tiene más de un año perteneciendo a una red social. Consultados sobre el motivo por lo que usan las redes sociales refirieron que un 75% lo usa por estar informado con lo que ocurra en su entorno social, el 61.8% por entretenimiento y solamente un 24.7% lo usa por estudio. Algo que llama la atención es que al ser consultado si usan las redes sociales en

la parte académica los encuestados refieren que no ayuda mucho, que esporádicamente suelen usar para salir de alguna duda en alguna materia, mayormente en tiempo de exámenes y estar en ritmo de las clases, que en pocas oportunidades lo utilizaban para hablar con algún experto sobre alguna materia o con los docentes (Gómez, Roses y Farias, 2011).

En la población de estudio se ha observado, que los estudiantes suelen posponer sus actividades académicas (Carranza y Ramírez, 2013), lo que ocasiona bajas calificaciones y que el nivel de estrés aumente. Además, hacen uso constante de las redes sociales ya que les permite relacionarse con otras personas. Por lo tanto, es importante realizar una investigación que ayude a identificar si existe relación entre estas dos variables.

2. Formulación del problema

2.1. Problema general.

¿Existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016?

2.2. Problemas específicos.

¿Existe relación significativa entre saliencia y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto 2016?

¿Existe relación significativa entre tolerancia y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016?

¿Existe relación significativa entre cambios de humor y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016?

¿Existe relación significativa entre conflictos y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016?

¿Existe relación significativa entre síndrome de abstinencia y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016?

¿Existe relación significativa entre recaída y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016?

3. Justificación

El presente estudio permitirá conocer la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica. Asimismo, ayudará a ampliar los estudios sobre los factores que influyen en los estudiantes universitarios para postergar sus actividades. Permitirá implementar programas que ayuden a disminuir la procrastinación académica a través del tratamiento de la adicción a las redes sociales, lo que sin duda contribuirá al desarrollo personal de los estudiantes en su proceso de aprendizaje universitario.

De igual manera, el trabajo será de ayuda para el proceso de enseñanza que brinda la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto ya que considerará el control de redes sociales dentro de la institución. Además, se podrá atender a estudiantes que requieran ayuda con respecto a este tema.

Por lo tanto, el trabajo ayudará a los investigadores, a la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto y por ende a los estudiantes de dicha casa de estudios.

4. Objetivos de la investigación

4.1 Objetivo General.

Determinar si existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016.

4.2 Objetivos específicos.

Determinar si existe relación significativa entre saliencia y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016.

Determinar si existe relación significativa entre tolerancia y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Determinar si existe relación significativa entre Cambios de humor y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Determinar si existe relación significativa entre conflicto y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Determinar si existe relación significativa entre síndrome de abstinencia y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Determinar si existe relación significativa entre recaída y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Capítulo II

Marco teórico

1. Marco filosófico bíblico

Los cristianos no son ajenos al uso de las redes sociales, es así que los líderes están dándole un énfasis especial a este tema, brindando capacitaciones sobre el uso correcto de las mismas entre las que se destacan que, así como sus vidas sus cuentas en cualquier tipo de red social tiene como objetivo predicar el evangelio, mostrar a Jesús mediante sus vidas, impartir esperanza al mundo. Sin embargo, se tiene muy presente que existen riesgos y peligros en la que los cristianos se pueden ver involucrados, dentro de los cuales está la adicción a las mismas (Castro y Chile, 2015).

La televisión es uno de los inventos modernos con el que todos los lectores están familiarizados y conocen las expectativas negativas que ha generado en todo el siglo pasado (Bargh y McKenna; citado por Matute y Vadillo, 2012) las mismas expectativas y alarmas ha generado el internet y redes sociales en muchos sectores, dentro de los que está el sector académico. Por la misma razón es que instituciones, casas de estudios, empresas e incluso países están intentando poner filtro a su uso. (Matute y Vadillo, 2012).

Respecto a la procrastinación se puede decir que la formación de una persona responsable no está fuera del ámbito cristiano, la Biblia misma menciona en Eclesiastés 3: 1 que todo lo que se requiere para hacer aquí en la tierra tiene su tiempo para todo. Asimismo, en Efesios capítulo 5, versículos 15 al 16, la Biblia llama a la reflexión cuando el apóstol Pablo exhorta a tener cuidado en la forma en cómo andamos, no como insensatos sino como sabios, aprovechando bien el tiempo (Reina Valera, 1960).

White (1965) menciona que la formación del niño ha de venir desde la primera escuela que es el hogar. Desde allí es necesario crear en los niños un carácter bien equilibrado. Los padres han recibido la responsabilidad de moldear las mentes de sus hijos. Teniendo en cuenta que los malos hábitos formados en la infancia repercuten toda la vida. Se debería de realizar una lista de deberes que ha de hacer el niño y joven se debe destinar un cierto tiempo para cumplir cada actividad, "asígnese cierto número de minutos para cumplir el trabajo y no se detengan a leer diarios o libros, sino digan: NO, tengo solamente cierto número de minutos para hacer mi trabajo, y debo realizarlo en el tiempo que me he propuesto".

2. Antecedentes de la investigación

Herrera, Pacheco, Palomar & Zavala (2010) realizaron un estudio en México sobre “la Adicción de Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales” en la que participaron 63 alumnos de la Universidad Iberoamericana de los cuales 60.3% eran mujeres y 39.7% hombres y en los resultados se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los adictos y los no adictos a Facebook lo que permitió ver que existe una relación significativa entre la adicción a Facebook y la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. Del cual se puede deducir que los adictos a Facebook son más propensos a la depresión, a tener menos habilidades sociales y a mostrar una baja autoestima.

Cuyún (2013) llevó a cabo otro estudio en México determinado “Adicción a las redes sociales en jóvenes”. Se realizó con la participación de 88 estudiantes cuyas edades eran entre 14 y 16 años entre hombres y mujeres. En el estudio encontraron como un 24% de estudiantes deja de hacer las tareas del colegio por estar conectado a una red social e intercambiar fotos y conversaciones y un 29% afirma que dedican demasiado tiempo a las redes sociales lo cual perjudica su rendimiento académico y sus relaciones sociales.

En España, Oliva et al (2012) desarrolló el estudio “Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes Andaluces”, cuya muestra del estudio fue de 1601 adolescentes entre mujeres (800) y hombres (801) de 12 a 34 años de edad. En este estudio se llegó a la conclusión de que el 77% de personas mostró un uso adictivo de las redes sociales.

Viñas et al. (2002) llevó a cabo una investigación en Madrid “Internet y Psicopatología: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología” en el que 1277 estudiantes de las diferentes facultades de la universidad de Girona participaron del estudio. En donde se llegó a la conclusión de que el uso excesivo de internet (principalmente el chat en las redes sociales) está asociado a mayor probabilidad de sufrir diferentes índices psicopatológicos como la depresión, ansiedad y alteraciones del sueño. Además, se concluye que el 42% de las personas que preferentemente utilizan el chat se muestran más insatisfechos en sus relaciones familiares además de mostrar poca capacidad para iniciar y mantener una buena relación.

Muñoz, Gámez y Fernández (2008) desarrollaron otro estudio en Madrid España titulado “Indicadores de pérdida de control, tolerancia y abstinencia en relación al uso de internet en universitarios” en donde participaron 1301 estudiantes universitarios de ambos sexos cuyas edades oscila entre 18 y 30 años. Los resultados arrojaron que el 54,9% de universitarios pasan más tiempo en internet de lo que planificaron. Además, un punto a

tener en cuenta es que el género masculino es el que más dificultades presenta al control del uso de las mismas con un 71% frente a un 29% del género femenino. Sin embargo, es preciso recalcar que en el estudio la mayoría de individuos refieren que hacen un uso adecuado de las redes sociales.

López, López y Galán (2012) realizaron un estudio en Madrid sobre “Redes sociales de internet y adolescentes” en la facultad de Educación y formación del profesorado de la Universidad Complutense de Madrid, en una población de 315 alumnos se determinó que el 95.2% de adolescentes tiene un ordenador con acceso a internet, además se logró determinar que el 93.68% tiene cuenta en alguna red social, un 41.30% le dedica 2 horas diarias, un 19.05% entre 3 y 4 horas diarias; otro dato importante de esta investigación es que nueve de cada diez personas accede diariamente a estas redes sociales.

Mejía, Paz y Quinteros (2014) realizaron una investigación en Perú en la Universidad Peruana Unión “Adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima” en donde participaron 300 estudiantes de ambos sexos de edades entre 18 y 24 años. Entre los resultados se puede mencionar que el 10.3% de los estudiantes presenta un nivel de adicción a Facebook y un 33.3% se encuentra en riesgo de adicción y lo que llama la atención es que un 56.3% registró un nivel bajo de habilidades sociales. Además, se encontró una correlación inversa altamente significativa ($p=0.001$) la que confirma que la dependencia o la adicción a la red social de Facebook conlleva a presentar menos habilidades sociales en los estudiantes.

Clariana, Cladellas, Badia y Gotzens (2011) analizaron la relación entre procrastinación y la inteligencia emocional, en una muestra de 192 estudiantes de Psicología de la Universidad Autónoma de Barcelona, España. De dicha muestra, 45 eran varones y 147 mujeres, con edades comprendidas entre 20 y 42 años. Para evaluar procrastinación se utilizó la escala D de Demora Académica; para evaluar inteligencia emocional se utilizó el Emotional Quocient Inventory (EQ-i). Los resultados arrojaron que la procrastinación mantiene una correlación significativa negativa con la inteligencia intrapersonal ($r=-.211$; $p=.003$), el coeficiente emocional ($r=-.182$; $p=.012$) y el estado de ánimo ($r=-.178$; $p=.014$).

Chan (2011) realizó una investigación descriptiva correlacional, con 200 estudiantes de educación superior de profesiones en el área de letras en Lima, con el objetivo de identificar y analizar las diferentes situaciones que están asociadas a la procrastinación y su repercusión en el rendimiento académico. Para este estudio se aplicó una encuesta para la identificación de características de los participantes y la Escala de Procrastinación Académica de Busko y Álvarez. De acuerdo a los resultados obtenidos, llegaron a la

conclusión que los estudiantes que procrastinan, suelen tener dificultades en su rendimiento académico.

En Tarapoto, Carranza y Ramírez (2013) realizaron otro estudio en la Universidad Peruana Unión, para determinar el nivel de procrastinación en los estudiantes de dicha universidad. La muestra tomada fue de 302 estudiantes de ambos sexos entre 16 y 25 años. Para dicha investigación se utilizó el Cuestionario de la Procrastinación creado por Ramírez, Tello y Vásquez (2013). En la investigación, el 33.7% de los estudiantes fueron del género femenino; un 44% de los estudiantes se encuentran entre las edades de 16 a 20 años. Los resultados arrojaron que los estudiantes que presentan un nivel alto de procrastinación son de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura.

3. Marco teórico

3.1. Redes Sociales.

3.1.1. Marco Histórico.

Las redes sociales se originaron en el año 1995 por Randy Coanrads quién creó el sitio web classmates.com con el objetivo de recuperar o mantener las relaciones con compañeros de secundaria, universidad, etc. (Anidjar, Gun, Luna y navarro, 2009). Sin embargo, partir del año 2001 aparecen sitios webs promocionando los círculos de amigos, entre las que podemos nombrar Friendster, fotolog.com el mismo que en el año 2005 sobrepasa el millón de usuarios, MySpace, LinkedIn, del.icio.us, todas estas lanzadas en el 2003 y ya en el 2004 es lanzada la red social de Facebook, que fue creada originalmente para estudiantes de la Universidad de Harvard pero que en la actualidad está abierta a cualquier usuario.

Ros (2009) por otro lado menciona que las redes surgieron antes del nacimiento de las Web 2.0. con la creación de la página de SixDegrees.com en el año de 1997 la misma que permitía crear un perfil, listado de amigos y envío de mensajes amigos la que un año después permitió la navegación de terceros en el listado de amigos, lo que fue una novedad ya que las funciones anteriores ya eran ofrecidas por otras comunidades virtuales. Asimismo, hace un listado de las redes sociales que aparecieron a partir del año 2001; siendo las webs de Ryze.com (2001), Friendster (2002), Tribe.net (2003), LinkedIn (2003).

En el año 2009 las redes sociales tuvieron un crecimiento sustancial, siendo mayormente adolescentes los que forman parte de una red social. Además, existen cuatro tipos de redes sociales, cada una con un objetivo diferente: de carácter personal como Facebook y twitter, profesionales como LinkedIn y Viadeo, temáticas como cuentatuviaje.net y musicmakesfriends.com, y por último de escala local como Skyrock y Tuenti. Todas estas redes sociales son de ayuda para el periodismo escrito, televisivo,

radiofónicos, etc. En la actualidad las redes sociales han comenzado a implementar funciones como compartir fotos (Flickr) escuchar música (Last) o intercambiar videos (youtube) (Oliva, 2012).

3.1.2. Definición del término red social.

Según Chóliz y Marco (2012) el internet en las pocas décadas de su existencia ha colocado a disposición de la humanidad numerosa y diversas herramientas y aplicaciones, en los que podemos tener comunicación interpersonal, aplicaciones para las gestiones administrativas, adquirir conocimiento, además de esto, se puede encontrar aplicaciones para divertirse y pasar el tiempo. También mencionan, en su libro Adicción a Internet y redes sociales, a modo de ejemplo algunas herramientas y aplicaciones: blogs, chats, correo electrónico, espacios, intercambio de archivos, listas de distribución, Messenger, transferencia de archivos, wikis y redes sociales.

Para Boyd (como se citó en Gavilanes, 2015), una red social es un servicio que permite a las personas tener un perfil público y crear una lista de usuarios con los que pueda tener conexión dentro del sistema.

Una red social es el servicio que permite que las personas, grupo, organización, puedan crear un perfil en un determinado sistema, el cuál puede ser público o semipúblico; tener una lista de usuarios con los que pueden compartir, además de recorrer los perfiles de estos. La naturaleza y nomenclatura de dichas conexiones varían de una red social u otra; las relaciones se pueden dar de diferentes formas. (Boyd y Ellison; citado por Flores, Morán y Rodríguez, 2009).

“Las redes sociales propician la interacción de miles de personas en tiempo real. Las redes sociales no son otra cosa que máquinas sociales diseñadas para fabricar situaciones, relaciones y conflictos” (Burgueño; citado por Flores, et al., 2009).

Las redes sociales en la actualidad son una de las herramientas del internet más utilizado de manera particular y siendo el mayor número de usuarios adolescentes y jóvenes. Las redes sociales permiten estar en contacto con mayor cantidad de personas y el círculo de personas con los que se está en contacto es cada vez mayor, para comunicarse, compartir experiencias, compartir información y el simple hecho de hacer amigos virtuales.

Lo que hace atractivo a las redes sociales es que los internautas pueden interactuar dentro del proceso de comunicación y no solo ser un receptor, ellos son activos, pueden crear perfiles, plasmar ideas o pensamientos o críticas.

Según Chóliz y Marco las herramientas más significativas de las redes sociales son:

Búsqueda de Personas; es una de las funciones principales, que sirve para encontrar personas conocidas o desconocidas, con características determinadas. Las redes sociales tienen un sistema experto que te informa de algunas personas que puedas conocer o que tenga ciertas características en común y sea interesante conocerla.

Agregar personas; una vez que se encuentra a una determinada persona el siguiente paso es “agregarle”, se realiza una invitación para que pueda formar parte del círculo de amigos y contactos; si acepta se podrá tener comunicación e información no solo de ella sino además del círculo que conforman su red.

Establecimiento de grupos; esta es la característica primordial que permite crear un grupo con personas que compartan intereses o características comunes, o también de personas que decidan agruparse para compartir información o comunicados que sean de interés para ellos.

Muro; es un tablón de anuncios en el que la persona coloca información personal que quiera compartir con todo el mundo, siendo el atractivo favorito de adolescentes el hecho de que esta información puede ir acompañada de fotos o videos.

Por otro lado, al hablar de adicción, Echeburúa, Labrador y Becoña (como se citó en Gavilanes, 2015) hace referencia a una dependencia excesiva que tienen consecuencias que repercuten de manera significativa el aspecto personal, familiar, académica, social y laboral.

Anteriormente, se consideraba que una adicción estaba relacionada solamente con algún tipo de sustancias tóxicas: en la actualidad, también se relaciona a alguna conducta que altere de manera sustancial la vida normal de una persona.

La adicción es la dependencia fisiológica o psicológica a alguna sustancia psicoactiva legal o ilegal, provocada por el abuso en el consumo, la misma que causa una búsqueda ansiosa de la misma.

La organización mundial de la salud (OMS) definió por primera vez la palabra “adicción” en 1964 como un “estado de intoxicación periódica o crónica producida por el consumo repetido de una droga natural o sintética con ciertas características establecidas” como: (a) deseo dominante de continuar tomando la droga y obtenerla por cualquier medio; (b) tendencia a incrementar la dosis; (c) dependencia física y generalmente psicológica, con síndrome de abstinencia si se retira la droga; (d) efectos nocivos para el individuo y la sociedad.

Anteriormente el término adicción solamente era asociado al abuso de sustancias y drogas por lo que podíamos hablar solamente de drogodependencia o toxicomanía. Sin embargo, en los últimos años esto ha cambiado radicalmente de manera general y en

pocos años. Por lo cual en la actualidad el término adicción puede estar relacionado directamente con una sustancia (droga) como a una conducta que altera de manera radical la vida del individuo. En ambos casos se incluyen bajo el concepto de trastorno adictivo.

Valleur y Matysiak (2005) mencionan que una persona adicta es aquella que está centrada en buscar efectos en el cuerpo y el espíritu a través de sustancias o conductas a pesar de que implique un riesgo de padecer malestar físico o psicológico. Por lo que podemos decir que una adicción es tal cuando afecta de manera negativa al punto de impedirle vivir de manera normal, convirtiéndose en el centro de la persona siendo que ésta vive por y para el objeto o sustancia de dependencia.

Por otro lado, Cugota (2008) al hablar de adicción hace referencia a una conducta adictiva caracterizada no solamente por la frecuencia, intensidad o tiempo invertido sino también por la interferencia en la vida familiar, estudiantil, laboral y social.

Referente a la adicción a las redes sociales, no existe una categoría diagnóstica en los manuales DSM – IV o CIE – 10 no obstante esta adicción esta conceptualizada en el ámbito social, clínico y científico. Sin embargo, el trastorno con el cual comparte características similares es el trastorno por dependencia de sustancias siendo la adicción no a una sustancia sino a una actividad.

Los síntomas principales son: (a) Pérdida de control: aumento significativo en la frecuencia de conexiones y utilización para diferentes funciones (lo que equivale a la tolerancia en el caso de dependencia de sustancias), (b) Malestar clínicamente significativo cuando está imposibilitado para conectarse a una red social o no puede hacerlo por un periodo de tiempo (síndrome de abstinencia en caso de dependencia de sustancia), (c) Empleo de tiempo excesivo en utilizar las redes sociales, (d) Interfiere con otras actividades como por ejemplo no pasa tiempo con sus amigos y familia o también deja de lado sus pasatiempos favoritos (deporte, lectura, música), (e) Seguir utilizando las redes sociales a pesar de conocer que es perjudicial; no abandona su uso a pesar de que éste interfiere en su vida familiar, social, académica, etc.

Por otro lado, Valleur y Matysia (2005) indican que las características principales de una adicción son: (a) tolerancia, cuando el organismo se adapta a la administración repetitiva y continúa de una sustancia o en el caso de una conducta es la persistencia de la misma. A medida que pasa el tiempo el organismo responde cada vez menos por lo que será necesario aumentar la dosis o el tiempo dedicado a una actividad para obtener los mismos efectos; (b) dependencia y síndrome de abstinencia, cuando el individuo tiene necesidad fisiológica o psicológica de obtener y administrarse la sustancia o realizar la conducta adictiva. Es importante recalcar que la intensidad varía según la sustancia o práctica de

conducta adictiva; (c) síndrome de Abstinencia: se refiere al conjunto de trastornos y sensaciones que la persona dependiente experimenta cuando deja de consumir una sustancia o deja de realizar una conducta a la cual estaba acostumbrado. Presenta síntomas físicos como psicológicos que afectan órganos internos y alteraciones del comportamiento. La gravedad va a depender del tipo de droga o conducta, la duración, el entorno social y las características individuales.

Teniendo en cuenta las definiciones de adicción y red social, se afirma que “la adicción a una red social es la compulsión por estar siempre conectado en la plataforma social e implica ser un coleccionista de amigos y dedicar mucho tiempo a la decoración del muro o perfil” (Gavilanes, 2015).

La adicción a las redes tiene diferentes motivaciones y necesidades por lo que sus consecuencias también son variadas. La población más vulnerable sin duda son los adolescentes ya que encuentran en ellas un recurso importante para ampliar sus relaciones interpersonales, al mismo tiempo el de resolver o complicar sus reacciones afectivas. La adicción se da en esta etapa de la vida con mayor facilidad debido a que existe menor control paterno que en la infancia y menor responsabilidad laboral que en la etapa de la juventud o madurez; esto permite que existe un consumo de forma abusiva y produzca una adicción (Chóliz y Marco, 2012).

Por su parte, Carrasco (como se citó en Gavilanes, 2015), afirma que algunas características de la adicción a las redes sociales son las siguientes: necesidad de conectarse por más tiempo; irritabilidad cuando esta desconectado; pensamientos obsesivos sobre internet: originado por la abstinencia; ansiedad, originado por la abstinencia; movimientos voluntarios e involuntarios, originado por la abstinencia

3.1.3. Bases teóricas del estudio de redes sociales

b. Modelos de adicciones biopsicosocial de Griffiths.

García, López, Tur, García y Ramos (2015) refieren que el modelo Biopsicosocial de Griffiths es posiblemente la postura más aceptada, pues compara el abuso de sustancias químicas como el alcohol, tabaco y otras drogas con la adicción a las nuevas tecnologías. Asimismo, Mendoza y Vargas (2014) construyen el instrumento psicológico “Inventario y medición de adicción a las redes sociales MEYVA” en base a este modelo.

Las dimensiones que Griffiths formula son las siguientes:

- Saliencia. Referido a que una actividad se convierte en la parte más importante de un individuo teniendo el control de pensamientos, sentimientos y conductas. En relación a las redes sociales vendría a ser que la persona le dedica un excesivo tiempo

permaneciendo en línea ya sea chateando, viendo lo que hacen o publican los demás, etc.

- **Modificación del humor.** Son experiencias subjetivas que dan a conocer las personas al estar implicadas en alguna actividad en particular. En el caso de estar conectado a las redes sociales olvidan sus problemas personales.
- **Tolerancia.** Es la necesidad de aumentar la dosis de cualquier cosa o actividad adictiva para sentir los efectos producidos en un inicio. En relación a las redes sociales será la necesidad de pasar más tiempo ya sea jugando, chateando o revisando estados o publicaciones de los demás.
- **Abstinencia.** Se produce cuando alguna actividad se reduce de forma inesperada, imprevista, espontánea, brusca generando sentimientos de incomodidad o estado desagradable ya sea físico psicológico o social.
- **Conflicto.** Esta referido a las dificultades o problemas que se presenta en la vida del sujeto adictivo con las personas de su entorno, con las responsabilidades laborales, responsabilidades sociales y consigo mismo, todo esto debido a la estar involucrado en la actividad adictiva.
- **Recaída.** Es la tendencia de repetir la misma actividad problemática o adictiva después de haber pasado por un periodo de abstinencia, haberla tenido controlada o haberla abandonado. En relación a las redes sociales será no conectarse por algún tiempo, pero cuando lo vuelva hacer la rutina será la misma o aumentará.

c. Teoría de Young.

Young señala que existen algunos elementos que llevan a construir un hábito en una persona: Aplicaciones adictivas, apoyo social, satisfacción sexual y creación de personalidad ficticia (citado por García, et al., 2015).

- **Aplicaciones adictivas.** El poder adictivo es mayor cuando se trata de la interacción con amigos y es ahí donde las redes sociales juegan un papel muy importante, y para la dependencia de adicción a estas va a depender mucho el tipo de aplicación que puedan utilizar. Por otro lado, las no dependientes son las que utilizan el internet como fuente de información. Por lo que podemos mencionar que, los dependientes y no dependientes se diferencian en que los primeros dan mayor interés a la sociabilización e interacción con nuevas personas y las segundas no.
- **Apoyo social.** En el mundo del ciberespacio la formación y relación entre grupo y personas tienen una velocidad asombrosa. Las redes sociales permiten a las personas tener un contacto o intimidad con otras personas y es la que en muchas ocasiones llenan o satisfacen la necesidad que tiene una persona.

- Satisfacción sexual. Las redes sociales mayormente son de interacción erótica. El mismo que permite que las personas tengan un momento de fantasía sexual y el anonimato y rapidez son factores que aumentan el uso de esto. Además, existen otras personas sienten libertad para tener estas fantasías sexuales por su poco atractivo físico.
 - Creación de personalidad ficticia. El internet y de manera particular las redes sociales permiten a las personas modificar y alterar una personalidad creando otras características físicas que el mundo son aceptables como modelos. De esta manera se cubre la inseguridad existente en la persona, buscando además reconocimiento y poder.
- d. Teoría de adicciones de Echeburúa y Suller.*

Echeburúa y Suller mencionan que existen tres factores que aumentan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones. Las características personales como la impulsividad, estados emocionales oscilantes, intolerancia a la frustración y búsqueda de emociones fuertes, así como baja autoestima, afrontamiento inadecuado ante situaciones difíciles, insatisfacción personal con su vida o que carecen de afecto. Factores familiares, como un entorno familiar rígido, con un estilo de liderazgo autoritarios que da como resultado que los hijos crezcan desconfiados, desafiantes a las normas, irresponsables y con sentimientos de rencor. Factores sociales, como el aislamiento social o relacionamiento con personas que abusan del uso de las redes sociales.

Esta teoría plantea dos modelos adictivos a las redes sociales: (a) los sujetos que están enfocados en los ordenadores, que usan las redes sociales para obtener información, para jugar solos, para obtener nuevos programas, pero sin ninguna interacción con otras personas, cuyas características son falta de control, introversión e intentar huir de los chats; (b) los sujetos que buscan un contacto social, cuya motivación es la búsqueda de aceptación social y la necesidad afectiva que predomina en ellos. Estas personas son, por lo general, personas extrovertidas (Echeburúa y De Corral, 2010; Luengo, 2004).

3.2. Procrastinación.

3.2.1. Marco histórico.

La procrastinación ha existido durante la historia humana. En los antiguos egipcios la referencia más cercana a la procrastinación son dos verbos, uno de ellos para referirse a la costumbre de evitar el trabajo y el otro para referirse al estado de pereza en una persona, ante una actividad necesaria para subsistir. Para los romanos, una noción de procrastinación se veía como la actividad de espera, en la que las personas podrían contemplar la presencia de los enemigos en los conflictos militares (Álvarez, 2010). De igual manera, uno de los antiguos griegos, el poeta Hesíodico, escribió a rededor de los

años 800 a.C. haciendo referencia a la procrastinación al mencionar que la procrastinación estaba asociado con la ruina (Steel; citado por Guzmán, 2013).

Por otro lado, Steel, menciona que el primero en realizar un análisis histórico sobre la procrastinación fue Milgram, en el año 1992 en donde llega a la conclusión que en las ciudades en donde hay un alto avance de la tecnología hay también un alto índice de compromisos y fechas límites que hacen que la procrastinación sea aún más elevada. Asimismo, Ferrari, Johnson, & McCown, (1995) llegan a la conclusión de que a partir de la revolución industrial la procrastinación comienza a tener una connotación negativa, esto es a finales del ciclo XVIII, antes de ello, la procrastinación fue vista con respeto en la sociedad (citado por Guzmán, 2013).

3.2.2. Definición del término procrastinación.

Según El diccionario de la Real Academia Española (2008) el verbo procrastinar procede del verbo latín procrastinare, de donde se desglosa en términos: “pro” que significa “para” y “cras”, que significa “mañana”, es decir “posponer hasta mañana”. La procrastinación significa aplazar la ejecución de un acto.

La procrastinación es una tendencia irracional a aplazar las actividades o evitar las tareas que deben realizarse (Busco; citado por Chan, 2011). Asimismo, Steel menciona que es la postergación voluntaria a pesar de las consecuencias negativas, de una tarea o acción que se deseaba realizar (citado por Chávez, 2015). En otras palabras, “la procrastinación consiste en hacer cualquier cosa diferente de aquello que el sujeto sabe que debería estar haciendo, lo cual puede convertirse en un problema cuando se persigue algún objetivo, alguna meta” (Natividad, 2014). Otra definición que contribuye a las ya mencionadas es la que da Angarita (2012) en donde define a la procrastinación como el aplazamiento voluntario ante los compromisos personales que tiene, a pesar de estar conscientes de las consecuencias.

En cuanto a la procrastinación académica, Ellis y Knaus (1997) mencionaron que un 25% de la población de estudiantes procrastinan, lo que se asocia con consecuencias académicas negativas. Así también, Rothblum, Salomon y Murakami, hacen referencia a la procrastinación académica definiéndola como la tendencia que tienen los estudiantes de aplazar una actividad académica siempre o casi siempre (citado por Álvarez, 2010).

Gafni y Geri (citado por Natividad, 2014) mencionan que la procrastinación se da con las actividades en las que la misma persona tiene control sobre ella, por lo que puede tener el deseo de realizarlo, sin embargo, decide intencionalmente demorar el inicio hacia el último minuto, hasta incluso no terminar la tarea. Natividad también plantea que la

procrastinación consiste en hacer cualquier cosa menos la que se debería de hacer, lo que puede ser un problema cuando existe un objetivo que se persigue.

Por otro lado, diferentes autores definen a la procrastinación o dilación desde un punto de vista más específico, enfatizando su carácter disfuncional, claro ejemplo, la definición dada por Knaus en donde dice que es un hábito problemático, persistente, angustiante y con resistencia al cambio. “La dilación se refiere a la ausencia de una actuación autorregulada y a la tendencia a posponer aquello que es necesario para alcanzar un objetivo” (citado por Natividad, 2014).

3.2.3. Modelos teóricos de procrastinación académica.

a. Modelo psicodinámico según Baker.

Las primeras perspectivas sobre procrastinación provienen de la teoría psicodinámica en donde las experiencias de la infancia han sido decisivas para el comportamiento en la vida adulta de la persona, así como el conflicto interno y los procesos inconscientes anteceden a la mayoría de conductas. Según Freud, hay ciertas actividades que amenazan al ego por lo que la procrastinación sería un mecanismo de defensa contra la ansiedad que se puede desencadenar (citado por Natividad, 2014).

Este modelo centró su atención en las motivaciones que tienen las personas que abandonan sus actividades a pesar de la capacidad con la que cuentan para desarrollar sus tareas. Beker propone que el temor al fracaso es lo que lleva a la persona a procrastinar, que está relacionado con el establecimiento de relaciones con familias patológicas en donde los padres han cumplido un rol que ha contribuido con las frustraciones y la baja autoestima del niño (citado por Carranza y Ramírez, 2013).

b. Modelo motivacional.

El modelo motivacional plantea que la persona invertirá una serie de conductas que servirán para alcanzar el éxito, que la motivación por alcanzar el logro es un rasgo que no cambia en él. A partir de esto, el individuo puede escoger dos situaciones en las que se ve involucrado la motivación, primero la esperanza de alcanzar el éxito, en donde hace referencia a la motivación de logro; segundo, o el miedo al fracaso, en donde las personas se ven motivadas por evitar situaciones que ellas perciben como negativas. Cuando lo segundo supera a lo primero las personas elegirán actividades en las que perciban que el éxito está garantizado, por lo que postergarán así las actividades complejas en donde perciban un futuro fracaso (Carranza y Ramírez, 2013).

c. Modelo conductual.

El modelo conductual, plantea que la conducta actual se mantiene cuando es reforzada. Las personas que procrastinan, planean, organizan e inician las acciones que

tempranamente dejan de lado ya que han experimentado, de esta forma, triunfos debido a diversos factores propios del ambiente y no han anticipado los beneficios que conlleva a finalizar la tarea. (Carranza y Ramírez, 2013).

Desde esa perspectiva, Ainslie plantea la teoría sobre la “recompensa engañosa” en donde enfatiza la tendencia humana a elegir acciones que recompensen a corto plazo y a disminuir las acciones que traigan consecuencias positivas a largo plazo. Según Kotler, la procrastinación es el reflejo de la necesidad que siente nuestro cerebro de obtener beneficios a corto plazo, en lugar de recompensas futuras (citado por Natividad, 2014).

d. Modelo cognitivo conductual

Este modelo menciona “la procrastinación implica un procesamiento de información disfuncional que involucra esquemas desadaptativos relacionados con la incapacidad y el miedo a la exclusión social y que los procrastinadores generalmente reflexionan acerca de su comportamiento de aplazamiento”. Las personas experimentan pensamientos obsesivos cuando no puedes realizar una tarea o cuando la presentación de esta se acerca, asimismo, ellos se comprometen a realizar una tarea, luego se ven incapaces de planificarlas por lo que comienzan con quejas, finalmente les alberga pensamientos automáticos negativos que se relacionan con su baja autoeficacia (Wolters, 2003; citado por Carranza y Ramírez, 2013).

Gonzales (2014), menciona que existen ciertos estados de procrastinadores. Estos son:

Los procrastinadores crónicos emocionales, son las personas que postergan sus tareas por otras actividades que consideran más importantes y que les genera satisfacción inmediata. Asimismo, suelen realizar sus actividades a última hora, lo que se ve reforzada si se obtiene éxito. Les gusta cuando se les presiona para realizar una tarea, sienten ansiedad al momento de postergarlo, suelen ser eficientes al realizar la tarea al último momento, lo que es un reforzador para sentir placer y normalmente justifican su retraso. Sobalvarro (como se citó en Gonzales, 2014) menciona que “los mecanismos cerebrales de estas personas se encuentran asociados por los circuitos de recompensa inmediata, por lo que dichos sujetos al procrastinar actúan bajo el paradigma del placer, reflejado en los logros obtenidos al último momento a través del ciclo deseo-acción-satisfacción”.

Los procrastinadores por evitación, se encuentran aquellas personas que postergan la actividad ya que perciben a éste como aversivo, por lo que deciden tardar su inicio (Gonzales y Tovar, 2015). Rajani señala que estas personas presentan un nivel alto de ansiedad y sienten temor al fracaso, por lo que son incapaces de poder tener resultados buenos al hacer la tarea. Estas personas suelen reflexionar sobre su conducta, sin embargo, se ven atacados por obsesiones, las que van siendo constantes, por lo que

pasaran a convertirse en pensamientos automáticos. Esto estaría relacionado con la crianza desde la infancia (citado por Gonzales, 2014).

Los procrastinadores por estímulo demandante, cuya postergación de tareas se da porque se percibe que el estímulo sobrepasa los niveles de tolerancia de la persona.

Finalmente, están los procrastinadores por incompetencia personal que postergan sus actividades por no tener la capacidad suficiente para poder hacerlo.

5. Hipótesis de la investigación

5.1. Hipótesis general.

Existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

5.2. Hipótesis específicas.

Existe relación significativa entre saliencia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Existe relación significativa entre tolerancia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Existe relación significativa entre cambios de humor de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Existe relación significativa entre conflicto de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Existe relación significativa entre síndrome de abstinencia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Existe relación significativa entre recaída de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.

Capítulo III

Materiales y métodos

1. Diseño y tipo de investigación

Corresponde a un diseño no experimental porque no se manipulará las variables, solo se observarán los fenómenos para luego analizarlos, de corte transversal porque se realizará en un determinado tiempo establecido.

Es de tipo correlacional, porque se busca analizar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

2. Variables de la investigación

2.1. Identificación de las variables.

2.1.1. *Adicción a las redes sociales (variable independiente).*

Es la compulsión a estar conectado a alguna red social, dedicar mucho tiempo en las actualizaciones del muro o perfil y estar pendiente de la lista de amigos virtuales (Gavilanes, 2015).

2.1.2. *Procrastinación académica (variable dependiente).*

Es la tendencia que tienen los estudiantes de aplazar una actividad académica siempre o casi siempre (Ellis y Knaus; citado por Álvarez, 2010).

2.2. Operacionalización de las variables.

Tabla 1:
Operacionalización del Test de adicciones a las redes sociales de MeyVa

| Definición Operacional | Dimensiones | Definición Conceptual | Indicadores |
|--|--------------------------------|---|-----------------------------------|
| Inventario y Medición de Adicción a las Redes Sociales "MEYVA" | Saliencia | Son las acciones que son las más importantes en nuestra vida, ocupando nuestros pensamientos, emociones y conductas. | 1, 2, 3, 16, 17, 18, 30, 31 |
| | Tolerancia | Es la ampliación innecesaria de las cosas, con el fin de sentir satisfacción. | 4, 5, 19, 20, 21, 32, 43 |
| | Cambios de Humor | Práctica personal de cada sujeto al participar en alguna acción específica. Experimentar emociones relajantes o calmantes para solución o disforia. | 6, 7, 8, 22, 23, 33, 34, 35 |
| | Conflicto | Problemas interpersonales o intrapersonales. | 9, 10, 11, 24, 25, 26, 36, 37, 38 |
| | Síndrome de abstinencia | Emociones de disgusto o mortificación a nivel fisiológico, psicológico y social al reducir una actividad que realizamos con frecuencia. | 12, 13, 27, 39, 40 |
| | Recaída | Debilidad para regresar a los estándares de inicio después de un periodo de abstinencia. | 14, 15, 20, 21, 41, 42 |

Tabla 2

Operacionalización de la Escala de Procrastinación Académica

| Definición Operacional | Dimensiones | Definición Conceptual | Indicadores |
|-------------------------------------|---|---|---|
| Escala de Procrastinación académica | Procrastinación crónica emocional | Postergación de la tarea por carencia de administración del tiempo para cumplir responsabilidades académicas en un plazo determinado. | 1, 3, 7, 10, 13, 18, 20, 23, 27, 30, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41 |
| | Procrastinación por estímulo demandante | Postergación provocada por un estímulo externo que sobrepasa los niveles de tolerancia en el sujeto | 16, 19, 21, 26, 32 |
| | Procrastinación por incompetencia personal | La conducta procrastinadora se genera por la carencia de recursos personales para poder llevarlo a cabo. | 24, 26, 28, 29 |
| | Procrastinación crónica aversión | Es la postergación de las actividades porque suele ser desagradable o aversiva para la persona. | 2, 4, 6, 8, 9, 11, 12, 14, 17, 22, 31, |

3. Delimitación geográfica

El distrito de Morales, es una de las 14 provincias que pertenecen a la Provincia de San Martín, departamento de San Martín. Se encuentra ubicada en la selva nororiental del Perú, a 3 km al norte del distrito de Tarapoto con una altitud de 283 msnm, con una población de 250,044 habitantes de acuerdo al censo nacional del 2005. El presente estudio se llevó a cabo en la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, ubicada en el sector de Santa Lucís en el distrito de Morales, con la participación de los estudiantes de las tres facultades (Facultad de Ciencias de la Salud, Facultad de Ciencias empresariales, Facultad de Ingeniería y Arquitectura).

4. Descripción del área de estudio

4.1. Población.

La población tomada para esta investigación comprende a los estudiantes de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto matriculados en el 2017- I que hacen un total de 1258 estudiantes.

4.2. Muestra.

La muestra es 400 estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, de las Facultades Ciencias de la Salud, Ciencias Empresariales e Ingeniería y Arquitectura.

Según Ochoa (2015) hablamos de muestreo no probabilístico por conveniencia cuando no tenemos acceso al total de la población y no han sido seleccionados mediante un criterio

estadístico, tomándose los más accesibles por factores como proximidad, disponibilidad, etc.

4.2.1. Criterios de inclusión.

- ✓ Estudiantes mayores de 16 años.
- ✓ Estudiantes del programa regular de estudios.
- ✓ Estudiantes que acepten voluntariamente las pruebas proporcionadas.

4.1.1. Criterios de exclusión.

- ✓ Estudiantes con más del 10% de preguntas omitidas en algunas de las pruebas.
- ✓ Estudiantes que no firmen el consentimiento informado adherido a las pruebas.
- ✓ Estudiantes que no completen datos sociodemográficos.

4.1.1. Características de la muestra.

Dentro de las características de la muestra tomada, se consideró la Facultad, la edad, el sexo, la procedencia y la religión de los estudiantes.

A continuación, se especifican las características mencionadas.

Tabla 3

Características de la muestra

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------|-------------|------------|------------|
| Facultad | FCE | 201 | 50.3% |
| | FCS | 83 | 20.8% |
| | FIA | 116 | 29.0% |
| Edad | 16-18 | 168 | 42.0% |
| | 19-21 | 134 | 33.5% |
| | 22-más | 98 | 24.5% |
| Sexo | Masculino | 186 | 46.5% |
| | Femenino | 214 | 53.5% |
| Procedencia | Selva | 294 | 73.5% |
| | Sierra | 55 | 13.8% |
| | Costa | 44 | 11.0% |
| | Extranjeros | 7 | 1.8% |
| Religión | Adventista | 257 | 64.3% |
| | Católico | 91 | 22.8% |
| | Evangélico | 20 | 5.0% |
| | Otros | 32 | 8.0% |
| Total | | 400 | 100.0% |

5. Técnica e instrumentos de recolección de datos

5.1. Instrumento 1

Para la evaluación de la adicción a las redes sociales, se empleará el Inventario y Medición a las Redes Sociales MEYVA. Este inventario fue creado por Noemí Mendoza y Eveling Vargas (2014) en la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto. Mide los grados de riesgo en relación a la adicción a las Redes sociales. Contiene 43 ítems distribuidos en 6 dimensiones: saliencia, tolerancia, cambios de humor, conflicto, síndrome de abstinencia y recaída. Y deben ser respondidos a través de una escala tipo Likert de 1 al 5, donde 1 es nunca y 5 es siempre. Este inventario se puede aplicar a nivel educativo, clínico e investigación, a personas con edades entre 15 a 30 años de ambos sexos, y se puede aplicar de manera individual o colectiva.

Para la validación de este instrumento se usaron diversas técnicas, entre ellos la técnica de análisis de ítem-test, además se usó el estadístico Coeficiente de Correlación de Pearson (r). Los resultados obtenidos fueron significativos $p < 0.005$, lo que evidencia la validez del constructo (Mendoza & Vargas, 2014).

5.2. Instrumento 2

Respecto a la variable procrastinación académica se empleó la Escala de Procrastinación Académica (E.P.A). Creada por Gonzales (2014) en la Universidad Peruana Unión- Lima. Fue diseñada para evaluar la dilación de tareas académicas de estudiantes universitarios. Contiene 41 ítems distribuidos en 4 dimensiones: procrastinación crónica emocional, procrastinación por estímulo demandante, procrastinación por incompetencia personal y procrastinación crónica aversión. Y deben ser respondidos a través de una escala tipo Likert de 1 al 5, donde 1 es nunca y 5 es siempre. Para la validación y confiabilidad del instrumento del instrumento se utilizó el estadístico Coeficiente alpha de Cronbach, cuyos resultados obtenidos fueron oscilan entre .715 y .915 con lo que se concluye que el instrumento elaborado evidencia una buena consistencia interna presentando una fiabilidad y validez del constructo. Puede aplicarse en forma individual o grupal en estudiantes de ambos sexos.

6. Proceso de recolección de datos

En primera instancia, se contactó con el encargado de dirección académica de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto y se presentó el documento respectivo solicitando el permiso correspondiente para la aplicación de los instrumentos (la Escala de Procrastinación y el Inventario de Adicciones a las Redes Sociales). Seguidamente se les comunicó a los coordinadores de las facultades y solicitó la autorización para aplicar los instrumentos correspondientes. Ya estando con los estudiantes se les informó sobre la

investigación y se dio las indicaciones necesarias para el desarrollo de cada test, incluyendo el llenado del consentimiento informado anexo a las pruebas. Finalmente, se agradeció su participación y colaboración.

7. Procedimiento y análisis de datos

Para el procesamiento de datos de la investigación se usó el software IBM SPSS Statistics 23.0 para Windows 10, en donde se llenaron los datos para realizar el análisis de la fiabilidad, validez y la correlación de las variables. Finalmente, se realizó el informe de los resultados obtenidos.

Capítulo IV

Resultados y discusión

1. Resultados

1.1. Resultados del análisis descriptivo de los niveles de adicción a redes sociales y de sus dimensiones.

Tabla 4

Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto.

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------|----------|------------|------------|
| Adicción a Redes Sociales | Bajo | 113 | 28.2% |
| | Promedio | 169 | 42.3% |
| | Alto | 118 | 29.5% |
| Saliencia | Bajo | 103 | 25.8% |
| | Promedio | 138 | 34.5% |
| | Alto | 159 | 39.8% |
| Tolerancia | Bajo | 112 | 28.0% |
| | Promedio | 144 | 36.0% |
| | Alto | 144 | 36.0% |
| Cambios de Humor | Bajo | 83 | 20.8% |
| | Promedio | 180 | 45.0% |
| | Alto | 137 | 34.2% |
| Conflictos | Bajo | 122 | 30.5% |
| | Promedio | 131 | 32.8% |
| | Alto | 147 | 36.8% |
| Síndrome de Abstinencia | Bajo | 180 | 45.0% |
| | Promedio | 69 | 17.3% |
| | Alto | 151 | 37.8% |
| Recaída | Bajo | 105 | 26.3% |
| | Promedio | 154 | 38.5% |
| | Alto | 141 | 35.3% |
| Total | | 400 | 100.0% |

La Tabla 4 deja ver que un 29.5% de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto presentan un nivel alto de adicción a redes sociales, un 42.1% un nivel promedio y un 28.3% un nivel bajo. Respecto a la dimensión saliencia, tolerancia y conflictos se ubican en un nivel alto (39.8%, 36% y 36.8%) mientras que en la dimensión cambios de humor y recaída presentan un nivel promedio (45% y 38.5% respectivamente) y en a dimensión síndrome de abstinencia el 45% presenta un nivel bajo.

1.2. Análisis comparativo del nivel de adicciones a las redes sociales y de sus dimensiones, según las variables sociodemográficas.

Tabla 5

Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones, según género.

| | | Género | | | |
|---------------------------|----------|-----------|-------|----------|-------|
| | | Masculino | | Femenino | |
| Adicción a redes sociales | Bajo | 45 | 11.3% | 68 | 17.0% |
| | Promedio | 75 | 18.8% | 94 | 23.5% |
| | Alto | 66 | 16.5% | 52 | 13.0% |
| Saliencia | Bajo | 48 | 12.0% | 55 | 13.8% |
| | Promedio | 48 | 12.0% | 90 | 22.5% |
| | Alto | 90 | 22.5% | 69 | 17.3% |
| Tolerancia | Bajo | 44 | 11.0% | 68 | 17.0% |
| | Promedio | 67 | 16.8% | 77 | 19.3% |
| | Alto | 75 | 18.8% | 69 | 17.3% |
| Cambios de Humor | Bajo | 38 | 9.5% | 45 | 11.3% |
| | Promedio | 75 | 18.8% | 105 | 26.3% |
| | Alto | 73 | 18.3% | 64 | 16.0% |
| Conflictos | Bajo | 48 | 12.0% | 74 | 18.5% |
| | Promedio | 55 | 13.8% | 76 | 19.0% |
| | Alto | 83 | 20.8% | 64 | 16.0% |
| Síndrome de Abstinencia | Bajo | 72 | 18.0% | 108 | 27.0% |
| | Promedio | 34 | 8.5% | 35 | 8.8% |
| | Alto | 80 | 20.0% | 71 | 17.8% |
| Recaída | Bajo | 43 | 10.8% | 62 | 15.5% |
| | Promedio | 63 | 15.8% | 91 | 22.8% |
| | Alto | 80 | 20.0% | 61 | 15.3% |
| Total | | 186 | 46.5% | 214 | 53.5% |

La Tabla 5 muestra que tanto hombres como mujeres presentan niveles promedios altos de adicción a redes sociales (35.3% y 36.5%), de manera similar ocurre en las dimensiones donde se evidencia niveles promedios y altos.

Tabla 6

Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones, según edad.

| | | Edad | | | | | |
|---------------------------|----------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | 16-18 | | 19-21 | | 22-más | |
| Adicción a redes sociales | Bajo | 40 | 10.0% | 39 | 9.8% | 34 | 8.5% |
| | Promedio | 85 | 21.3% | 49 | 12.3% | 35 | 8.8% |
| | Alto | 43 | 10.8% | 46 | 11.5% | 29 | 7.2% |
| Saliencia | Bajo | 36 | 9.0% | 35 | 8.8% | 32 | 8.0% |
| | Promedio | 62 | 15.5% | 46 | 11.5% | 30 | 7.5% |
| | Alto | 70 | 17.5% | 53 | 13.3% | 36 | 9.0% |
| Tolerancia | Bajo | 50 | 12.5% | 34 | 8.5% | 28 | 7.0% |
| | Promedio | 60 | 15.0% | 46 | 11.5% | 38 | 9.5% |
| | Alto | 58 | 14.5% | 54 | 13.5% | 32 | 8.0% |
| Cambios de Humor | Bajo | 28 | 7.0% | 26 | 6.5% | 29 | 7.2% |
| | Promedio | 85 | 21.3% | 58 | 14.5% | 37 | 9.3% |
| | Alto | 55 | 13.8% | 50 | 12.5% | 32 | 8.0% |
| Conflictos | Bajo | 49 | 12.3% | 36 | 9.0% | 37 | 9.3% |
| | Promedio | 64 | 16.0% | 41 | 10.3% | 26 | 6.5% |
| | Alto | 55 | 13.8% | 57 | 14.3% | 35 | 8.8% |
| Síndrome de Abstinencia | Bajo | 70 | 17.5% | 61 | 15.3% | 49 | 12.3% |
| | Promedio | 35 | 8.8% | 20 | 5.0% | 14 | 3.5% |
| | Alto | 63 | 15.8% | 53 | 13.3% | 35 | 8.8% |
| Recaída | Bajo | 43 | 10.8% | 29 | 7.3% | 33 | 8.3% |
| | Promedio | 71 | 17.8% | 52 | 13.0% | 31 | 7.8% |
| | Alto | 54 | 13.5% | 53 | 13.3% | 34 | 8.5% |
| Total | | 168 | 42.0% | 134 | 33.5% | 98 | 24.5% |

En la tabla 6 se percibe que los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto que se ubican entre 16 y 18 años presentan un nivel promedio alto de adicción a redes sociales (22.1%), de manera similar se observa en las dimensiones saliencia, tolerancia, cambios de humor, conflictos y recaída (33%, 29.5%, 35.1%, 29.8%, 32.3%

respectivamente). Asimismo, se observa que los estudiantes que tienen más de 19 años; en su mayoría se ubican en un nivel promedio y alto.

Tabla 7

Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones, según facultad.

| | | Facultad | | | | | |
|---------------------------|----------|----------|-------|-----|-------|-----|-------|
| | | FCE | | FCS | | FIA | |
| Adicción a redes sociales | Bajo | 62 | 15.5% | 20 | 5.0% | 31 | 7.8% |
| | Promedio | 72 | 18.0% | 43 | 10.8% | 54 | 13.5% |
| | Alto | 67 | 16.8% | 20 | 5.0% | 31 | 7.8% |
| Saliencia | Bajo | 57 | 14.3% | 12 | 3.0% | 34 | 8.5% |
| | Promedio | 59 | 14.8% | 41 | 10.3% | 38 | 9.5% |
| | Alto | 85 | 21.3% | 30 | 7.5% | 44 | 11.0% |
| Tolerancia | Bajo | 59 | 14.8% | 26 | 6.5% | 27 | 6.8% |
| | Promedio | 64 | 16.0% | 30 | 7.5% | 50 | 12.5% |
| | Alto | 78 | 19.5% | 27 | 6.8% | 39 | 9.8% |
| Cambios de Humor | Bajo | 44 | 11.0% | 12 | 3.0% | 27 | 6.8% |
| | Promedio | 77 | 19.3% | 46 | 11.5% | 57 | 14.2% |
| | Alto | 80 | 20.1% | 25 | 6.3% | 32 | 8.0% |
| Conflictos | Bajo | 61 | 15.3% | 29 | 7.3% | 32 | 8.0% |
| | Promedio | 53 | 13.3% | 34 | 8.5% | 44 | 11.0% |
| | Alto | 87 | 21.8% | 20 | 5.0% | 40 | 10.0% |
| Síndrome de Abstinencia | Bajo | 97 | 24.3% | 34 | 8.5% | 49 | 12.3% |
| | Promedio | 29 | 7.3% | 18 | 4.5% | 22 | 5.5% |
| | Alto | 75 | 18.8% | 31 | 7.8% | 45 | 11.3% |
| Recaída | Bajo | 56 | 14.0% | 23 | 5.8% | 26 | 6.5% |
| | Promedio | 65 | 16.3% | 36 | 9.0% | 53 | 13.3% |
| | Alto | 80 | 20.0% | 24 | 6.0% | 37 | 9.3% |
| | Total | 201 | 50.3% | 83 | 20.8% | 116 | 29.0% |

En la tabla 7 se observa que los estudiantes de la facultad de Ciencias empresariales presentan un nivel promedio alto respecto a adicción a redes sociales (34.8%), los estudiantes de Ciencias de la Salud (15.5%) y los de la facultad de Ingeniería y Arquitectura

(21.3%). Sin embargo, los estudiantes de la Facultad de Ciencias Empresariales evidencian mayores porcentajes de nivel promedio y alto de adicción a las redes sociales como también en las dimensiones.

1.3. Resultados del análisis descriptivo de los niveles de procrastinación y de sus dimensiones

Tabla 8

Niveles de Procrastinación y sus dimensiones de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|--|----------|------------|------------|
| Procrastinación | Bajo | 116 | 29.0% |
| | Promedio | 269 | 67.3% |
| | Alto | 15 | 3.8% |
| Procrastinación crónica | Bajo | 105 | 26.3% |
| | Promedio | 147 | 36.8% |
| | Alto | 148 | 37.0% |
| Procrastinación por estímulo | Bajo | 89 | 22.3% |
| | Promedio | 175 | 43.8% |
| | Alto | 136 | 34.0% |
| Procrastinación por incompetencia personal | Bajo | 86 | 21.5% |
| | Promedio | 145 | 36.3% |
| | Alto | 169 | 42.3% |
| Procrastinación por aversión | Bajo | 102 | 25.5% |
| | Promedio | 162 | 40.5% |
| | Alto | 136 | 34.0% |
| Total | | 400 | 100.0% |

Se observa en la Tabla 8 que el 71.1 % de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto presentan un nivel promedio alto de procrastinación. De manera similar ocurre en la dimensión procrastinación crónica, por estímulo, por incompetencia personal y por aversión (73.8%, 77.8%, 78.6% y 74.5% respectivamente).

1.4. Análisis comparativo del nivel de procrastinación y de sus dimensiones, según las variables sociodemográficas

La Tabla 9, muestra los niveles de procrastinación y sus dimensiones de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto según facultad a la cual pertenece.

Tabla 9

Niveles de Procrastinación y sus dimensiones, según facultades

| | | Facultad | | | | | |
|--|----------|----------|-------|-----|-------|-----|-------|
| | | FCE | | FCS | | FIA | |
| Procrastinación | Bajo | 66 | 16.5% | 21 | 5.3% | 29 | 7.3% |
| | Promedio | 128 | 32.0% | 59 | 14.8% | 82 | 20.5% |
| | Alto | 7 | 1.8% | 3 | .8% | 5 | 1.3% |
| Procrastinación crónica | Bajo | 63 | 15.8% | 21 | 5.3% | 21 | 5.3% |
| | Promedio | 61 | 15.3% | 28 | 7.0% | 58 | 14.5% |
| | Alto | 77 | 19.3% | 34 | 8.5% | 37 | 9.3% |
| Procrastinación por estímulo | Bajo | 43 | 10.8% | 22 | 5.5% | 24 | 6.0% |
| | Promedio | 84 | 21.0% | 35 | 8.8% | 56 | 14.0% |
| | Alto | 74 | 18.5% | 26 | 6.5% | 36 | 9.0% |
| Procrastinación por incompetencia personal | Bajo | 46 | 11.5% | 15 | 3.8% | 25 | 6.3% |
| | Promedio | 72 | 18.0% | 36 | 9.0% | 37 | 9.3% |
| | Alto | 83 | 20.8% | 32 | 8.0% | 54 | 13.5% |
| Procrastinación por aversión | Bajo | 54 | 13.5% | 19 | 4.8% | 29 | 7.3% |
| | Promedio | 73 | 18.3% | 41 | 10.3% | 48 | 12.0% |
| | Alto | 74 | 18.5% | 23 | 5.8% | 39 | 9.8% |
| Total | | 201 | 50.3% | 83 | 20.8% | 116 | 29.0% |

En cuanto a la procrastinación según facultades; se observa en la Tabla 9, que tanto en la facultad de Ciencias empresariales, Ciencias de la salud y de Ingeniería y Arquitectura se evidencia un nivel promedio (32%, 14.8% y 20.5% respectivamente). De manera similar ocurre en las dimensiones.

Tabla 10
Niveles de Procrastinación y sus dimensiones, según edad

| | | Edad | | | | | |
|--|----------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | 16-18 | | 19-21 | | 22-más | |
| Procrastinación | Bajo | 39 | 9.8% | 43 | 10.8% | 34 | 8.5% |
| | Promedio | 125 | 31.3% | 83 | 20.8% | 61 | 15.3% |
| | Alto | 4 | 1.0% | 8 | 2.0% | 3 | .8% |
| Procrastinación crónica | Bajo | 29 | 7.3% | 43 | 10.8% | 33 | 8.3% |
| | Promedio | 83 | 20.8% | 36 | 9.0% | 28 | 7.0% |
| | Alto | 56 | 14.0% | 55 | 13.8% | 37 | 9.3% |
| Procrastinación por estímulo | Bajo | 44 | 11.0% | 24 | 6.0% | 21 | 5.3% |
| | Promedio | 72 | 18.0% | 59 | 14.8% | 44 | 11.0% |
| | Alto | 52 | 13.0% | 51 | 12.8% | 33 | 8.3% |
| Procrastinación por incompetencia personal | Bajo | 41 | 10.3% | 28 | 7.0% | 17 | 4.3% |
| | Promedio | 60 | 15.0% | 46 | 11.5% | 39 | 9.8% |
| | Alto | 67 | 16.8% | 60 | 15.0% | 42 | 10.5% |
| Procrastinación por aversión | Bajo | 47 | 11.8% | 27 | 6.8% | 28 | 7.0% |
| | Promedio | 71 | 17.8% | 53 | 13.3% | 38 | 9.5% |
| | Alto | 50 | 12.5% | 54 | 13.5% | 32 | 8.0% |
| | Total | 168 | 42.0% | 134 | 33.5% | 98 | 24.5% |

La Tabla 10 muestra que los participantes que se ubican entre 16 y 18 años de edad, presentan un nivel promedio de procrastinación (31.3%). Respecto a las dimensiones, se observa que por lo general se ubican en niveles promedios.

Tabla 11

Niveles de Procrastinación y sus dimensiones, según género

| | | Sexo | | | |
|--|----------|-----------|-------|----------|-------|
| | | Masculino | | Femenino | |
| Procrastinación | Bajo | 51 | 12.8% | 65 | 16.3% |
| | Promedio | 126 | 31.5% | 143 | 35.8% |
| | Alto | 9 | 2.3% | 6 | 1.5% |
| Procrastinación crónica | Bajo | 40 | 10.0% | 65 | 16.3% |
| | Promedio | 73 | 18.3% | 74 | 18.5% |
| | Alto | 73 | 18.3% | 75 | 18.8% |
| Procrastinación por estímulo | Bajo | 37 | 9.3% | 52 | 13.0% |
| | Promedio | 74 | 18.5% | 101 | 25.3% |
| | Alto | 75 | 18.8% | 61 | 15.3% |
| Procrastinación por incompetencia personal | Bajo | 39 | 9.8% | 47 | 11.8% |
| | Promedio | 69 | 17.3% | 76 | 19.0% |
| | Alto | 78 | 19.5% | 91 | 22.8% |
| Procrastinación por aversión | Bajo | 46 | 11.5% | 56 | 14.0% |
| | Promedio | 80 | 20.0% | 82 | 20.5% |
| | Alto | 60 | 15.0% | 76 | 19.0% |
| Total | | 186 | 46.5% | 214 | 53.5% |

En la Tabla 11 se aprecia que el grupo de mujeres presentan un nivel promedio y alto más predominante de procrastinación (35.8%) que los varones (31.5%). No obstante, este grupo (mujeres) presenta niveles promedios y altos en las dimensiones de procrastinación crónica, por estímulo, por incompetencia personal y por aversión (37.3%, 40.6%, 41.8% y 39.5% respectivamente).

Tabla 12

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

| Instrumentos | Variable | Media | D.E. | K-S | P |
|---------------------------|-------------------------|--------|--------|------|-------|
| Adicción a redes sociales | Adicción | 83,05 | 29,167 | ,082 | 0,000 |
| | Saliencia | 17,18 | 5,918 | ,067 | 0,000 |
| | Tolerancia | 14,48 | 5,474 | ,087 | 0,000 |
| | Cambios de Humor | 14,95 | 6,127 | ,128 | 0,000 |
| | Conflictos | 15,09 | 6,427 | ,172 | 0,000 |
| | Síndrome de abstinencia | 10,34 | 3,627 | ,094 | 0,000 |
| | Recaída | 11,65 | 4,622 | ,111 | 0,000 |
| Procrastinación | Procrastinación | 113,79 | 17,486 | ,047 | 0,033 |
| | Crónico | 62,58 | 9,235 | ,045 | 0,000 |
| | Estimulante | 10,40 | 3,594 | ,126 | 0,000 |
| | Incompetencia | 9,79 | 2,962 | ,093 | 0,000 |
| | Aversión | 32,76 | 4,111 | ,079 | 0,000 |

Para realizar los análisis correlacionales, en primera instancia se realizó la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables presentan una distribución normal. En este sentido, la tabla 12 presenta los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S), donde se observa que las 2 variables de estudio y sus dimensiones no presentan una distribución normal dado que el coeficiente obtenido (K-S)

es significativo ($p \leq 0.05$). Por tanto, para los análisis estadísticos correspondientes se empleará estadística no paramétrica (Tabla 12).

A continuación, se muestra los análisis de correlación.

Tabla 13
Coeficientes de correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación.

| Dimensiones de Adicción a redes sociales | Procrastinación | |
|--|-----------------|-------|
| | Rho | P |
| Adicción | .553 ** | 0.001 |
| Saliencia | .509 ** | 0.001 |
| Tolerancia | .503 ** | 0.001 |
| Cambios de Humor | .466** | 0.001 |
| Conflictos | .503 ** | 0.001 |
| Síndrome de abstinencia | .406** | 0.001 |
| Recaída | .499** | 0.001 |

** La correlación es significativa a nivel 0.01

* La correlación es significativa a nivel 0.05

Como se puede apreciar en la tabla 13, el coeficiente de correlación Rho de Spearman indica que las correlaciones entre adicción a redes sociales y procrastinación fueron altamente significativas ($r = .553$, $p = 0.01$). De manera similar ocurre con las dimensiones de saliencia ($r = .509$, $p = 0.01$), tolerancia ($r = .503$, $p = 0.01$), cambios de humor ($r = .466$, $p = 0.01$) conflictos ($r = .503$, $p = 0.01$), síndrome de abstinencia ($r = .406$, $p = 0.01$) y recaída ($r = .499$, $p = 0.01$); por lo tanto, cuanto mayor sea la adicción a las redes sociales, los niveles de procrastinación serán mayores.

2. Discusión

El objetivo del estudio fue determinar si existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto; donde se encontró que la adicción a redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación ($p=0.01$), lo que indica que los estudiantes que tienen un nivel mayor de adicción a las redes sociales, suelen aplazar sus actividades académicas en mayor proporción. Resultados similares se reporta en un estudio realizado

por Condori y Mamani (2016), en estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Juliaca, donde se halló que existe una relación significativa entre la adicción a una de las redes sociales y el aplazamiento académico ($r = ,696$; $p < .05$).

Otra investigación realizada por Hernández y Castro (2014) en la Universidad de Tolima en Colombia apoyan los resultados de esta investigación, pues los resultados arrojaron que universitarios postergaban sus actividades por estar conectados a alguna red social.

Fernández y Figueroa (2012), en una investigación hecha en Madrid y Lima, concluyeron que los jóvenes demoraban en terminar sus actividades académicas por estar conectados a una red social, pues su concentración se ve interrumpida, ya que los jóvenes tienen que responder mensajes y comentarios, revisar actualizaciones, actualizar perfiles, etc.

Asimismo, los resultados muestran que un 71.8% de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, presentan niveles de adicción entre promedio y alto (42.3% y 29.5% respectivamente), lo que puede deberse a que muchos estudiantes se encuentran lejos de sus familias y de sus amistades, por lo que el uso de una red social puede ayudar a conectarse con ellos. Otro factor puede ser que los universitarios usen las redes sociales como un medio para comunicarse con sus compañeros de clase y compartir diferentes opiniones referentes al ámbito académico (Condori y Mamani 2016).

Referente a la procrastinación académica, se evidencia que más del 50% (67.3%) de los estudiantes universitarios, se ubican predominantemente en un nivel promedio; lo que corrobora la investigación hecha por Carranza y Ramírez (2013) en la misma casa de estudios en donde se muestra que un 55.3% de los estudiantes presenta un nivel promedio de procrastinación académica. Estos resultados difieren de la investigación hecha por Condori y Mamani (2016), en la Universidad Peruana Unión de Juliaca en donde se evidencia que un 45.4% de universitarios presenta un nivel promedio de procrastinación académica; dicha diferencia puede deberse a que en la investigación de Condori y Mamani se tomó de muestra una sola facultad.

Capítulo V

Conclusiones y recomendaciones

1. Conclusiones

A partir de los resultados obtenidos en el presente estudio se arriba las siguientes conclusiones:

- Existe correlación altamente significativa entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($p < .01$).
- Existe correlación altamente significativa entre saliencia y procrastinación académica ($p < .01$).
- Existe correlación altamente significativa entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($p < .01$).
- Existe correlación altamente significativa entre tolerancia y procrastinación académica ($p < .01$).
- Existe correlación altamente significativa entre cambios de humor y procrastinación académica ($p < .01$).
- Existe correlación altamente significativa entre conflictos y procrastinación académica ($p < .01$).
- Existe correlación altamente significativa entre síndrome de abstinencia y procrastinación académica ($p < .01$).
- Existe correlación altamente significativa entre recaída y procrastinación académica ($p < .01$).

2. Recomendaciones

- Sería importante, realizar investigaciones sobre qué factores predisponen a los estudiantes universitarios a ser adictos a las redes sociales.
- Considerar para futuros estudio los factores que vulneran la procrastinación académica en universitarios.
- Ampliar la población de estudio, para generalización de resultados (universidad).
- Réplica de la investigación en universidades públicas.
- Implementar programas de autocontrol en el uso de redes sociales, a través de las tutorías.
- Crear o diseñar programas de intervención que puedan disminuir los niveles de adicción a redes sociales y procrastinación.

Referencias

- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra estudiantes de secundaria de Lima. *Persona*, 13, 159- 177.
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista iberoamericana de psicología: ciencia y tecnología*, 5(2), 85-94. Recuperado de <http://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/view/249>
- Anidjar, S., Gun, L., Luna, J., y Navarro, L. (2009). *Tecnología de la Comunicación II: Las redes sociales*. Recuperado de <http://tecno.unsl.edu.ar/Tecno/Tecno%202009/trabajos%20finales/Las%20Redes%20Sociales.pdf>
- Caldevilla, D. (2010). Las Redes Sociales: sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información*, 33(1), 45-68. Recuperado de [cart?info=link&codigo=3250105&orden=260817](http://www.scribd.com/doc/3250105/Documentacion-de-las-Ciencias-de-la-Informacion-33-1)
- Carranza, R., y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*, 3(2), 95-108. Doi: <http://dx.doi.org/10.17162/g43>
- Castro, V., y Chile, M. (2015). Evangelizar por redes sociales, un nuevo desafío para los jóvenes. Quito, Ecuador.: Adventistas.org. Recuperado de <http://noticias.adventistas.org/es/noticia/comunicacion/evangelizar-por-redes-sociales-un-nuevo-desafio-para-los-jovenes/>
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Revista temática psicológica-UNIFE*, 7(1), pp. 53- 62. Recuperado de http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/can_bazalar.pdf
- Chávez, E. (2015). *Procrastinación crónica y ansiedad estado-rasgo en una muestra de estudiantes universitarios* (Tesis de pregrado, licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú). Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/6022/GIANNONI_CHAVEZ_FERRER_ELISA_PROCRASTINACION_CRONICA.pdf?sequence=1
- Chóliz, M. (2012). *Adicción a internet y redes sociales*. Madrid: Alianza Editorial S.A.
- Clariana, M., Cladellas, R., Badia, M., y Gotzens, C. (2011). La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 14 (3), 87- 96. Recuperado de http://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1324677776.pdf

- Condori, J., y Mamani, K. (2016). *Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la facultad de ingeniería y arquitectura de la universidad peruana unión, filial Juliaca – 2015* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Juliaca, Perú.
- Cugota, M. (2008). *Adicciones ¿hablamos?* España: Editora Parramon.
- Cuyún, M. (2013). *Adicción a las redes sociales en jóvenes*. (Tesis inédita de pregrado, licenciatura, Universidad Rafael Landívar, Guatemala).
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Cuyun-Maria.pdf>
- De Reina, C., & De Valera, C. (1960). Santa Biblia.
- Domínguez, L., García, G., y Centeno, S. (2014). Procrastinación Académica: Validación De Una Escala En Una Muestra De Estudiantes De Una Universidad Privada. *LIBERABIT*, 20(2), 293-304. Recuperado de <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=100114269&lang=es&site=eds-live>
- Duart, J. (2011). La Red en los procesos de enseñanza de la Universidad. *COMUNICAR*, 37(19), 11-13. Doi: 10.3916/C37-2011-02-00
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista española de drogodependencias*, 37(4), 435-448. Recuperado de <http://www.mendeley.com/catalog/factores-riesgo-y-factores-protección-en-la-adicción-las-nuevas-tecnologías-y-redes-sociales-en-jóve-2/>
- Echeburúa, E., y De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista Adicciones*, 22 (02), 91-95. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- Fernández, A., y Figueras, M. (2012). Internet en las tareas escolares ¿obstáculo u oportunidad? El impacto de la red en los hábitos de estudio de alumnos de secundaria de Barcelona y Lima. *Sphera Pública*. 1(12), 161-182. Recuperado de http://files.cvmarrodriguezrosell.webnode.es/200001165-5cf0f5d481/SPHERA_PUBLICA_12%28v2%29.pdf
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en internet. *Revista de Salud Mental*, 36(6). 521-527. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/582/58229682010.pdf>
- Flores, J., Morán, J., y Rodríguez, J. (2009). Las redes sociales. Boletín electrónico de la Unidad de Virtualización Académica - UVA de la Universidad San Martín de Porras, 9, Recuperado de http://mc142.uib.es:8080/rid%3D1HY8TVCCBB-15599LW-1S6Z/redes_sociales.pdf

- Fundación Pfizer. (2009). *La juventud y las redes sociales en Internet*. Recuperado de https://www.fundacionpfizer.org/docs/pdf/Foro_Debate/INFORME_FINAL_Encuesta_Juventud_y_Red_Sociales.pdf
- García, J., López, C., Tur, V., García del Castillo, A., y Ramos, I. (2015). Las redes sociales: ¿Adicción conductual o progreso tecnológico? Recuperado de http://www.seeci.net/congreso/INNOVACION_3.pdf
- Gavilanes, G. (2015). *Adicción a las redes sociales y su relación con la Adaptación conductual en los adolescentes* (Tesis de grado) Universidad Católica del Ecuador, Ambato.
- Gómez, M.; Roses, S., y Farias, P. (2011). El uso académico de las redes sociales en universitarios. *Revista Científica de Educomunicación*. 19(38), 131-138. DOI 10.3916/C38-2011-03-04.
- Gonzales, J. (2014). *Escala de Procrastinación Académica EPA* (Tesis de Pregrado). Universidad Peruana Unión, Perú.
- Gonzales, L., y Tovar, R. (2015). Procrastinación académica en estudiantes de la facultad de Ingeniería (Trabajo especial de grado, Universidad Rafael Urdaneta, Venezuela). Recuperado de <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-15-08347.pdf>
- Guzmán, D. (2013). *Procrastinación, una mirada clínica*. Recuperado de <http://www.isep.es/wp-content/uploads/2014/07/procrastinacion.pdf>.
- Hernández, G., y Castro A. (2014). Influencia de las redes sociales de internet en el rendimiento académico del área de informática en los estudiantes de los grados 8° y 9° del instituto promoción social del norte de Bucaramanga (Trabajo de grado para optar el título de Magister en Educación. Recuperado de <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1145/1/RIUT-BHA-spa-2014-Influencia%20de%20las%20redes%20sociales%20de%20internet%20en%20el%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20del%20%C3%A1rea%20de%20inform%C3%A1tica%20en%20los%20estudiantes%20de%20los%20grados%208%C2%B0%20y%209%C2%B0%20del%20instituto%20promoci%C3%B3n%20social%20del%20norte%20de%20Bucaramanga.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2003). Metodología de la Investigación. Recuperado de https://psicologiaysociologia.files.wordpress.com/2013/03/hernandez-fernandez-baptista-2006_metodologia-de-la-investigacion.pdf

- Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J., y Zavala, D. (2010) La adicción de Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de Habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6-18. Recuperado de <http://www.uia.mx/web/files/publicaciones/ripsic/ripsic18-1.pdf#page=8>
- Lam, N., Contreras, H., Mori, E., Nizama, M., Gutiérrez, C., Hinojosa, W., ... Hinojosa, W. D. (2011). Adicción a Internet: Desarrollo Y Validación De Un Instrumento En Escolares Adolescentes De Lima, Perú *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 28(3), 462-9. <https://doi.org/10.1590/S1726-46342011000300009>
- López, M., López, V., y Galán, E. (2012). Redes sociales de internet y adolescentes. Recuperado de http://www.websatafi.com/joomla/attachments/125_REDES%20SOCIALES%20PUBLICAR.pdf
- Luengo, A. (2004). Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 2, 22-52. Recuperado de <http://www.jogoremoto.pt/docs/extra/BL5L6u.pdf>
- Matute, H., y Vadillo, N. (2012). *Psicología de las nuevas tecnologías: de la adicción a internet a la convivencia con robots*. Editorial Síntesis S.A. Madrid
- Mejía, G., Paz, J., y Quinteros, D. (2014). Adicción a facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud* 7(1), 7-15. Doi: 10.17162/rccs.v7i1.209
- Mendoza, N., y Vargas, E. (2014). Inventario y medición de adicción a las redes sociales MEYVA. Tarapoto: Universidad Peruana Unión.
- Muñoz, G., y Fernández, L. (2008) Indicadores de pérdida de control, tolerancia, y abstinencia en relación al uso de internet en universitarios. *Psicopatología Clínica y Forense*. 8, 43-56. Recuperado de <http://www.masterforense.com/pdf/2008/2008art3.pdf>
- Muñoz, V. (2004). Conocimiento de situaciones de riesgo social y/o maltrato en la escuela infantil. *Aula de Infantil*, 18(1), 9. Recuperado de <http://enebro.pntic.mec.es/~fdpedro/conocimiento%20riesgo%20social.pdf>
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en Estudiantes universitarios*. (Tesis de doctorado, Universidad de Valencia, España). Recuperado de <http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis%20Luis%20A.%20Natividad.pdf?sequence=1>

- Ochoa, C. (29 de mayo del 2015) Muestreo no probabilístico: muestro por conveniencia [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://www.netquest.com/blog/es/blog/es/muestreo-por-conveniencia>
- Oliva, A. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. *Aposta: Revista de ciencias sociales*. Vol. 3(54). Recuperado de <http://www.apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/coliva.pdf>
- Oliva, A., Moreno, C., Hidalgo, V., Jiménez, A., Antolín, L., y Ramos, P. (2012). *Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces*. Recuperado de <http://www.lasdrogas.info/escaparate/wp-content/uploads/2015/03/uso-y-riesgo-nuevas-tecnologias-andalucia.jpg>
- Orellana, L. (2012). Uso de internet por jóvenes universitarios de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional Federico Villarreal (Tesis de maestría, Universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú). Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2555/1/Orellana_ml.pdf
- Pascual, F. (2011). La Iglesia católica ante el mundo de internet. *Ecclesia*. 25(2) 163-168. Recuperado de <http://www.uprait.org/sb/index.php/ecclesia/article/viewFile/398/272>
- Paz, A., Aranda, R., Navarro, M., Delgado, M., y Sayas, Y. (2014). Presentaciones mentales sobre la procrastinación en estudiantes de psicología de la UNMSM. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 17(3), 1148- 1167. Recuperado de <http://www.ipops.pe/web/uploads/publicaciones/4a840fc15dfba8437ac69b19d9f9855350c436c7.pdf>
- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3(1), 45-59. Recuperado de [file:///D:/HP/Donwload/Dialnet-ProcrastinacionProcrastinacionAcademica-4815146%20\(2\).pdf](file:///D:/HP/Donwload/Dialnet-ProcrastinacionProcrastinacionAcademica-4815146%20(2).pdf)
- Ros, M. (2009). Evolución de los servicios de redes sociales en internet. *El Profesional de la Información*, 18(5), 552-558. <https://doi.org/10.3145/epi.2009.sep.10>
- Roses, S., Gómez, M., y Farias, P. (2011). Uso académico de redes sociales: análisis comparativo entre estudiantes de Ciencias y de Letras. *Historia y Comunicación Social*, 18, 667-678. Recuperado de <https://revistas.ucm.es/index.php/HICS/article/viewFile/44357/41915>
- Valera, M., Montaña, O., y Ramírez, J. (abril de 2014). Influencia de las redes sociales en estudiantes de la Unidad Académica de Contaduría y Administración extensión Sur. XVI Congreso Internacional sobre Innovaciones en Docencia e Investigación en Ciencias Económico Administrativas Influencia de las redes.

- Valerio, G., y Valenzuela, R. (2011). Redes Sociales y estudiantes universitarios: del nativo digital al informívoro saludable. *El profesional de la información*, 20(6), 667-670, Recuperado de <http://eprints.rclis.org/16267/1/Informivoro.pdf>
- Valleur, M. Matysiak, J (2005) *Las nuevas adicciones del siglo XVI: Sexo, Pasión y Video Juegos*. Barcelo, España: PAIDOS IBERICA
- Viñas, F., Ferrer, J., Villar, E., Caparros, B., Pérez, I., y Cornelia, M. (2002). Internet y psicopatologías: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología. *Revista Clínica y Salud*, 13(3), 235-256. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180618090001>
- White, E. (1964). *Conducción del niño*. Argentina: Editorial ASES.

Anexos

Anexo 1: Propiedades psicométricas de la Escala de Adicción a las redes sociales

Consistencia interna

Tabla 1

Índice de consistencia interna mediante el Alpha de Cronbach.

| Dimensiones | Nº de ítems | Alpha |
|-------------------------|-------------|-------|
| Saliencia | 8 | 0.802 |
| Tolerancia | 8 | 0.829 |
| Cambios de humor | 8 | 0.891 |
| Conflictos | 9 | 0.899 |
| Síndrome de abstinencia | 5 | 0.733 |
| Recaída | 6 | 0.800 |
| Escala Total | 44 | 0.974 |

En la tabla 1 la escala de adicción a redes sociales (44 ítems) obtiene un coeficiente Alpha de Cronbach de .974, indicando que el instrumento presenta una alta fiabilidad. Así mismo en la tabla 6, se aprecia que las dimensiones presentan un Alpha similar al global, esto indica la existencia de una muy buena consistencia interna.

Validez el constructo

Tabla 2

Correlaciones entre dimensiones

| | Procrastinación | |
|-------------------------|-----------------|-------|
| | r | p |
| Saliencia | .934** | 0.000 |
| Tolerancia | .904** | 0.000 |
| Cambios de humor | .954** | 0.000 |
| Conflictos | .946** | 0.000 |
| Síndrome de abstinencia | .877** | 0.000 |
| Recaída | .928** | 0.000 |

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

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La tabla 2 muestra los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson (r) siendo significativos, confirmando así que la escala presenta validez de constructo. De esta manera los coeficientes que resultan de la correlación muestran que el coeficiente requerido para ser válido se ha alcanzado.

Anexo 2: Modelo de validación de contenido

La validez de contenido se obtuvo mediante el criterio de expertos. El grupo de jueces estuvo conformado por 5 psicólogos: Yanilú Lazo Zambrano, Ricardo Gómez Paredes, Miriam Ticona Yapó, Gisella Virginia Ore Marcelo y Yanet Altamirano Vásquez.

Tarapoto, ___ de _____ de 20

Lic. _____

Psicóloga

Querida Licenciada.

Por la presente tenemos el agrado de dirigirnos a su persona haciéndole llegar nuestro saludo, y deseándole éxito en el aspecto laboral, ante usted exponemos lo siguiente:

Al tener que realizar una investigación de tesis para optar el grado de licenciatura, estimamos por conveniente pedir de su apoyo por medio de la presente para la lectura y evaluación detallada de los ítems propuestos en el cuestionario a fin de determinar si es el adecuado para la aplicación de la población de la investigación.

Agradecemos su colaboración con nuestra investigación.

Atentamente,

Katherine Valderrama Contreras

Bach. Psicología

Alejandro Cholán Prado

Bach. Psicología

Anexo 3: Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación

Consistencia interna

En la Tabla 4 se presenta las estimaciones de la confiabilidad mediante los coeficientes de consistencia interna obtenidos a partir de una muestra de 80 estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto. Los índices del Alpha Cronbach estimados para cada dimensión del inventario son elevados porque superan los valores de punto de corte de 0.70. En conclusión, cabe indicar que escala de autoconcepto presenta una muy buena consistencia interna.

Tabla 4

Índice de consistencia interna mediante el Alpha de Cronbach.

| Dimensiones | Nº de ítems | Alpha |
|--|-------------|-------|
| Procrastinación crónica | 22 | 0.773 |
| Procrastinación por estímulo | 5 | 0.777 |
| Procrastinación por incompetencia personal | 4 | 0.782 |
| Procrastinación por aversión | 11 | 0.728 |
| Escala Total | 42 | 0.889 |

Anexo 4: Consentimiento informado

Estimado (a) amigo (a) somos: Alejandro Cholán Prado y Katherine Leticia Valderrama Contreras, bachilleres de Psicología. Este cuestionario tiene como propósito recopilar información para establecer la relación entre Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Su participación es totalmente voluntaria y no será obligatoria llenar dicha encuesta si es que no lo deseas. Si decide participar en este estudio por favor responda el cuestionario.

Cualquier duda o consulta que usted tenga posteriormente puede escribirme a:

Nombres de los investigadores:

Alejandro Cholán Prado.

Katherine Leticia Valderrama Contreras.

Dirección:

Av. Perú 477 – Morales.

Jr. Sargento Lores N° 380

Celular

976 009396

962811150

Email

Psi.cholan@gmail.com

Keitl.valcon@gmail.com

He leído el consentimiento y he oído las explicaciones orales del investigador. Mis preguntas concernientes al estudio han sido respondidas satisfactoriamente. Como prueba de consentimiento voluntario para participar en este estudio, firmo a continuación.

Firma del participante y fecha

Nombre del participante

Anexo 5: Carta de autorización



Una Institución Adventista

Ñaña, Lima, 16 de febrero de 2017

Dr.
RAUL CRISTHIAN ACUÑA SALINAS
Director General
Universidad Peruana Unión – Filial Tarapoto

Asunto: Autorización del Comité de Ética para el desarrollo de la investigación.

Tengo el agrado de dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo y desear muchas bendiciones en la labor que desempeña.

Mediante este documento tenemos a bien presentar a los investigadores **Alejandro Cholán Prado** con DNI N° 44827545, **Katherine Valderrama Contreras** con DNI N° 47086473 y a su asesor el **Mg. Renzo Felipe Carranza Esteban**, con DNI 42920208 de la Escuela Profesional de Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión – Filial Tarapoto.

El Comité de Ética de Investigación de la Universidad Peruana Unión ha revisado el protocolo de investigación titulado: **"Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2017"**, presentado por los investigadores antes mencionados, y se resuelve **autorizar** el desarrollo de la investigación de acuerdo a los procedimientos mencionados (adjunto el perfil del proyecto) que será aplicado a los alumnos de la Filial que usted dirige.

Agradecemos anticipadamente el apoyo que pueda brindar a los investigadores, a fin de concluir satisfactoriamente este proceso, los resultados obtenidos serán difundidos por los canales correspondientes.

Atentamente,



Dr. Rodrigo Alfredo Matos Chamorro
Presidente
Comité de Ética de Investigación

Anexo 6: Matriz de consistencia

| PROBLEMA | OBJETIVOS | HIPÓTESIS | VARIABLES | DISEÑO Y TIPO |
|--|---|---|---|---|
| <p>Problemas General ¿Existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto?</p> <p>Problemas específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Existe relación significativa entre saliencia y la procrastinación académica en los alumnos de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016? 2. ¿Existe relación significativa entre Tolerancia y la procrastinación académica en los alumnos de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016? 3. ¿Existe relación significativa la dimensión de cambios de humor y la procrastinación académica en los alumnos de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto? 4. ¿Existe relación significativa entre la dimensión de Conflictos y la procrastinación académica en los alumnos de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016? 5. ¿Existe relación significativa entre la dimensión de Síndrome de abstinencia y la procrastinación académica en los alumnos de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016? 6. ¿Existe relación significativa entre la dimensión de recaída y la procrastinación académica en los alumnos de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016? | <p>Objetivo General Determinar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> Determinar la relación que existe entre de Saliencia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Determinar la relación que existe entre la tolerancia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Determinar la relación que existe entre la dimensión de Cambios de humor de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Determinar la relación que existe entre la dimensión de conflicto de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Determinar la relación que existe entre la dimensión de síndrome de abstinencia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Determinar la relación que existe entre la dimensión de recaída de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. | <p>Hipótesis General Existe relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto.</p> <p>Hipótesis Específica</p> <ol style="list-style-type: none"> Existe relación significativa entre saliencia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Existe relación significativa entre la dimensión de tolerancia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Existe relación significativa entre la dimensión de cambios de humor de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Existe relación significativa entre la dimensión de conflicto de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Existe relación significativa entre la dimensión de síndrome de abstinencia de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. Existe relación significativa entre la dimensión de recaída de adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. | <p>Variable independiente Adicción a las redes sociales</p> <p>Variable Dependiente Procrastinación</p> | <p>Diseño No experimental</p> <p>Tipo Correlacional</p> |

Anexo 7: Instrumentos de medición

Escala de procrastinación académica (E.P.A)

(Gonzales, 2014)

I. Datos Generales:

Universidad: _____ Facultad: _____ Escuela: _____
Ciclo: _____

Edad: ____ Sexo M F Procedencia: Costa Perra Selva
Extranjero

¿Trabaja Si No Religión: Católica Evangélica Adventista
otros _____

II. Instrucciones:

Esta escala contiene una serie de enunciados que tienen por finalidad evaluar la forma cómo enfrentas y organizas tus actividades académicas. Para ello, debes indicar en qué medida cada uno de los enunciados es verdadero, de acuerdo a cómo te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. **Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas**, solo nos **interesa saber cómo eres usualmente**, no cómo deberías o quisieras ser.

Para responder utilice la siguiente clave:

N = Nunca **CN** = Casi Nunca **AV** = Algunas Veces **MV** = Muchas Veces **S** = Siempre

Lea detenidamente y con atención las preguntas que a continuación se le presentan y luego marque con un aspa (X) solo una respuesta por pregunta.

| N° | Ítems | N | CN | AV | MV | S |
|----|--|---|----|----|----|---|
| 1 | Llego tarde a las reuniones de mi grupo de trabajo por estar entretenido en otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc) | | | | | |
| 2 | Cuando un curso no me agrada, le dedico poco tiempo. | | | | | |
| 3 | Me preparo con anticipación para una exposición | | | | | |
| 4 | Termino mis trabajos a tiempo a pesar que el trabajo es difícil o complicado | | | | | |
| 5 | Dejo para mañana los trabajos que tengo que hacer hoy porque me distraigo en otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc) | | | | | |
| 6 | Postergo las lecturas de los cursos que no me agradan | | | | | |

| N° | Ítems | N | CN | AV | MV | S |
|----|---|---|----|----|----|---|
| 7 | Me falta tiempo para terminar de hacer mis trabajos. | | | | | |
| 8 | Invierto poco tiempo en hacer las tareas de los cursos que me desagradan | | | | | |
| 9 | Me es difícil empezar a estudiar si el curso no es de mi agrado. | | | | | |
| 10 | Me queda poco tiempo para hacer mis tareas por hacer otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc) | | | | | |
| 11 | Cuando me asignan lecturas tediosas, las reviso el mismo día de la clase | | | | | |
| 12 | Ante un examen, me cuesta empezar a estudiar si la materia es complicada. | | | | | |
| 13 | Aprovecho al máximo el tiempo para hacer mis trabajos | | | | | |
| 14 | Me demoro en terminar mis trabajos a tiempo cuando veo que la tarea es muy complicada | | | | | |
| 15 | Al llegar la noche, pienso que podría haber aprovechado mejor el día en hacer mis trabajos sino hubiera pasado mucho tiempo con mis amigos. | | | | | |
| 16 | Llego tarde a las clases cuando los cursos son tediosos para mí. | | | | | |
| 17 | A pesar de la dificultad del trabajo inicio lo más pronto posible | | | | | |
| 18 | Me traspasnocho estudiando para un examen del día siguiente | | | | | |
| 19 | Cuando creo que no podré terminar la tarea asignada, prefiero postergar la entrega. | | | | | |
| 20 | Los fines de semana, a pesar que tengo trabajos por hacer, prefiero realizar otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc). | | | | | |
| 21 | Al inicio del curso, cuando creo que no culminare con éxito, le dedico poco tiempo de estudio a la materia | | | | | |
| 22 | Me demoro en hacer un trabajo, cuando creo que es muy difícil o complicado. | | | | | |
| 23 | Termino los trabajos que me asignan lo más pronto posible | | | | | |
| 24 | Me cuesta estudiar para un examen cuando creo que no tendré buenos resultados. | | | | | |
| 25 | Interrumpo mi hora de estudio por hacer otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc). | | | | | |
| 26 | Cuando sé que no me irá bien en una exposición, suelo pedir que aplacen mi presentación | | | | | |
| 27 | Llego a clases justo antes de que cierren la puerta. | | | | | |
| 28 | Cuando creo que no tengo la suficiente capacidad para realizar una tarea, demoro en terminarla. | | | | | |

| N° | Ítems | N | CN | AV | MV | S |
|-----------|--|----------|-----------|-----------|-----------|----------|
| 29 | Me lleva mucho tiempo iniciar una tarea cuando creo que es difícil. | | | | | |
| 30 | Me demoro en terminar mis trabajos porque me distraigo en otras actividades (salir con amigos, ver tv o películas, chatear, hablar por teléfono, etc). | | | | | |
| 31 | Me preparo por adelantado para los exámenes de los cursos que no me agradan | | | | | |
| 32 | Cuando me asignan una tarea que me desagrada prefiero aplazar la entrega | | | | | |
| 33 | Tengo que inventar excusas para pedir un plazo extra de entrega de trabajos | | | | | |
| 34 | Me falta tiempo para hacer mis trabajos por estar entretenido en otras actividades (internet, televisión, amistades, entre otros) | | | | | |
| 35 | Asisto a clases puntualmente | | | | | |
| 36 | Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas | | | | | |
| 37 | Cuando se acerca la fecha de entrega y me siento presionado, recién empiezo a realizar mis trabajos. | | | | | |
| 38 | Llego a tiempo a las reuniones de grupo de trabajo | | | | | |
| 39 | Me es difícil organizarme para desarrollar cada tarea asignada | | | | | |
| 40 | Dejo para mañana lo que puedo hacer hoy | | | | | |
| 41 | Siento que se me pasa el tiempo haciendo otras actividades y cuando me doy cuenta me queda poco tiempo para realizar mis trabajos académicos. | | | | | |

INVENTARIO DE REDES SOCIALES

(MeyVa)

INSTRUCCIONES

Si usted utiliza las redes sociales como: (facebook, myspace, twitter, hi5, skype, entre otros) este Test le ayudara a encontrar la manera de pensar, sentir y actuar con respecto a esta actividad. Recuerde, no hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que usted responda con la total sinceridad posible.

Para responder marque con una(x) utilizando las siguientes alternativas.

Siempre Casi siempre A veces Casi Nunca Nunca

| N° | PREGUNTAS | Siempre | Casi Siempre | A veces | Casi Nunca | Nunca |
|----|--|---------|--------------|---------|------------|-------|
| 1 | Me siento intranquilo cuando no estoy conectado a una red social (Facebook, Twitter, YouTube, gmail, etc). | | | | | |
| 2 | Siento que las redes sociales dan sentido a mi vida. | | | | | |
| 3 | Disfruto más hablando con mis amigos de las redes sociales que con los que están cerca. | | | | | |
| 4 | Pierdo horas de sueño por estar conectado a las redes sociales. | | | | | |
| 5 | Pienso que necesito más tiempo para continuar conectado a las redes sociales. | | | | | |
| 6 | Me molesto cuando alguien me interrumpe durante el tiempo que me encuentro navegando en la red social. | | | | | |
| 7 | Me siento triste, cuando no tengo Likes o no comparten mis publicaciones en las redes sociales. | | | | | |
| 8 | Cuando estoy conectado a las redes sociales siento que me produce consuelo y me relaja. | | | | | |
| 9 | Mis padres me recriminan porque estoy más tiempo en las redes sociales que con ellos. | | | | | |
| 10 | Mis amigos consideran que dedico más tiempo a las redes sociales. | | | | | |
| 11 | Los docentes me llaman la atención por mis calificaciones bajas debido al el tiempo que paso en las redes sociales | | | | | |
| 12 | Estar conectado a las redes sociales hace que me olvide de los problemas. | | | | | |
| 13 | Si encontraría otra manera de distraerme me distanciaría de las redes sociales. | | | | | |
| 14 | He Intentado alejarme de las redes sociales pero siento que no puedo. | | | | | |
| 15 | Cuando me decidí alejarme de las redes sociales, mi vida no era la misma. | | | | | |

| N° | PREGUNTAS | Siempre | Casi Siempre | A veces | Casi Nunca | Nunca |
|----|---|---------|--------------|---------|------------|-------|
| 16 | Estoy conectado a mis cuentas de redes sociales (celular, laptop, tablet, computadora, etc) mientras realizo mis actividades diarias. | | | | | |
| 17 | Durante el día pienso y planeo en lo que haré la próxima vez que me conecte a una red social. | | | | | |
| 18 | Tengo más amigos en mis cuentas de las redes sociales que en el trabajo (Universidad, Colegio, Instituto). | | | | | |
| 19 | Descuido mi alimentación por estar conectado a las redes sociales. | | | | | |
| 20 | Tengo cuenta en varias redes sociales como facebook, myspace, twitter, hi5, skype. | | | | | |
| 21 | Necesito más tiempo para solucionar las actividades pendientes en las redes sociales. | | | | | |
| 22 | El no estar conectado a mi red favorita me hace sentir triste, aburrido y sin ganas de hacer nada. | | | | | |
| 23 | Disfruto viendo las publicaciones de mis amigos y jugando en las redes sociales. | | | | | |
| 24 | Perdí una relación sentimental porque dedico más tiempo a las redes sociales. | | | | | |
| 25 | Pienso que es más entretenido expresar a mis amigos lo que siento a través de las redes sociales que cuando estoy junto a ellos. | | | | | |
| 26 | Tengo problemas con mis profesores por llegar tarde a clases debido al tiempo que paso en las redes sociales. | | | | | |
| 27 | Quiero dejar de frecuentarlas redes sociales por cuestión económica. | | | | | |
| 28 | Cuando me intento alejarme de las redes sociales, siento que mi vida no tiene control. | | | | | |
| 29 | Cuando estaba alejado (a) de las redes sociales extrañaba conversar con mis amigos y decidí conectarme nuevamente. | | | | | |
| 30 | Últimamente he dejado de lado las tareas, colegio o Universidad entre otros por mantenerme siempre en contacto en las redes sociales. | | | | | |
| 31 | Pienso que primero tengo que conocer por medio de las redes sociales que personalmente. | | | | | |
| 32 | Teno cuenta en varias redes sociales como facebook, myspace, twitter, hi5, skype. . | | | | | |
| 33 | Me molesto cuando alguien me interrumpe ante una conversación con mis amigos de las redes sociales. | | | | | |
| 34 | Pienso que las clases sin estar conectado a las redes sociales serian aburridas. | | | | | |
| 35 | La red social es el mejor sitio para disfrutar del día. | | | | | |
| 36 | Siento que mis padres no me entienden como mis amigos de las de las redes sociales. | | | | | |
| 37 | Mis amigos me dicen que sea discreto por las publicaciones que hago en las redes sociales. | | | | | |

| N° | PREGUNTAS | Siempre | Casi Siempre | A veces | Casi Nunca | Nunca |
|----|--|---------|--------------|---------|------------|-------|
| 38 | He tenido que mentir sobre un trabajo que no hice por estar conectado a las redes sociales. | | | | | |
| 39 | Pienso que no podría estar un día sin las redes sociales. | | | | | |
| 40 | Mi familia me ha pedido que me aleje de las redes sociales. | | | | | |
| 41 | Siento que al alejarme de las redes sociales perderé amigos y mi popularidad. | | | | | |
| 42 | Después de haber intentado dejar las redes sociales me conecto con más frecuencia | | | | | |
| 43 | Normalmente tiendo a decir, solo serán unos minutos y al final me quedo horas navegando en las redes sociales. | | | | | |

**ANTES DE ENTREGAR LA PRUEBA, REvisa QUE TODOS LAS PREGUNTAS
HAYAN SIDO CONTESTADOS**
¡Muchas gracias!